

# Комментарии к Шримад Бхагавад Гите

## Глава 5

Рассказано Свамини Видьянандой Сарасвати  
Записано Ярославом Дормидонтовым



Адвайта Веданта в России

[advaitavedanta.ru](http://advaitavedanta.ru)

2023

**Видео-записи на канале ютьюб -**

**<https://www.youtube.com/user/advaitavedantaru/>**

**По вопросам копирайта - [advaitavedanta.ru@gmail.com](mailto:advaitavedanta.ru@gmail.com)**

**Разрешается некоммерческое копирование и публикация на сайтах без изменения содержимого и с ссылкой на сайт <http://advaitavedanta.ru>**

**По вопросам иного использования обращаться по адресу [advaitavedanta.ru@gmail.com](mailto:advaitavedanta.ru@gmail.com)**

**Поддержать проект и сайт можно тут –**

**<http://advaitavedanta.ru/poblagodarit/>**

## Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати 149 Глава 5 Шлока 1

Мы с вами закончили изучать четвертую главу Бхагавад Гиты, которая закончилась тем что Бхагаван Кришна дает совет Арджуне, чтобы он вооружившись мечом знания начал практиковать карма йогу. Это говорит о том, что Кришна ясно видит в Арджуне способность к данной практике. Ведь сейчас Арджуна не может принять саньясу и уйти в Гималаи питаясь одним подаянием, как он предлагал в первой главе. Почему сложилась такая ситуация?

Саньяса о которой говорил Арджуна как о варианте своих действий, предполагает что будут оставлены все иные обязанности кроме стремления к знанию. Но для принятия саньясы разум искателя должен быть достаточно очищен. Теперь, после объяснений Кришны, Арджуна уже должен понимать гораздо больше чем он понимал в самом начале Бхагавад Гиты. Но тем не менее, по мнению Кришны, (а Кришна у нас выступает в роли учителя), разум Арджуны еще недостаточно чист для полного отречения от действий. Другими словами, Арджуна еще не готов для приложения усилий исключительно к знанию, и для оставления всех своих обязанностей.

Если мы вспомним структуру Бхагавад Гиты, которая нам уже была объяснена Бхагаваном Кришной ранее, то мы увидим, что первая глава была введением показывающим проблему Арджуны. Во второй главе была объяснена гьяна йога, т.е. самое главное знание. Третья глава была посвящена карма йоге, а в четвертой главе карма йога была объяснена с точки зрения гьяны, с точки зрения знания. Таким образом мы, слушающие и изучающие Бхагавад Гиту, вместе в Арджуну уже поняли общую схему пути к освобождению. С точки зрения пути к освобождению необходима как карма йога, так и гьяна йога. Каждый из описанных инструментов необходим на определенном этапе жизненного пути.

Карма йога подготавливает разум к знанию, и это обязательный этап, его невозможно выбрать или пропустить. И этот этап не является непосредственным средством для достижения освобождения. Непосредственным средством для достижения освобождения является гьяна йога. Но это работает только если разум к ней подготовлен с помощью карма йоги. Путь к достижению знания состоит из двух этапов, и выбора в этом нет. Невозможно заняться чем-то одним, оставив без внимания что-то другое. Ты не можешь выбрать только знание, при этом не очищая свой разум. Ты не можешь выбрать карма йогу, не подразумевая того что она не приведет тебя к гьяне. Обе йоги нужны. Карма йога и гьяна йога — это не два пути к одной и той же цели. Это один и тот же путь, но на разных этапах практики.

С этой общей схемы, с детальным объяснением карма и гьяна йоги, учение Бхагавад Гиты еще во второй и третьей главе было закончено. Но мы то с вами знаем, что у нас впереди еще тринадцать глав, а учение закончено! Как же так? Ответ на этот вопрос заключается в том, что учение не закончено с точки зрения Арджуны! У Арджуны еще остались вопросы, которые требуют ответов. Вопросы у него будут разные, но вопрос с которого начинается пятая глава, он удивительным образом почти дословно повторяет вопрос, который был им задан в начале третьей главы.

arjuna uvAca  
jyAyasI cet-karmaNas-te matA buddhir-janArdana |  
tat-kiM karmaNi ghore mAM niyojayasi kezava || 1 ||

*Арджуна сказал:  
О Кришна, если ты считаешь, что знание лучше действия,  
тогда почему ты принуждаешь меня  
к этому ужасному действию, О Кришна? (3.1)*

Пятая глава тоже начинается с вопроса Арджуны, и его вопрос звучит очень похоже.

arjuna uvAca  
saMnyAsaM karmaNAM kRSNa punar-yogaM ca zaMsasi |  
yac-chreya etayor-ekaM tan-me brUhi sunizcitam || 1 ||

*Арджуна сказал:  
О Кришна, ты славись отречение от действий и также карма-йогу.  
Скажи мне совершенно определенно,  
что из них одно будет наилучшим. (5.1)*

Это показывает что у Арджуны остались сомнения, и он еще не все понял. Вопрос, который он задал в начале третьей главы, до сих пор у него остался не разрешенным. И по мере того как мы будем изучать Бхагавад Гиту дальше, мы увидим, что этот вопрос он задает не в последний раз. И это не какой-то дефект восприятия или невнимательность Арджуны. Мы должны принять во внимание контекст, в котором был задан этот вопрос. В первый раз Арджуна задал его в начале третьей главы, услышав от Кришны объяснение гьяна йоги, которая была только что объяснена ему. Внимательно выслушав объяснение Бхагавана, Арджуна задает вопрос: *если знание столь велико, то зачем же мне сражаться в битве?* Отвечая на этот вопрос, Кришна объясняет ему искусство карма йоги. Когда Арджуна задавал вопрос в первый раз, он еще ниче-

го не знал о карма йоге, и ее объяснение стало для него открытием. Это было совершенно новое знание, которое было объяснено в третьей главе.

До этого он ничего не знал, и ни разу не слышал о такой практике. Слово *карма* ему конечно же было знакомо, и слово *йога* он также знал. А вот сочетание *карма йога*, он услышал впервые. После первого вопроса, когда Арджуна только узнал о том что Атман никогда не рождается не умирает, это было для него революционным учением. И поэтому не удивительно, что он задает вопрос о действии, после чего получает в ответ второе революционное учение, учение о карма йоге. О котором он так же ничего не знал, и никогда ранее не слышал. Четвертая глава Бхагавад Гиты указывает на взаимосвязь между действием и знанием.

Задавая вопрос в первый раз, Арджуна еще ничего не знал о карма йоге. Задавая вопрос второй раз, и уже обладая знанием об этом революционном учении, Арджуна совершает ошибку. Он считает что человеку не знающему истины, можно выбирать путь достижения этой истины. Он считает, что человек может выбрать между карма йогой, и гьяна йогой. Сама его постановка вопроса подразумевает мысль о наличии выбора. *Скажи мне, что будет наилучшим?* Более того, задавая этот вопрос он совершает сразу две ошибки! Он спрашивает какая из этих йог будет наилучшей? Ведь вполне очевидно, что выбирать нужно только наилучшее.

Из его вопроса нам становится понятно, что он не понял последовательность практики. Но так же это говорит нам еще и о том, что Арджуна очень внимательно слушает, и искренне желает понять то, о чем говорит ему Кришна. Потому что если человек не задает вопросов, это совсем не значит, что он все понял. Зачастую бывает так, что отсутствие вопросов указывает на отсутствие понимания. Понимание которое требуется в Адвайта Веданте, это понимание из которого ты можешь жить, а не такое понимание, когда у тебя не возникает вопросов. Вопросы может не быть по многим причинам. Например, потому что ты стесняешься задать их, или ты не видишь собственного непонимания, или просто не можешь сформулировать вопрос. Ты не понимаешь что ты услышал что то противоречивое, и не понимаешь что на этом месте у тебя по идее должны возникать вопросы. Искатель избавляется от невежества именно путем задавания вопросов.

Учение может считаться законченным не тогда, когда оно было объяснено полностью, потому что полное объяснение было дано еще во второй, третьей и четвертой главе. Учение считается законченным, когда искатель освобождается от всех сомнений. Если по окончании Бхагавад Гиты остаются сомнения и чувства непонимания, то возвращаемся к первой главе, и изучаем все сначала.

Задавание вопросов для обретения истинного понимания, считается в Веданте правильным подходом. Поэтому, результатом учения Кришны должно стать понимание Арджуны. Что в конце концов и произошло. Когда Арджуна сказал *я понял*, он вступил в битву руководствуясь этим пониманием. Он знал свою высшую цель, он понимал что это война за дхарму. Выполняя действия из такого понимания, он руководствуется высшими принципами, и все остальное отступает для него на второй план. По окончании битвы Махабхараты, в которой было убито множество людей, Арджуна вновь подошел к Кришне, и снова начал задавать ему вопросы. Он сказал: я помню, что ты мне объяснил это прекрасное знание, но после сражения я снова забыл его! Я человек, мой разум слаб, объясни мне пожалуйста еще раз. Так появилась Ану-гита. Это *последующая Гита*, в которой Кришна объясняет то же самое знание еще раз.

Обратите внимание на то что Арджуна после битвы не стал довольствоваться воспоминанием. Он заметил, что знание потеряло свой первоначальный блеск и как бы ушло. Он сражался вооружившись этим знанием, но потом его разум отвлекся, и он не смог удержать его. Такой подход очень много говорит о самом Арджуне, и говорит о свойствах его понимания. Это очень правильный подход, потому что он не стал довольствоваться воспоминанием, так как он действительно стремился к знанию. И поэтому он не постеснялся еще раз задать те же самые вопросы. Это было сделано им для того, чтобы объясненное знания стало его собственным знанием.

Вопросы Арджуны не свидетельствуют о его полном непонимании и незнании. Они свидетельствуют о его чувствительности к невежеству, и о нежелании смириться с ним. Существует общеизвестный факт, что глупый и некомпетентный человек, который очень многого не знает, никогда не сомневается в своем знании. Он полностью уверен в нем. Но он на самом деле не знает, он лишь уверен, что знает. Для того чтобы начать сомневаться, нужно быть достаточно неглупым человеком. Уверенность в своем знании — это признак некомпетентности. По мере того как его компетенция возрастает, и человек начинает разбираться в какой-то области знания, его уверенность в своем знании падает. А когда компетенция возрастает до уровня мастерства, уверенность снова возрастает. Уверенный человек это тот кто мало знает, или тот кто знает очень много. Причем когда человек знает очень много, когда он достиг мастерства в той или иной области, он знает границы своей компетентности.

Он знает, что он знает гораздо больше чем знал раньше, но в то же время он отдает себе отчет в том, что неизвестно ему еще больше. По мере того как он все больше и больше узнает, его граница с неизвестным возрастает. Он видит, что очень многое остается неузнанным. То что Арджуна задает повторяющиеся

вопросы, говорит об отсутствии у него глупой уверенности недалекого человека в том что ему все понятно. Он видит что он очень много недопонимает, и старается от этого избавиться. Его сомнения, его вопросы, это следствие весьма большой компетенции в осознании и в понимании недостаточности своего понимания. Глупый человек изучив первые тридцать букв алфавита, может заявить что он свободно владеет языком. А человек умный, говорит что я не знаю языка даже когда изучал его 10 лет, и защитил докторскую диссертацию по лингвистике. Это происходит потому что он видит сколько еще аспектов ему осталось неизвестно.

Поэтому неверно было бы смотреть на вопросы Арджуны свысока, считая что уж я бы то точно не спрашивал! Мне это и так понятно. На самом деле, Арджуна избавляется от своих последних сомнений. А сомнения у него возникают потому что он слушает очень внимательно, и очень глубоко. Он задает не посторонние вопросы, он задает вопросы относящиеся непосредственно к делу. Он слушает очень и очень внимательно. После первого вопроса ему понадобилось пятнадцать глав Бхагавад Гиты, для обретения понимания.

Арджуна заметил, что Кришна в четвертой главе сказал, что мудрый благодаря знанию видит бездействие в действии. Он это заметил и понял, что мудрый отрекается от всех действий с помощью знания, он понял, что знание не совместимо с действием. Но теперь Кришна говорит: вооружись знанием, и практикой карма йогу. Арджуна замечает это очевидное противоречие, и не стесняясь задает уточняющий вопрос. Он заметил, что два пути о которых говорит Кришна, они как бы взаимно противоположны. Арджуна желает понять, что из них лучше, скажи мне! Я буду выполнять именно это! Из постановки его вопроса мы видим, что он полагает что даже не знающий человек может как выполнять действие, так и отречься от него. Этим вопросом он показывает, что у него есть выбор. И так как это прямо противоположные и несовместимые вещи, он считает, что правильным будет выбрать что-то одно

Но на самом деле с точки зрения Истины и духовного пути, у не знающего такого выбора нет. Такой выбор есть только у мудрого человека. Он может выбирать, продолжать внешние действия или не продолжать, сидеть в самадхи или оказаться даже от минимума действий, для поддержания тела. А может даже править страной, как король Джанака? Относительно действия выбор есть только у мудрого. И этот выбор всегда обусловлен тем, что и в том и в другом случае он остается свободным от действия, потому что он уже познал себя как не деятеля. Он осознал свою природу, и живет в соответствии с этим знанием. У него нет мирских привязанностей, нет семьи, нет работы, нет обязательств, нет догов. И поэтому из своей полноты, из полноты своего знания, он может позволить себе выполнять действие, или же отказаться от него.

И даже при таком положении дел, это не выбор между карма йогой и гьяна йогой. Для мудрого который познал свою природу, карма йога невозможна, так как она предполагает наличие деятеля. В карма йоге есть отдельный я, который поклоняется тотальному с помощью действий, совершая их как подношение. Мудрый не может заниматься карма йогой. Карма йога — это средство которое он использовал в свое время, и теперь он оставил его, так как это было средство для очищения разума, чтобы начать практику гьяна йоги. Более того, его отречение от действий, о котором говорил Кришна в четвертой главе, это тоже не выбор. Отречение от действий случается само, как следствие знания. Мудрый может выполнять или не выполнять действия, но он не может вернуться к карма йоге, так как сделать это ему не позволяет знание. У знающего есть выбор между действием и не действием, но нет выбора между карма йогой, и гьяна йогой. Гьяна йогой он тоже не занимается, он просто пребывает в своей собственной природе.

Искатель в отличии от знающего, не может выбрать между действием и бездействием, потому что искатель только пытается познать свою природу. Именно познание своей природы, позволит естественным образом отвалится чувству эго, и таким образом произойдет отречение от действий.

Считается что искатель может выбрать между карма йогой и формальной саньясой для поиска знания. Но это не совсем так, потому что этот выбор за него делает учитель, так как искатель не может оценить степень своей подготовленности. Карма йогин и саньясин, это совершенно разные образы жизни. Кришна как учитель говорит Арджуне: сейчас ты должен следовать карма йоге, потому что у тебя еще есть обязанности, выполняя которые ты очистишь свой разум. Есть два типа саньясы. Это *вивидиша* саньяса, саньяса стремления к знанию. При таком типе саньясы остаются все привязанности и обязанности в обществе. Человек больше не имеет обязанностей домохозяина или учащегося, и остается только стремление к знанию. Действия в этом типе саньясы возможны, но они остаются на втором месте. На первое место выходит поиск знания, на втором месте находится служение учителю, поклонение, ритуалы и карма йога для очищения разума.

Второй тип саньясы, это *видват* саньяса. Это саньяса того кто уже знает, того кто не стремится к знанию, так как он уже познал его. Цель видват саньясы это утверждение в знании. Видват саньяса это саньяса мудрого, который уже знает свою природу, и отказался от действий. Он даже отказывается от служения учителю, он отказывается от поклонения, и зачастую он отказывается даже от ухода за телом. Но так же он может продолжать какие-то действия, исключительно по своему выбору, в соответствии с прарабдха кармой Такой человек



свободен от действий, даже если он продолжает совершать их. И когда Арджуна говорил о своем желании саньясы, он имел ввиду именно *вивидеша* саньясу.

А в четвертой главе, когда Кришна рассказывал про отречение от действий знанием, он имел в виду *видват* саньясу. Он говорил про виденье того, кто во всем видит Брахмана. Он говорил об отречении от действий, для уже знающего человека. Это очень тонкое различие, и именно поэтому Арджуна почувствовал, что он что-то недопонял. Он услышал, что Кришна восхваляет знание которое предполагает отказ от действий. Но он не понял, что такой выбор имеет только познавший свою собственную природу. Он понял так что даже еще не познавший, имеет выбор. И как человек решительный, он хочет выяснить что из этого лучше? Вполне логично, что ему видится более действенным путь отказа от действия. В ответ на этот вопрос, Кришна повторяет ему свое учение. Он видит сомнение Арджуны, и правильно его интерпретирует.

श्रीमाचछंकरभगवत्पादविरचितम्

श्रीमद्भगवद्गीताभाष्यम्

पञ्चमोऽध्यायः

अथ पञ्चमोऽध्यायः कर्मसंन्यासयोगः

atha pañcamo 'dhyāyaḥ karma-saṁnyāsa-yogaḥ

Пятая глава - Йога отречения от действий

अर्जुन उवाच

संन्यासं कर्मणां कृष्ण पुनर्योगं च शंससि ।

यच्छ्रेय एतयोरेकं तन्मे ब्रूहि सुनिश्चितम् ॥ १ ॥

arjuna uvāca

saṁnyāsaṁ karmaṇāṁ kṛṣṇa punar-yogaṁ ca śaṁsasi |

yac-chreya etayor-ekaṁ tan-me brūhi sunizcitam || 1 ||

Арджуна сказал:

О Кришна, ты славил отречение от действий и также карма-йогу.

Скажи мне совершенно определенно,  
что из них одно будет наилучшим. (5.1)

Этот вопрос задает уже совсем другой Арджуна, и что ответит ему Кришна, мы узнаем в следующий раз! :-D

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Свамини Видьянанды Сарасвати 150 Глава 5**  
**Шлоки 2-3**

arjuna uvAca  
saMnyAsaM karmaNAM kRSNa punar-yogaM ca zaMsasi |  
yac-chreya etayor-ekaM tan-me brUhi sunizcitam || 1 ||

*Арджуна сказал:*

*О Кришна, ты славись отречение от действий и также карма-йогу.  
Скажи мне совершенно определенно,  
что из них одно будет наилучшим. (5.1)*

Это тот же самый вопрос, который Арджуна уже задавал в третьей главе. И пятая глава начинается с этого же вопроса. Но контексты у этих вопросов совершенно разные! В начале третьей главы Арджуна задал этот вопрос после того как ему была объяснена гьяна йога, величие знания. Потом, в третьей главе, ему была объяснена карма йога. Четвертая глава — это объяснение карма йоги с точки зрения знания. И теперь, узнав гораздо больше, он снова задает этот вопрос. Сначала он понял величие знания, а потом ему объяснили карма йогу. В контексте знания говорилось об отречении от действий, и Кришна описывал результат к которому приводит знание того что я не являюсь деятелем. Это знание приводит к тому что все действия заканчиваются, что в свою очередь, является естественным следствием обретения мудрости.

Выслушав Кришну, Арджуна решает что у еще не знающего, есть возможность отказаться от действия. Именно поэтому он и спрашивает, *а почему бы не отказаться от действия сразу, если достигнув окончательного знания, ты все равно отказываешься от него?* Зная о карма йоге, он совершает ошибку. И его ошибка состоит в том, что он видит возможность выбора. Которой на самом деле нет. Карма и гьяна йога - это две части одного целого, выбора между которыми нет. Выбрать можно только из того что ведет к той или иной цели. Карма йога и гьяна йога — это единое целое, они вместе составляют путь по которому должен пройти каждый искатель. И пройти его он это должен в определенной последовательности. Сначала карма йога для очищения разума, и только потом можно будет приступить к гьяна йоге.

Поэтому заданный Арджуной вопрос только формально выглядит заданным во второй раз. Арджуна теперь знает гораздо больше, и даже если бы Кришна объяснял ему тоже самое, он бы это понял совсем по-другому. Он бы услышал другие акценты. Потому что первый раз он был сосредоточен на карма йоге. Все что ему было необходимо знать, на самом деле Кришна уже объяснил. Ес-

ли бы сейчас Кришна повторил абсолютно те же самые объяснения, Арджуна услышал бы это немного по-другому.

Собственно, пятая глава — это тоже объяснение карма йоги и йоги знания. Но теперь сформулировав вопрос и заметив свое сомнение, Арджуна услышит это немного по-другому. Вопрос Арджуны вызван тем что он слушает не формально, он не отсиживает не любимый урок на котором его заставили сидеть. Он очень живо интересуется темой, и по-настоящему хочет понять то о чем ему говорит Кришна. Он хочет понять это настолько, чтобы смочь применить это в жизни. Если мы помним, в первой главе он был в слезах и с трясущимися руками, но теперь перед нами совсем другой Арджуна. Он слушает очень заинтересовано, слезы давно высохли на его глазах, он видит что ему говорят мудрые вещи, и он действительно хочет понять.

Он уточняет, чтобы не осталось никаких сомнений и непониманий. И когда он поймет, он прямо скажет об этом. Да, я понял, я буду сражаться! Он четко различает в своей голове я понял, и я не понял, я сомневаюсь или я не сомневаюсь. Это говорит о большой чувствительности к своему разуму. Это очень ценное качество, совершенно необходимое для любого искателя. Потому что человек не имеющий такой чувствительности, он по своей глупости будет уверен в том, что ему все понятно. И эта проблема гораздо более распространена, чем можно было бы предположить. Очень многие люди, по крайней мере в некоторых областях, считают себя знающими, хотя таковыми не являются.

Это и есть самая большая проблема самсары. Не замечание своего невежества. Когда ты заметил невежество и понял в чем оно состоит, это значит, что проблема уже наполовину решена. **Хорошо сформулированная проблема, позволяет понять методы эффективного ее решения.** Если проблема не замечается, то соответственно она и не решается. Это и есть самсара. Арджуна имеет обладает необходимой чувствительностью, что в свою очередь указывает что он хороший ученик, и очень внимателен к состояниям своего разума. Арджуна понял то о чем говорит ему Кришна, но он заметил противоречия в его словах. Он не понял, что путь состоит из двух частей которые соединяются последовательно, а не параллельно! Пока нет знания, следовательно, нет и выбора между отречением от действия и его продолжением. Не знающий, даже не действуя, будет делать *не делание*, потому что у него остается чувство отдельного я, которое будет продолжать действовать. Даже если не знающий воздерживается от действия, он все равно будет деятелем. Потому что у него осталось отдельное я. И пока это чувство есть, ему предписывается карма йога для очищения разума.

Карма йога — это не просто действие. Карма йога — это осознанное действие. Карма йога всегда включает в себя знание и понимание. В процессе карма йоги — это знание постоянно углубляется. И когда разум достигнет достаточной чистоты, можно будет перейти к гьяна йоге, которая принесет результат в виде осознания Истины. Когда истина осознана, отдельного я не существует, и для знающего свою природу практика карма йоги невозможна. Потому что нет отдельного я, который мог бы что-то делать. Гьяна йога так же невозможна, от гьяна йоги остается только одна ее часть, остается только гьяна, только знание, а йога пропадает. Йога — это соединение чего-то с чем-то. Знающий же уже соединен, он уже понял себя как основу всего, и ему уже нечего соединять. Он не может соединять низшее с высшим. Потому что для него нет ни низшего, ни высшего. Есть только единый Абсолют, в котором нет никаких границ.

Для знающего карма йога и гьяна йога невозможна. Для него есть только гьяна, только знание которое становится безусильным, потому что это его собственная природа. И осознав свою природу, он живет в соответствии с этим знанием. Он не выбирает между видват саньясой, и саньясой знающего. Он живет этим знанием. Искатель не может выбрать, для него, в зависимости от чистоты его разума и степени подготовки, возможен только путь или чистой карма йоги, или вивидеша саньясы, саньясы стремления к мудрости. Вивидеша саньясы прописывается для подготовленного искателя, в ней на первое место выходит гьяна йога, а карма йога остается на втором. Кришна говорит Арджуне, ты должен следовать карма йоге, так как у тебя еще есть обязанности, выполняя которые ты очистишь свой разум. То, что у Арджуны остались обязанности, говорит само его присутствие на поле боя. Он стоит прямо посреди своих обязанностей! Прямо посреди того что он должен сделать. Он еще не закончил свои мирские земные дела, а это значит, что его разум еще недостаточно очищен, в его разуме еще очень много раджаса. Если бы раджаса у него было меньше, он бы не оказался на поле боя.

В прошлой главе Кришна объяснял Арджуне величие знания. Он рассказывал ему о том, как знающий человек отрекается от действий и заканчивает их, сжигая действия в огне знания. Услышав это, Арджуна принял его рассказ как очень веский аргумент в пользу саньясы с поиском знания. И он совершенно не понял, а почему же Кришна советует ему карма йогу? У него тут же возникает вопрос зачем ему ей заниматься, если знание настолько прекрасно? Я хочу выбрать самое лучшее! Помоги мне определиться! И он не хочет самостоятельно принимать решение, он уже сказал: *я твой ученик, научи меня!* Но Кришна говорил об отречении от действий посредством знания. Не отречение от действий как метод достижения знания, а отречение от действий как следствие знания! Он говорил об отречении мудрого. Арджуна это понял как дру-

гой тип саньясы, как карма саньяса, хотя Кришна говорил о гьяна карма саньясе, об отречении с помощью знания.

Арджуна понял формальные признаки отрекшегося человека (оранжевые одежды, отсутствие обязательств), как повод к тому что не надо сражаться, не надо никого убивать. А раз не надо сражаться, значит и вопрос об уважении или не уважении к учителям и родственникам вообще не стоит! Значит можно уйти с поля боя, и перестать выполнять ритуалы. С его точки зрения было бы правильно отказаться от действий, вернее свести их к минимуму, приняв саньясу. Это будет средством достижения знания. Одеть оранжевые одежды, принять другое имя. Конечно же какие-то действия при этом будут совершаться, ведь даже саньяси должен ходить и просить милостыню. Но той проблемы которая стоит перед Арджуной сейчас, он мог бы таким образом избежать.

И все бы было хорошо, но почему тогда Кришна так прославляет карма йогу? Поэтому он спрашивает, я знаю что ты понимаешь лучше, пожалуйста объясни мне! И в следующей строфе Кришна начинает отвечать на его вопрос.

श्री भगवानुवाच

संन्यासः कर्मयोगश्च निःश्रेयसकरावुभौ ।

तयोस्तु कर्मसंन्यासात्कर्मयोगो विशिष्यते ॥ २ ॥

zrlbhagavan-uvAca

saMnyAsaH karma-yogaz-ca niHzreyasa-karAv-ubhau |

tayos-tu karma-saMnyAsAt-karma-yogo viziSyate || 2 ||

*Бхагаван Кришна сказал:*

*Отречение от действий и карма йога оба приводят к освобождению.*

*Но карма-йога из них лучше, чем оставление действий. (5.2)*

Бхагаван Кришна снова восхваляет карма йогу, ведь и саньяса и карма йога ведут к освобождению, и мы уже знаем, что к нему они ведут последовательно, друг за другом. Каждый искатель должен пройти оба этих пути. Арджуна задавал вопрос что лучше? Или-или? И во второй шлоке, Кришна отвечает ему на уровне его логики, логики или-или. Ему говорят карма йога - лучше чем карма саньяса *Лучше для тебя!* Зная качества и подготовку Арджуны, Кришна как опытный врач, прописывает ему карма йогу. Он повторяет призыв который он сделал в конце предыдущей главы. Займись карма йогой! Если бы перед Кришной был другой человек, то вполне возможно что он бы дал ему другой совет. Брат Арджуны Юдхиштхира тоже стоял на поле боя, он был более сат-

твический человек, и таких сомнений у него не возникло. Он стоял на поле дхармы готовый к бою за нее, он был готов убивать своих учителей, потому что он не видел в них *своих людей*. Он твердо знал свою обязанность по защите дхармы. На всем поле боя, только у Арджуны возникли такие вопросы.

Совет данный Кришной, подходит 99% искателей. *Карма йога лучше, чем оставление действий*. Оставление действий для человека подобного Арджуне будет преждевременным. Это подобно тому как человек бросается за борт посреди бушующего океана. И им по глупости оставляется инструмент для пересечения океана самсары. Для саньясы Арджуна еще однозначно не готов. В его голове множество васан, и желаний отомстить своим обидчикам. Арджуна не готов для знания.

Арджуне, равно как и большинству других искателей, прописывается путь карма йоги. На самом деле саньяса, т.е. оставление действий, только кажется более простым путем. Потому что действия в нем сведены к минимуму, и нет обязанностей. Но для человека который не готов к саньясе, для человека чей разум еще недостаточно очищен, путь оставления действий гораздо более сложный путь. Для того чтобы человек был готов к этапу карма саньясы, он должен обладать необходимыми качествами. У него должна быть развита способность быть наедине с самим собой не отвлекаясь на внешнее. У него должно быть развито огромное внимание к своим мыслям. Все эти качества необходимы для того чтобы эффективно работать с разумом, чтобы перенаправлять его внимание в нужную сторону и в нужный момент. Ограничивать подобным образом действия своего разума, для человека не обладающего необходимыми качествами, просто невыносимо. Для него это будет постоянная пытка.

С чего начинается приобретение необходимых качеств? С вивеки, с различения. С определенности того что является моей целью, и каким образом ее можно достичь. Кришна у Арджуны не видит таких качеств, наоборот! Он видит что Арджуна не готов. И поэтому он прямо говорит ему: для тебя лучшим путем будет путь карм йоги!

जेयः स नित्यसंन्यासी यो न द्वेष्टि न काङ्क्षति ।

निर्द्वन्द्वो हि महाबाहो सुखं बन्धात्प्रमुच्यते ॥ ३ ॥

jJeyaH sa nitya-saMnyAsI yo na dveSTi na kAGkSati |  
nirdvandvo hi mahAbAho sukhaM bandhAt-pramucyate || 3 ||

*Тот, кто не отвергает и не желает, должен быть известен  
как навсегда отрекшийся.*

*Ибо тот, кто пребывает вне противоположностей,  
легко освобождается из несвободы, О Арджуна. (5.3)*

Желания не зависят от уровня жизни или уровня удовольствий. Отречение от желаний может происходить на совершенно любом уровне. Король наслаждается золотом и королевскими удовольствиями. Он наслаждается дорогим вином, устрицами и креветками. А нищий наслаждается стаканом чая. Но дело в том что они оба имеют желания, и привязанность к чему то своему. Каждый из них в стакане вина или в стакане чая видят свое, как то что лично ему необходимо для того чтобы стать счастливым. Они оба одинаково не свободны. Король и нищий. Если у человека есть чувство своего, он не свободен. Несвобода бомжа, который считает коробку из-под телевизора своим домом и боится потерять ее, и несвобода короля, который дорожит своим царством, это одинаковая несвобода. Отречение, о котором тут говорит Кришна, это отречение от чувства мое, от любви к объекту. Не от какой-то возвышенной любви, а от чувства что мне это надо.

На самом деле, если хорошо подумать, то у человека в этом мире есть только что-то одно, что действительно принадлежит ему. Это его личное невежество, от которого он должен отказаться. Но какие у него есть основания объявлять окружающие его объекты своими? Если посмотреть и подумать, то в этом мире человеку не принадлежит ничего. Эта ошибка возникает в следствии отсутствия размышлений. Потому что если честно подумать, то в этом мире не останется ничего моего. Тело мне дано, я его не выбирал, родителей я тоже не выбирал. Воздух, солнце, планета, это все дано, я это я не сделал сам. Если бы это действительно было моим, то я бы мог им распоряжаться. Но никто не хочет умирать, никто не хочет стареть, и никто не может распорядиться своим телом так, чтобы не умирать и не стареть! Одно это должно натолкнуть на мысль что тело не мое, раз я им не распоряжаюсь. Тело смертно, и смертно достаточно неожиданно. У меня нет над этим власти, а значит я не являюсь хозяином тела. Я всего лишь его временный распорядитель.

Но объявляя что-то своим и начиная это что-то любить и охранять, человек совершает ошибку, в результате которой неизбежно страдает. Когда он теряет то что и так ему не принадлежит, то результатом этого заключения неизбежно будет страдание. Вся самсара состоит из проблем которые возникают одна за другой, потому что человек объявляет своим то что ему не принадлежит. Объявляет и лишается, снова объявляет, и снова лишается. Вся самсара состоит из таких страданий. Но на самом деле отречься нужно не от объектов, отречься нужно от чувства мое. Любые желания и отвращения появляются из неверного и необоснованного чувства мое, которое является результатом ошибочного понимания себя. Отказ от этого чувства и будет освобождением от несвободы, это



и будет настоящим отречением. По своему обыкновению, Кришна в этой строфе дает не внешние признаки отрекшегося человека, он указывает на внутренние признаки нитья саньяси.

Нитья саньясин, это тот, кто саньясин по отношению ко всему! Это особое качество для которого необходима внутренняя готовность. Саньясин это тот, кто не желает и не ненавидит. Отсутствие как желаний, так и отвращений, это следствие понимания. Не тупой инерции, а именно понимания. Камень тоже не желает, и ни к чему не испытывает отвращения. Но к освобождению это его не приближает. В этой шлоке Кришна дает признаки настоящей саньясы, хотя Арджуна задавал ему вопрос о саньясе формальной. Почему бы мне сейчас не отречься от действий? Отвечая на этот вопрос, Кришна ему указывает на настоящую саньясу. Следующий признак который он называет, это пребывание вне противоположностей. Такой человек легко освобождается из несвободы, о Арджуна.

Противоположности Кришна упоминает потому что человеческий разум привык оперировать посредством сравнений. Я знаю то что хорошо, как противоположность того что плохо. Я знаю женщину как противоположность мужчины. Отец — это противоположность матери. Красиво - не красиво. Человеческому разуму всегда хочется что-то сравнить. Белое относительно черного, высокое относительно низкого, теплое относительно холодного. Для разума, сравнение — это единственный способ понимания. Другого способа у него просто не существует, и поэтому разум всегда взвешивает и сравнивает. Это хорошо, а это плохо. Если случается ситуация в которой он не видит контраста, разум зависает. Если человеку первый раз в его жизни показать что-то совсем непонятное, то что он раньше никогда не видел и не имел об этом никакого мнения, он не сможет сказать красиво это, или не красиво. Для этого ему нужно что-то, с чем бы он мог это сравнить.

Ребенок не знает что такое хорошо, а что такое плохо. Он принимает все как есть. Он не знает что молоко вкусное, и что погремушкой можно играть. Он не понимает, что нужно бояться высоты или открытого огня. Со временем он смотрит на других и учится. Учится сравнивать. Он прислушивается к своим ощущениям, он видит реакцию других людей, и понемногу узнает и принимает объекты относительно которых он выстраивает свою систему ценностей. Таким образом ребенок учится оценочному мышлению. Он учится выделять из этого мира пары противоположностей. Самсара вся состоит из противоположностей. Высокого-низкого, теплого-холодного, красивого-некрасивого, желательного-нежелательного, и т.д.

Ребенок постепенно учится жить в самсаре, и с каждым повторением этих пар противоположностей он делает выводы, и он подтверждает для себя реальность мира. Он учится взаимодействовать с миром как его отдельная часть. Если мир состоит пар противоположностей, то, следовательно, я его часть. По мере того как ребенок учится выделять пары противоположностей, он разучивается чувству безоценочности, которым он обладал, когда еще был младенцем и был не способен давать определения. Он был в полной неизвестности, он не знал кто он. И для того чтобы знать себя как что-то, и знать что-то о мире, необходимо учиться, необходимо прилагать какие-то усилия. А естественное состояние никаких усилий не требует. Ребенок рождается в естественном состоянии, и прилагая усилия учится видеть мир самсары.

Саньяси вступивший на путь мудрости, должен заново научиться лишать мир реальности. Он учится этой детской безоценочности, он избавляется от привычки сравнивать и давать определения. Потому что определения всегда основаны на сравнении. Если это кошка, то это значит что это не собака, не птичка, и не сосед дядя Ваня. Это что-то помимо меня. Саньяси это продвинутый искатель, обладающий необходимыми качествами, который учится не прилагать усилий по интерпретации мира. Он учится не выделять из этого мира пары противоположностей. Но это не значит, что он становится ребенком. У него есть достаточный жизненный опыт, он понял многое о самсаре, понял что это его не удовлетворяет, и что ему хочется вырваться из несвободы.

Ребенок не интерпретирует, потому что еще не научился, а саньяси наоборот, учится жить в мире безоценочности. Другими словами, он не наделяет мир реальностью. Каким образом это происходит? С помощью понимания. Это очень продвинутая практика по отказу миру в реальности, это практика выхода за пределы разума. Для этого разум должен быть очень чистым. В нем не должно быть большого количества васан, и желаний действовать. Идя по этому пути, он постепенно избавляется от оценочности, он постоянно переводит внимание на причину. Он учится видеть ее во всем. Причина — это то что объединяет один и другой объект. Если есть два объекта, значит есть и третье, которое их объединяет. Саньяси учится постоянно обращать внимание на причинность, на основу, на субстрат. Привычка обращения внимания на то что объединяет, это очень мощный инструмент для выхода из самсары. И тот кто утверждает в саньясе, тот пребывает вне всяких разделений, тот кто утвердился в таком внимательном виденье, он с легкостью достигает освобождения.

Но если ты не готов, если ты видишь противоположности, то продолжай практиковать карма йогу. Отвечая на вопрос Арджуны, Кришна указывает на очень и очень высокий стандарт для саньясы. Его ответ определяется по критерию подготовленности искателя. Видишь противоположности? Не свободен от них?

Не умеешь обращать внимание на причину? Тогда продолжай практиковать карма йогу. Выходишь за противоположности? Утверждаешься в привычке обращать внимание на причину? Значит готов к саньясе, и можешь практиковать шравана манана нидидьясану.

ОМ рUrNam-adaH рUrNam-idaM рUrNAt-pUrNam-udacyate |  
рUrNasya рUrNam-AdAya рUrNam-eva-avaziSyate ||  
ОМ zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати 151**  
**Глава 5 Шлока 3**

zrlbhagavan-uvAca  
saMnyAsaH karma-yogaz-ca niHzreyasa-karAv-ubhau |  
tayos-tu karma-saMnyAsAt-karma-yogo viziSyate || 2 ||

*Бхагаван Кришна сказал:*

*Отречение от действий и карма йога оба приводят к освобождению.  
Но карма-йога из них лучше, чем оставление действий. (5.2)*

jJeyaH sa nitya-saMnyAsI yo na dveSTi na kAGkSati |  
nirdvandvo hi mahAbAho sukhaM bandhAt-pramucyate || 3 ||

*Тот, кто не отвергает и не желает, должен быть  
известен как навсегда отрекшийся.  
Ибо тот, кто пребывает вне противоположностей,  
легко освобождается из несвободы, О Арджуна. (5.3)*

В ответ на вопрос Арджуны что лучше, действие или отказ от него? Карма йога или саньяса? Бхагаван Кришна говорит, что как путь отречения от действий, так и путь карма йоги, оба ведут к освобождению. Но карма йога из них лучше, чем путь саньясы. Во второй шлоке он упоминает качества которыми определяется готовность искателя к оставлению действий.

*Тот, кто не отвергает и не желает, должен быть  
известен как навсегда отрекшийся.  
Ибо тот, кто пребывает вне противоположностей,  
легко освобождается из несвободы, О Арджуна. (5.3)*

Бхагаван Кришна говорит о том что практика карма и гьяна йоги необходима, он настаивает на том что они должны быть практикуемы последовательно, друг за другом. И каждый искатель должен пройти оба отрезка этого пути. Сначала карма йога для очищения разума, а потом гьяна йога для обретения знания. В огромном количестве случаев искателю первостепенно необходима именно карма йога. Потому что ему необходимо очищать и подготавливать свой разум. Для большинства искателей карма йога будет составлять большую часть пути. Арджуна же спросил, а какая практика лучше? Наличие у него такого вопроса подразумевает выбор, которого на самом деле нет. На что Кришна прямо отвечает ему, что для тебя будет лучше карма йога, которая поможет

тебе избавиться от множества препятствий в своем разуме. В том числе и от тех, которые привели тебя на это поле боя.

Арджуна пока еще не готов для оставления действий. Если он сделает это сейчас, то препятствия разума не дадут ему сосредоточиться на знании. Внешне он конечно сможет сидеть в медитации, но его разум неизбежно будет отвлекаться. И как говорится в Вивека Чудамани, вследствие незрелого и преждевременного бесстрастия, из глубин океана появляется крокодил желаний, и утаскивает искателя за собой. Поэтому разум должен созреть и обрести необходимые качества, прежде чем он может следовать пути знания. По умолчанию, разум который никогда не задумывался об этом, и не пытался вырастить в себе необходимые качества, всегда устремлен к внешним объектам, и не может оставаться без дела.

Обычно для того чтобы отвлечься, человеку рекомендуют чем-то заняться. Потому что действие — это способ перенесения внимания. Ты сосредотачиваешься на каких не столь отдаленных целях, ты их достигаешь, и разуму не надо размышлять о чем-то более глубоком. Это способ продлить свое пребывание в самсаре. Потому что такой подход позволяет не думать о настоящей цели. Самсара - это последовательность действий по достижению непродуманных целей, которые позволяют разуму достичь чего-либо не продуманными методами. Самсара это непродуманные действия, непродуманные цели, и непродуманные методы.

Чтобы приучить разум к размышлениям, необходимым качеством для того чтобы он мог следовать пути знания, будет его очистка от непродуманных действий. Разум очищается посредством карма йоги, с помощью действий, которые отдаются Богу. Они (действия), перенаправляются со множества небольших мирских целей, на Высшую цель. Таким образом, бездумная ежедневная гонка за незначительными результатами прекращается. Карма йога — это искусство по перенаправлению активности разума в нужную сторону, которая также облегчает и ношу ответственности. Она отдает часть ответственности на Высший уровень. Говоря: *Смотри, ты ответственен только за действие, а за результат отвечает Бог, тотальность. Посмотри, обрати внимание как много факторов вовлечено в то чтобы ты смог получить результат. Ты не можешь контролировать и быть ответственным за все.*

Стоит только остановиться и подумать, чтобы это стало очевидным. Ты можешь посадить семя в землю, и ухаживать за ним. Но ты не можешь контролировать выпадение града, который уничтожит едва взошедший росток. Или внезапный заморозок. Результат находится в прямой зависимости от огромного количества условий. Ты можешь делать все что от тебя зависит, но это не да-

ет 100% гарантию результата. Но если ты совершаешь действие в духе карма йоги, ты отдаешь часть ответственности Богу и тотальным силам, на которых лежит ответственность за полный результат. Таким образом, разум избавляется от очень эгоистической тенденции считать себя ответственным за все. Потому что разум по умолчанию считает себя причиной всего. Это очень эгоистическая позиция, и по сути человек себя перегружает ответственностью. Потому что джива, маленькая личность, не может быть ответственной за весь мир, за всю тотальность причин и следствий, которые влияют на получение результата.

И когда в результате занятий карма йогой, разум дживы отказывается от части ответственности за то что ему и так никогда не принадлежало, у него появляется энергия и возможность, распорядиться своим вниманием более рационально. Джива получает возможность направить свое внимание на Высшую цель, и понять чуть больше. Она получает возможность начать разбираться что от чего зависит, и что является причиной всего. У дживы появляется возможность взглянуть на все чуть более глубже. Такой разум понимает больше, он очищает сам себя. Получается некая самоподдерживающаяся система, и именно так и работает карма йога.

Арджуна сейчас нужна карма йога, и поэтому Кришна ему напрямую говорит об этом. Но нужно понимать, что этот совет не абсолютен! Не во всех случаях карма йога лучше. Другому человеку он мог бы дать другой совет. Если бы он увидел больше понимания, и большую чистоту разума. Вполне возможно, что такому человеку он бы посоветовал перейти непосредственно к гьяна йоге. Но конкретно для Арджуны, равно как и для большинства искателей, карма йога несомненно лучше. А принятие саньясы Арджуной сейчас попросту невозможно. И более того, такая преждевременная саньяса была бы большой ошибкой. Поэтому Кришна повторяет свой совет.

До этого момента Арджуна ни разу не задумывался об освобождении. Он и о знании то впервые услышал во второй главе. У него нет развитой вивеки которую бы он прожил, и из которой он бы мог действовать. Он впервые услышал эту идею. У него нет вивеки, нет вайрагьи, равно как нет и остальных необходимых качеств. Для того чтобы эти качества появились, то что он услышал в первый раз, должно быть прожито. Арджуна еще явно не готов к оставлению действий и принятию саньясы.

Указывая на качества саньясина, Кришна задает очень высокую планку. Саньясином способен стать далеко не каждый, потому что для этого требуется очень тщательная подготовка, и очень большая степень чистоты разума. Лишь тот может называться саньясином, кто не желает и не отвергает. Саньясин это

искатель, навсегда утвердившийся в отсутствии желаний и отвращений. Он пребывает вне пар противоположностей. Это не значит что он физически чего то лишен. Это значит, что он не имеет привязанностей. Привязанность может иметь как царь во дворце, так и нищий на улице. Объекты привязанности у них могут быть совершенно разными, но результат, т.е. сама привязанность, будет той же самой. И царь и нищий, могут быть одинаково связаны разными объектами, и их несвобода будет одинакова.

Стоит отметить, что точно так же не привязанным может быть и царь во дворце, и ничем не обладающий нищий саньясин. Отсутствие привязанности, это и есть отречение. Это и есть отсутствие желаний и отвращений, это и есть пребывание вне пар противоположностей. Именно этим качеством и должен обладать человек, которого называют навсегда отрекшимся, утвердившимся в отречении. Привязанность отсутствует, когда у человека не возникает чувство мое, по отношению к любым объектам как на физическом уровне, так и на тонком уровне. Как только появляется чувство мое, сразу же появляются разочарования, страдания, и прочие нехорошие чувства. Страдание появляется не по тому что в жизни что-то случилось. Не потому что произошла встреча или расставание. А потому что человек успевает за краткие мгновения встречи сформировать ощущение *это мое*, и потом, когда наступает время расстаться с этим объектом, получается что он что-то потерял. Меня стало меньше, я от этого страдаю, мне больно. Работа по избавлению от страданий должна проходить на уровне разума и понимания. Чувство мое - это корень всех страданий. Это чувство формируется в нас из-за невнимательного отношения к тому что моим не является. Над этим нужно размышлять, ведь такая работа на уровне разума приводит к его постепенному очищению от привычки называть своим то, что им не является.

Во второй строфе Кришна дает главный внутренний признак саньясы. Это не отсутствие чего-либо у человека, а это не формирование чувства мое. Саньясин свободен от привязанности. Он не имеет ни желаний, ни отвращений ко всему что ему встречается в жизни. Он не говорит это мое, потому что он пребывает вне пар противоположностей. Пары противоположностей — это тоже всего лишь привычка разума, он всегда что-то сравнивает, взвешивает и решает лучше. Разум начинает работать, когда есть то что сравнивать, а когда ему сравнивать нечего, он по привычке пытается это найти. И если вдруг по какой-то причине он этого сделать не может, он изо всех сил пытается выйти из такого состояния. Разуму очень некомфортно находиться в условиях где ему нет работы.

Для осознания своей природы, наоборот, нужно пребывать в состоянии которому разум противится. Потому что моя природа, это то что остается, когда не-

чего сравнивать. Метод предлагаемый Адвайта Ведантой заключается в том, чтобы перенаправить внимание к тому что не сравнимо ни с чем. Разум по привычке определяет себя как человека, потому что он знает других людей, он знает животных, и делая сравнительный анализ, он определяет себя как человека. Он определяет себя высоким или низким, он определяет себя как мужчи-ну или женщину. Но моя истинная природа находится за всеми сравнениями. И для того чтобы узнать то что существует вне зависимости от имени или ка-ких-то других определений, разум должен быть воспитан и натренирован, что-бы он не мешал своими стремлениями к сравнению. Он должен спокойно, не-подвижно и внимательно, не засыпая замереть, и не мешать своими движе-ниями задать тебе вопрос кто я, когда оставлены все сравнения?

*Кто я, безотносительно всего?*

Истина абсолютно безотносительна, и она узнается, когда нет никаких сравне-ний. Когда разум который очищен с помощью карма йоги, не мешает своими попытками сравнить. Невоспитанный же разум, своими постоянным движе-ния не позволяет узнать природу самого себя. На самом деле, с точки зрения истины, попытки разума сравнивать, его стремления к оценке и к преждевре-менным выводам, требуют колоссального количества энергии. А пребывание в спокойствии, энергии не требует. Оно естественно. Оно не требует усилий. Так вот, карма йога это и есть усилие, для постепенного отучения разума от такой бестолковой суеты.

Это учит его быть спокойным и внимательным, и не прилагать усилий по ин-терпретации мира. Странным образом, пребывание в естественном состоянии, требует усилий по приучению разума оставить усилия. Перестать совершать заключения о мире, это очень продвинутая практика. Наш разума это делает автоматически, он смотрит, он видит и сразу интерпретирует. Мы даже не за-мечаем, как это происходит. Для того чтобы его от этого отучить, требуется практика отказа миру в реальности, которая позволяет искателю выйти за пределы разума. Путь к этой практике также начинается с карма йоги. Потому что только очищенный карма йогой разум, может остановиться и перестать интерпретировать. Для этого разум должен достаточно чист. В нем не должно быть васан, склонностей, желаний и отвращений.

Только такой разум готов к саньясе, во время которой практика понимания выходит на первое место. Разум который может остановиться, с легкостью дос-тигает освобождения, и способен сосредоточиться на том что объединяет лю-бые две противоположности. Он способен сосредоточиться на причине.



И карма йогин и саньясин, это мумукшу, это искатели освобождения, их объединяет одна и та же цель, но находятся они от нее на разных дистанциях. Карма йогин стремится, готовится и очищает свой разум, а саньяси занимается исключительно знанием. Потому что он готов, и его виденье мира безоценочно. Такой человек всегда может оставаться наедине с самим собой. Но это не так просто. Есть интересная притча, которая иллюстрирует готовность человека к саньясе. Мы уже знаем несколько историй про короля Джанаку. Так вот, Джанака был домохозяином, у него была семья, он правил царством. И как-то раз он пришел к учителю, для того чтобы спросить его о Высшем знании. А учился он вместе со множеством других учеников, которые посматривали на него свысока, потому что он был грихастхой. Остальные ученики были формально приняты в саньясу. Они ходили в оранжевых одеждах, с обритой наголо головой.

И вот однажды, учитель решил проверить своих учеников, и прямо во время занятия сотворил иллюзию, которая создала видимость пожара. Во время этого, он с учениками сидел в тени большого дерева, вокруг которого стояли простые домики вроде шалашей, в которых жили его ученики. В этих домиках хранились кое какие пожитки, в виде миски для сбора подаяния, набедренной повязки и данды, с которой по традиции должен ходить саньясин. Так вот, эти домики занялись огнем, и ученики-саньясины тут же бросились спасать свое имущество, прервав внимательное слушанье учителя. Один Джанака не заметил этого огня, и продолжил слушать объяснения. Подбежав к своим шалашам, ученики увидели, что на самом деле никакого пожара нет, и что это была всего лишь иллюзия, и они постепенно один за другим, возвратились к уроку. Подойдя к тому месту где сидел учитель, они заметили что урок не был прерван, и что возле учителя сидит только один из них. И это был Джанака. Увидев это они поняли, что быть саньяси внешне, и быть саньяси по подготовленности своего разума, это разные вещи. Даже грихастха может быть внутренне более отреченным, чем тот, кто внешне принял все признаки саньясы.

Джанака в этом примере был показан как нитья саньяси, как утвердившийся в отречении. Ради знания он не оставил урока, и не побежал спасать то что ему принадлежало. Он предпочел знание, это была его внутренняя позиция. Он саньяси не по внешнему виду, он саньяси по состоянию разума. Дело не в оранжевых одеждах, а во внутренней готовности. Главным критерием является способность обращать внимание на причину, вследствие которой человек пребывает вне противоположностей. Такая способность должна присутствовать не время от времени, сел, задумался и обратил внимание на причину, нет! Это должно быть постоянное качество. Если этого не случается, то необходима практика карма йоги, для полировки и очистки разума. Поэтому для огромного числа искателей, предпочтительнее именно она. До тех пор, пока они не бу-

дут внутренне готовы. Пока не обретается привычка обращения внимания на что-то более глубокое, чем разделяющие имена и формы.

Внутренняя готовность означает отречение с помощью понимания, это подобно тому, когда повзрослевший ребенок вырастает из привязанностей к погремушкам. Тогда такой отказ случается безуильным, и ты просто об этом не думаешь, как не вспоминаешь о мусоре, который ты выбросил неделю назад. Но если ты вспоминаешь об этом, это значит что привязанности еще остались. Физически мусор ты выбросил, но в твоей голове он остался. Значит ты ценишь и помнишь его. Если остались привязанности, если ты что-то ценишь и не можешь без этого жить, это значит, что ты еще не саньяси. Можно провести простой мысленный эксперимент, и честно подумать о чем-то таком, что тебе очень дорого. И представив себе расставание с этим, честно увидеть свою реакцию. Ты надеешься, что этого никогда не произойдет, но это не так. Готов ли ты расстаться? Насколько ты готов? Саньяси, это тот, у кого нет ничего ценного. Если ты готов расстаться с каким-то объектом, то эта готовность сама по себе уже лишает любой объект статуса ценного. Саньяси готов расстаться абсолютно со всем. Он не желает, он не ненавидит, он не стремится обладать и не стремится отказаться. Он не связан желаниями и привязанностями. Он не зависит от противоположностей.

Избегание желаний — это не решение проблемы. Избегание показывает, что ты считаешь это желание слишком сильным. Настолько сильным, что не справляясь с ним, ты избегаешь его. У тебя не хватает духа открыто встретиться с ним лицом к лицу. Подобное избегание делает человека слабым, потому что приводит к накоплению проблем. Эта же схема верна и для отвращения, что однозначно показывает наличие проблемы, и неспособность ее решить. Ещё совсем недавно Арджуна был именно таким человеком. И позволить ему принять саньясу, означало бы усугубление проблемы. Арджуна однозначно не готов для оставления действий, потому что в его разуме еще остались желания, которые и являются причиной самсары.

Желания основанные на понятии мое - это основа не свободы. Единственным правильным решением будет держать желания и отвращения под контролем, с помощью понимания. Чем больше понимания, тем меньше желаний. Чем больше понимания, тем больше контроля над разумом. Став хозяином своему разуму, ты обретаешь власть над своей жизнью, и над всем миром. Потому что ты видишь мир максимально объективно, и приближенно к тому как есть. Разум — это относительная объективность, а абсолютная объективность, доступна только при осознании без относительной истины. Относительно чистый разум, способен видеть входы и выходы из любых ситуации в самсаре. Чистый

разум экономит очень много энергии и внимания, которые должны быть направлены в правильную сторону.

Карма йогин работает с желаниями и отвращениями. Он работает с ними с помощью понимания, и перенаправления внимания. Он позволяет желаниям и отвращениям всплывать в своем разуме, и осознанно работать с ними. Он пытается понять их, и уничтожить с помощью понимания. Он действует не ради своих эгоистических целей, он действует исходя из того что должно быть сделано. И такой практикой, он возвращает правильное понимание, и постепенно очищая свой разум.

ОМ рUrNam-adaH рUrNam-idaM рUrNAt-pUrNam-udacyate |  
рUrNasya рUrNam-AdAya рUrNam-eva-avaziSyate ||  
ОМ zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати 152 Глава 5  
Шлоки 4-5**

jJeyaH sa nitya-saMnyAsI yo na dveSTi na kAGkSati |  
nirdvandvo hi mahAbAho sukhaM bandhAt-pramucyate || 3 ||

*Тот, кто не отвергает и не желает, должен быть известен  
как навсегда отрекшийся.*

*Ибо тот, кто пребывает вне противоположностей,  
легко освобождается из несвободы, О Арджуна. (5.3)*

Эта шлока говорит нам что отречение от действий, равно как и карма йога, являются разными частями одного и того же пути, который в конце концов приводит к освобождению. Но отвечая на вопрос Арджуны что выбрать, карма или гьяна йогу, Бхагаван Кришна говорит, что карма йога лучше чем оставление действий. Нужно понимать, что этот ответ адресован непосредственно Арджуне. Потому что как объясняется в этой строфе, для саньясы необходима высокая квалификация. Необходимо отсутствие желаний и отвращений, необходима утвержденность в отречении, которое взросло из понимания. Готовый человек должен быть свободен от противоположностей, они не должны затрагивать его.

Противоположности — это привычная работа разума, потому что разум всегда оперирует сравнениями. Это лучше, это хуже, он постоянно всему дает определения. Я хороший, я плохой, я высокий, я низкий, я мужчина, я женщина. Потому что рядом всегда есть тот кто не высокий, не низкий, противоположного пола и другой профессии. Разум сделан так что он оперирует только сравнениями, и оперируя ими, он имеет тенденцию считать их абсолютными. Он делает сравнения, и свое сравнение выдает за истину. И веря этому как реально-сти, человек живет в мире противоположностей. Готовый к саньясе человек превзошел эту тенденцию разума, она более не обманывает его. Он видит гораздо больше чем то что говорит ему разум. Дословно, саньяса переводится как отречение от действий.

Человек имеющий достаточную квалификацию переходит к оставлению действий, он обращается к чистой гьяна йоге, к следующей стадии познания. Для того чтобы это имело возможно произойти, необходимо практиковать карма йогу. Карма йога практикуется с помощью действий, а саньяса, оставление действий, устремление к знанию, предполагает совсем другие методы. Для

практики карма йоги не требуется особых качеств, ее может практиковать совершенно любой человек. Саньясу же, напротив, невозможно практиковать с помощью действия. Зачастую, единственное что знает и может человек, это действие. Действие — это единственный метод для достижения поставленных им перед собой целей. Принятие саньясы и вступление на путь гьяна йоги, предполагает что человек открывает для себя иной метод приложения усилий. Усилия прилагаются в направлении понимания. Не действия, а понимания. Саньясин понимает, что с помощью таких усилий достигаются совершенно другие результаты. Такой подход не является второстепенным действием для достижения освобождения, это самый главный и единственный метод.

Перед саньяси (имеется в виду вивидеша саньяси, т.е. тот кто стремится к знанию), и перед карма йогиним, стоит одна и та же цель. Они оба являются мумукшу, искателями освобождения. Находясь на одном и том же пути, они в то же время находятся на разных его отрезках, на разных этапах этого пути. Карма йогин только готовится к знанию, а саньяси уже стремится понять его. Искатель, без стремления к освобождению, не может быть ни саньясином, ни карма йогиним. Если я не понимаю что моей главной целью является освобождение, то даже совершая хорошие и правильные действия, я не буду карма йогиним. В таком случае карма йога превращается просто в карму. Вернее карма, действие, не становится карма йогой.

Если саньяса делается без четкого устремления к цели, это тоже не саньяса, это всего лишь притворство. Внешне это может и выглядеть как саньяса, но если не понимается цель и методы, это будет всего лишь имитация. Именно стремление к освобождению и понимание методологии, делает искателя готовым к поиску знания.

В ходе практики карма йоги, появляется безоценочное видение, которое позволяет прийти к отсутствию желаний и отвращений. Эти качества появляются потому что карма йогин учится направлять свое внимание на причину. Он всегда смотрит не на следствие, а на причину. Он практикует это постоянно, во всех своих действиях и восприятиях. Такая степень осознанности необходима для практики карма йоги. Он постоянно обращает внимание на причину, в противоположность той привычке, которая сложилась у него за многие годы. Если ты обращаешь внимание на следствие, то получается так что ты обращаешь внимание на то что разъединяет. Карма йогин же, учится видеть тотальную картину мира, и постоянным обращением к причине он очищает свой разум.

Познание природы самого себя, это окончательное нахождение причины всех причин. Карма йогин начинает практиковать эту методологию, которая позво-

ляет ему прийти к окончательному пониманию. Это начальная практика, и практиковать ее необходимо на том уровне, на котором она тебе доступна. Беря в руку чашку, мы обращаем внимание на глину из которой она сделана, если же нам в руки попадает стакан, мы обращаем внимание на стекло. Именно с таких простых примеров и начинается практика перевода внимания на причину. Во всем. На всех уровнях. Сначала на уровне плотных объектов, потом на уровне тонких объектов, и так до самого конца. До самой причины всех причин.

Таким образом, обращая внимание на причину, карма йогин очищает свой разум, и подготавливает его к знанию. Его разум становится твердым в отречении от следствий, и утверждается в видении причины. Он перерастает привязанность и отказ от объектов. Он не избегает проблем, он идет в проблемы и пытается решить их, практикуя более тотальное виденье. Когда он приступает к действию, он не задает себе вопрос, а хочу я этого или не хочу? Он понимает, что есть то что должно быть сделано, вне зависимости от того приятно ему это или нет.

Арджуна еще не более получаса назад с помощью саньясы хотел избежать решения проблем, и не делать неприятную карму. Я не хочу убивать своих людей. Я не хочу идти против своих учителей. Сама попытка избежать сражения свидетельствует о том что его понимание слабо, и что он не готов к знанию. Именно поэтому Бхагаван Кришна и советует ему карма йогу, как практику продвижения по духовному пути.

Карма йога — это искусство действия без желания. Ты должен на практике понять искусство того что должно быть сделано. Если бы Арджуна задавался этим вопросом, то и ответ был бы ему очевиден. Он бы не забыл, что это битва не одних людей против других, это битва не против моих людей, это битва не учеников с учителями. Это сражение за дхарму. Силы дхармы противостоят адхарме. Праведность сражается против неправедности.

Что должно быть сделано в этом случае? Арджуна однозначно должен выступить на стороне сил дхармы. Если бы он самостоятельно задал себе этот вопрос, то и проблем бы у него не было. И вопросов у него к Кришне тоже бы не было, или же они были бы другими. Но благодаря тому, что он оказался в этой ситуации, у нас есть учение Кришны, и поэтому мы должны быть благодарны заблуждению Арджуны.

Практика постоянно исходить из вопроса что должно быть сделано, позволяет держать желания и отвращения под контролем, позволяет постоянно держать во внимании более широкую картину происходящего, и не заужать поле зре-

ния. Такой подход уменьшает силу и количество желаний и отвращений, и постепенно ты становишься хозяином своему разуму. Чем меньше желания волнуют твой разум, тем более он успокаивается. Чем более разум спокоен, тем менее он искажает видимую тобой картину мира, и тем более он способен понять ее.

Нечистый разум, разум возбужденный желаниями и отвращениями, постоянно торопится и делает поспешные выводы. Он невнимателен, он пропускает важное и обращает внимание на неважное но броское, он очень быстро забывает то что он только что понял. Он опирается на автоматические реакции, он совершает действия не задумываясь, он не замечает своих ошибок. Карма йога постепенно избавляет его от всех этих проблем. Процесс практики не эгоистического действия привносит в человеческую жизнь элемент осознанности. Карма йогин действует не ради своих эгоистических целей, он делает то что должно быть сделано. Таким образом он возвращает правильное понимание, он очищает свой разум, и постепенно готовится к следующей стадии. Чтобы стать готовым к знанию, он должен стать нитья саньяси, он должен оставить все свои желания с помощью практического проживания своего понимания. Это не насильственное подавление этих желаний, это не избегание их. Это их проработка, это вырастание из них. Когда человек способен на это, это говорит о его зрелости и готовности. Такой человек с легкостью освобождается от не-свободы.

सांख्ययोगौ पृथग्बालाः प्रवदन्ति न पण्डिताः ।

एकमप्यास्थितः सम्यग्भयोर्विन्दते फलम् ॥ ४ ॥

sAMkhya-yogau pRthag-bAlAH pravadanti na paNDitAH |  
ekam-apy-AsthitaH samyag-ubhayor-vindate phalam || 4 ||

*Дети, но не мудрые, утверждают, что знание и карма-йога различны.  
Тот, кто верно следует даже одному из этих путей,  
обретает результат обоих. (5.4)*

Под ребенком в этой шлоке подразумевается неразумный, не понимающий человек, который никогда ранее не слышал о санкхье или карма йоге. Такой человек видит различия между ними, в виду того что его разум привык обращать внимание на следствия не видя причин. Не видя того что объединяет. Он видит различные пальцы, но при этом он не замечает руки! Что видит такой мало понимающий человек? Он видит, что карма йога предполагает действие, а санкхья предполагает отказ от действий. Ведь это очевидно противоположные вещи!

Но дело в том, что карма йога — это практика предназначенная для начального этапа духовного пути, в то время как гьяна йога, требует достаточно высокой квалификации. Она предназначена исключительно для подготовленного искателя, в противоположность карма йоге, которую каждый может начать практиковать «с нуля» Единственным условием является понимание необходимости освобождения. Когда понята необходимость освобождения, тогда начинается карма йога.

Наставления по практике карма йоги можно получить из писаний или от учителя. Поняв основные ее принципы, более не требуется постоянного инструктора. В отличии от гьяна йоги, где требуется постоянная сверка и работа над собственным пониманием. Потому что даже не большое расхождение в понимании, может привести к тому что человек собьется с пути и потеряется. Поэтому необходимо наличие учителя, который будет исправлять такие ошибки. А так как заглянуть каждому искателю в голову он не может, поэтому необходимо прямое общение. Ученик показывает свое понимание, задает вопросы, и на основе этого учитель дает ему объяснения. Если такой обратной связи нет, то нет и процесса обучения. Гьяна йога без учителя невозможна. С точки зрения цели между карма йогой и гьяна йогой, противопоставления не существует. Это всего лишь стадии которые зависят от степени готовности искателя. Когда ты практикуешь карма йогу, искусство действия, ты постоянно помнишь, что твоя цель это освобождение. И во время практики гьяна йоги, ты также не упускаешь из вида освобождение. И если ты практикуешь их верно, то ты достигнешь цели.

Арджуна задавал вопрос, что лучше, действие, или отказ от него? Следование гьяна йоге, или карма йоге? На что Кришна отвечает, что такая постановка вопроса существует только в понимании ребенка. На самом деле они (йоги), не отделяются и не отличаются друг от друга, с точки зрения окончательной цели. Если не упускать из внимания контекст, то это один и тот же путь, который начинается с карма йоги, и плавно переходит к практике санкхьи.

यत्सांख्यैः प्राप्यते स्थानं तद्योगैरपि गम्यते ।

एकं सांख्यं च योगं च यः पश्यति स पश्यति ॥ ५ ॥

yat-sAMkhyaiH prApyate sthAnaM tad-yogair-api gamyate |  
ekaM sAMkhyAM ca yogaM ca yaH pazyati sa pazyati || 5 ||

*К тому состоянию, которое обретается саньясинами,  
приходят также и карма-йоги.*



*Кто видит единство знания и карма-йоги,  
только тот воистину видит. (5.5)*

С точки зрения окончательного результата, саннья и карма йога едины. И тот кто видит что они приводят к одному и тому же результату, тот действительно видит. Ребенок видит различие между знанием и действием, но мудрый видит, что это одно целое. Карма йога включает в себя обязательную компоненту осознанности. Карма йога — это осознанное действие, совершаемое на основе тотальных законов творения. Такая практика способствует увеличению понимания. Искатель готовый к знанию, видит взаимосвязанность всего со всем в этом творении. Он видит его как огромный организм, состоящий из миллиардов отдельных клеток. И все эти клетки, на основе взаимосвязанности, работают на благо организма. Человек знающий природу творения, он знает себя как одну клетку этого тотального организма. Внешне он продолжает действовать. Он действует без чувства эго, для него действие и знание становятся двумя сторонами одной и той же монеты. Он действует не действуя, потому что он знает бездействие в действии, и действие в бездействии.

Однажды кто-то спросил у Рамана Махарши, а почему вы сидите здесь, и ничего не делаете? Почему бы вам, вместо того чтобы сидеть и ничего не делать, не заняться полезной работой на благо всех людей? Рамана Махарши ответил, а откуда вы знаете что я не работаю и не действую? Высшее знание — это высшее действие. И тот кто утвердился в нем, внешне может казаться бездействующим, но такой человек вовлечен в Высшее действие.

Для знающего, действие и знание становятся едиными не только с точки зрения цели. Потому что эта цель уже достигнута. Они становятся едиными потому что знание безграничного вообще не предполагает никакого разделения. Нет отдельного действия, как нет и отдельного знания. Карма йога и знание, это две стадии одного и того же пути. А для человека знающего, это единство, это отсутствие любых границ. По достижении окончательной цели, (к которой идет как карма йог, так и гьяна йог), даже формальная разница между ними пропадает.

Освобождение, которое обретается в результате как карма йогином, так и гьяна йогином, это одно и то же освобождение. Потому что ими обретается одна и та же бесконечность. Нет одной бесконечности для одного, и другой бесконечности для другого. Бесконечность — это безграничность, это отсутствие каких-либо границ. Безграничность одна, и она одна для всех. Нет отдельной безграничности для карма йогов, и гьяна йогов. Тот, кто понимает и видит это, тот воистину видит. Тот мудр, он видит истину всего. А другие это всего лишь не-

разумные дети, которые не имеют полного понимания. Даже если они и изучили все писания наизусть.

В Индии, детей браминов, родители направляют в школу для изучения Вед, в которой они на протяжении нескольких лет учат их наизусть. Но им не объясняют их смысл. Если ребенок имеет способности, то потом ему может быть и объяснят смысл содержащийся в них. Поэтому даже если все Веды выучены наизусть и безусловно исполняемы, это не гарантирует их понимания. Только глупец считает, что одно может быть более желательным чем другое.

Слово *raḥyatī* (видит), которое здесь используется, это конечно не дословное его значение. Здесь не подразумевается восприятие глазами. В Адвайте, Атман видится не с помощью глаз, это не что-то отличное от видящего, это знание своей природы, это осознание самого себя. Без какого бы то не было разделения на субъект и объект. Это знание себя как бесконечности. И это *видение*, при обретении знания становится настолько же ясным, как будто человек видит объект в непосредственной близости перед собой. Поэтому и говорится, кто видит это, тот действительно видит, (в смысле тот действительно понимает), тот кто видит их единство. Тот видит, что эти два пути — это не смесь двух путей, это именно два последовательных пути. И практиковаться они должны последовательно, сначала карма йога, а затем гьяна йога. Между ними нет выбора, и оба они ведут к одной и той же цели. Ошибкой будет преждевременный отказ от действий. Потому что это приведет к тому что разум не будет достаточно очищен, и соответственно второй этап станет невозможен.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати 153**  
**Глава 5 Шлока 6**

sAMkhyā-yogau pRthag-bAIAH pravadanti na paNDitAH |  
ekam-apy-AsthitaH samyag-ubhayor-vindate phalam || 4 ||

*Дети, но не мудрые, утверждают, что знание и карма-йога различны.  
Тот, кто верно следует даже одному из этих путей,  
обретает результат обоих. (5.4)*

yat-sAMkhyaiH prApyate sthAnaM tad-yogair-āpi gamyate |  
ekam sAMkhyāM ca yogaM ca yaH paśyati sa paśyati || 5 ||

*К тому состоянию, которое обретается саньясинами,  
приходят также и карма-йоги.  
Кто видит единство знания и карма-йоги,  
только тот воистину видит. (5.5)*

Карма и гьяна йога по форме очень различны. Но утверждать что они разные, могут лишь те кто не понимают их сути, и не видят что вместе они составляют одно целое. Единство знания и действия о котором здесь говорится, это начало тренировки разума. Это задача на понимание сути, это отказ от привычки замечать лишь поверхностное. Эта привычка очень глубоко укоренилась в самсаре, и ее поддержание приводит к тому что эта самсара продолжается. Вся Бхагавад Гита направлена на то чтобы изменить эту привычку, и выработать привычку противоположную. Привычку видеть суть. Когда говорится о единстве знания и карма йоги, имеется в виду суть, которая объединяет их. Смотреть надо на суть, она гораздо более важна для достижения цели.

С точки зрения обычного человека, привычка которого обращать внимание на поверхностные вещи и суждения подтверждалась многими годами практики,

любые два объекта будут различны. Они отличаются друг от друга. Окружающее его общество поддерживает правильность этой точки зрения. На самом деле общество меня постоянно учит доказывать самому себе разницу между одним объектом и другим. Это не просто штаны, это джинсы от Levi Strauss! И они круче чем какие-либо другие джинсы. Хотя казалось бы и то, и другое просто штаны.

Лобстер из Гренландии вкуснее и лучше, чем котлета. Котлета у тебя уже может быть, но ты ковыряясь в ней вилкой, мечтаешь о лобстере. Хотя и то, и другое это просто еда. Общество учит нас находить как можно больше отличий в деталях окружающих нас объектов. Это углубление может происходить бесконечно. Человек бесконечно может познавать различные объекты. Этим, например, занимается наука, она открывает все новые и новые законы, и узнает все новые и новые подробности окружающей нас вселенной. Все общество, и вся система привычного нам знания, настроена на то чтобы узнавалось все больше и больше деталей, которые будут подтверждать реальность объектов и обращать внимание на их отличие друг от друга.

Какое-то время это может быть полезно и хорошо. Человек учится различать, и эта способность то что отличает его от животного. Такой подход к жизни очень полезен на стадии познания мира. Но когда человек уже наелся этого разнообразия, и научился отличать лобстера от котлеты и не нашел в этом счастья, когда он в поисках счастья изучил мир объектов, и не оставил ни одного не перевернутого камня в своей жизни. Тогда у него возникает сомнение, что возможно счастье все же не заключено в объектах этого мира? Именно в момент этого заключения он может обратиться к чему-то другому, и его внимание перестраивается с различения деталей на то что одинаково присутствует во всем.

Это прямо противоположное направление. Сначала его можно практиковать глядя на окружающий мир, и пытаться увидеть нечто общее в том что окружает тебя. Здесь неизменно действует одно правило. Если есть два различных объекта, то обязательно есть нечто третье, что объединяет их. И с точки зрения третьего, эти два объекта будут нераздельны. Начальная практика состоит в том, чтобы выработать у себя привычку глядеть на то что объединяет и поддерживает как одно, так и другое. Это привычка замечать то что является их основой и причиной. Такой подход приводит к тому что весь мир видится совершенно по-другому, и меняется мое отношение к нему. Потому что начинает замечаться то, на что обычно не обращается внимания.

В качестве примера можно привести притчу, как одному священнику поведали рассказ о том как один человек украл горшок. Священник рассмеялся, и

сказал: Глина украли глину! Он конечно же видел что произошла кража, но он видел это совершенно по другому. Он видел единство человеческого тела и горшка. Прах к праху. С точки зрения глины эта ситуация совершенно абсурдна, так как для нее вообще ничего не произошло. Так вот, если ты будешь обращать внимание на такие более глубокие и объединяющие предметы вещи, то тебя не будут затрагивать поверхностные изменения. Потому что ты будешь видеть это как взаимодействие одних материальных объектов с другими. И все.

Следующий шагом будет попытка обратить внимание на то что дает возможность существования как телу, так и горшку. Если человек не привык замечать нечто общее между любыми двумя объектами, для него практика обращения внимания на причину будет недоступна. А ведь как тело так и горшок, это одна и та же материя, просто принявшая разные формы. Внешне ситуация остается той же самой, но понимание ее будет очень и очень сильно различаться. Когда я окружен отдельностями, у меня сразу же появляются желания. Я хочу горшок, я хочу лобстера, мне срочно нужны джинсы от Levi Strauss! Но когда я обращаю внимание на то что объединяет эти объекты, такое желание будет смешным. Потому что на самом деле все это уже у меня есть. Обращение внимания на то что объединяет - это признак мудрости. И видящий единство карма и гьяна йоги, мудр. Это тот действительно видит. А тот кто видит их раздельность, в пятой шлоке сравнивается с ребенком, чье понимание еще далеко от совершенства.

Обращение внимание на то что объединяет объекты этого мира, ведет нас к осознанию Истины, которая по определению является тем что не меняется в зависимости от места, времени и обстоятельств. Истина одинаково присутствует во всем. Придел причинно-следственных это и есть истина. Если мы не научились обращать внимание на причинность, то совершить такой шаг к познанию истины будет невозможно. Поэтому этому необходимо учиться, на любых примерах. Если существует два абсолютно не важно каких объекта, то обязательно есть и что-то третье, которое объединяет их. Необходимо научиться находить это третье.

Объекты окружающего нас мира, кажутся нам различными только при поверхностном взгляде на них. Сам факт их различия говорит о том, что есть то относительно чего они различны! Так же, как и есть то что их объединяет. Это две крайние точки зрения, между которыми существует весь спектр возможностей, раскрываемый этими точками зрения. Абсолютная различность и абсолютное единство. При этом то что есть, оно абсолютно никак не поменялось. Меняется только твое отношение к тому как есть. И это имеет огромные последствия. Если все видится по отдельности, ты не можешь видеть Истину. И это твой выбор. Но если такая точка зрения постоянна, она неизбежно приве-

дет тебя к страданиям, к боли, к неуверенности, к страху. А другая точка зрения, когда я все вижу единым, это шаг навстречу к Истине, которая объединяет абсолютно все.

С точки зрения Истины, страданий не существует. Истина бесконечна, сознательна и блаженна. Если я сознаю ее как себя самого, я не страдаю. Это тоже твой выбор. Выбор страдать или не страдать. Человек сам выбирает какой точки зрения ему придерживаться, и как смотреть на то что есть. Кстати жест намасте, который является приветствием Богу, это складывание двух различных объектов в единое. Это напоминание о том что то кажется различным, на самом деле формирует единое целое. И склоняясь в приветствии, я хотя бы на мгновение вспоминаю о том что едино.

Я самостоятельно выбираю как смотреть на окружающий меня мир. И у этого выбора очень серьезные последствия. Чем больше разделений, тем больше ошибок и страданий. Чем больше единства, тем я ближе к Истине. Практика Бхагавад Гиты заключается в обращении внимания на то что едино за всем раздельным, это обращение внимания на причину на всех уровнях. На уровнях плотных и тонких объектов. На уровне тела, мыслей и конкретных действий. Поэтому и знание и карма йога, едины с точки зрения окончательной цели. А окончательная цель это Истина.

Тот кто видит единство знания и карма йоги, только тот воистину видит!

संन्यासस्तु महाबाहो दुःखमाप्तुमयोगतः ।

योगयुक्तो मुनिर्ब्रह्म नचिरेणाधिगच्छति ॥ ६ ॥

saMnyAsas-tu mahAbAho duHkham-Aptum-ayogataH |  
yoga-yukto munir-brahma nacireNa-adhigacchati || 6 ||

*Но отречение от действий, О Арджуна, сложно достичь без карма-йоги.  
Тот, кто привержен карма-йоге и способен к пониманию,  
скоро достигает Брахмана. (5.6)*

Под словом *Брахман*, здесь подразумевается устремленность к знанию. Такой человек достигает стадии саньясы, стадии реального оставления действий. Шанкара в своем комментарии цитирует Упанишады где четко сказано, что саньяса это и есть Брахман. Брахман воистину есть Высшее. Первая строфа говорит нам, что хотя карма и гьяна йога это один и тот же путь к освобождению, но все же без карма йоги, отречение от действий, саньяса, будет чрезвычайно сложна. Потому что склонность к созерцанию и размышлению, это очень редкое свойство. Обычно человек склонен к действию, и погрузиться в размыш-

ления ему достаточно сложно. Но именно размышление требуется для познания Высшего, и является признаком настоящей саньясы, настоящего отречения от действия.

Большинство людей не умеют размышлять, они никогда этому не учились, и более того, не видят в этом никакой ценности. Он не понимает как это делается, и какие усилия для этого необходимо прилагать. Потому что человек привык действовать, и огромное большинство людей предпочитают делать, а не думать. Попробуйте посидеть хотя бы час в размышлениях! Вы тут же будете атакованы миллионом мыслей о том, что надо бы сделать прямо сейчас! Для обычного человека, погрузиться на целый час в размышления, это очень сложно. А для настоящей саньясы и для отказа от действий, размышления должны стать преобладающим занятием. Очень важно в себе воспитать такую склонность посредством карма йоги. Более того, здесь требуется размышления не просто на какую-то абстрактную тему, а требуются размышления на устремленность к Высшему. Это еще более тонкие и возвышенные размышления.

Надо сказать, что даже в ашрамах, где специально обучают брахмачарий и саньясинов, при наличии выбора, искатели предпочитают действовать. Потому что гораздо проще подмести пол, или *сделать* что-то другое. Например, чем провести пуджу. Пуджа это тоже действие, но там требуется максимальная сосредоточенность на Высшем. Желаящих подмести пол или приготовить что-то, будет гораздо больше чем желающих *правильно* провести пуджу. Все это происходит потому что у человека очень и очень сильна склонность к действию. И пока эта склонность является доминирующей склонностью, нужно уметь, действие обращать в инструмент освобождения.

Этот инструмент называется карма йога. Склонность к действию указывает на загрязненность разума, и на необходимость практики карма йоги. Мы уже знаем, что карма йога обязательно включает в себя часть знания которая совместима с действием. Ведь без знания Высшего, ты не можешь на него внимание. Карма йога начинается с того что ты обращаешь все свои действия к Высшему, и для этого обращения ты должен знать Высшее. Поэтому карма йога невозможна, без какого-то начального осознания.

Попытка преждевременного отказа от действия, приводит к тому что внешне человек кажется недвижимым. Тело можно заставить отказаться от движения. Но внутри этого тела, в его разуме, будут продолжать кипеть страсти. Такое состояние разума пониманию совершенно не способствует. Страсти — это грязь и волнения, которые затрудняют понимание и делают невозможным осознание Высшего. Без практики карма йоги, практически невозможно перейти к стадии гьяны. Потому что при помощи карма йоги, разум избавляется от тамаси-

ческих и раджасических качеств которые не дают ему успокоиться, и отражать то что есть без всяких искажений.

Нужно отметить, что Кришна не говорит о невозможности достижения саньясы без практики карма йоги. Он говорит что это сложно, духкам, очень сложно, но *не* невозможно. Потому что всегда есть исключения. Например, Ади Шанкара. Или мудрец Шука. Таких исключений очень мало. Если искателю больше 30 лет, то это уже явный указатель на то что он не относится к категории исключений. Ему не надо надеяться на то что он сможет избежать общего правила и познать Истину одним небольшим усилием. Такой человек должен полагаться на постепенный путь основанный на мудрости писаний. Сначала карма йога, и только потом гьяна йога. Редкие исключения объясняются обычно тем, что карма йога практиковалась в прошлых жизнях. Такое редко, но бывает.

Без карма йоги, можно до конца жизни так и не начать выбираться из самсары. Что происходит при карма йоге? Практикуя карма йогу, разум искателя становится все более и более саттвическим. В нем уменьшаются количество качеств тамаса и раджаса которые мешают пониманию, и являются загрязненими. Именно от этих загрязнений и помогает избавиться карма йога. Эти загрязнения влияют на восприятие, и становятся фильтром через который человек видит жизнь. Фильтром, через который в разуме у него преломляются все восприятия и понимания.

Люди с разными качествами разума, одно и то же будут воспринимать совершенно по-разному. Для кого-то тишина — это прекрасно, это как в ашраме, это возможность побыть наедине с самим собой и поразмышлять. Это саттвический разум. Для другого же тишина будет невыносима. Это как на кладбище, это страшно. Надо что-то сделать, надо что-то изменить, надо включить радио или телевизор, чтобы не было тишины. Это раджасический разум, и он пытается заглушить тишину. Если у него нет других средств, то он начинает разговаривать сам с собой.

Для третьего человека, в разуме которого преобладает тамас, тишина будет возможностью отключиться и заснуть, впасть в неосознанность и глупость. Одна и та же тишина, но насколько разнится ее восприятие! Для зрелого разума тишина является благословением. Это спокойствие, это приглашение к медитации и размышлениям. А у другого в тишине как бы из неоткуда всплывает то, что обычно заглушалось окружающим шумом. Это могут быть воспоминания, какие-то обиды, волнения и желания. Это говорит о нечистоте и не спокойствии разума. У третьего человека ничто не всплывает, у него просто не



хватает чувствительности для того чтобы заметить это, и он забывается в тяжелом сне.

Только первый человек из этих трех примеров, человек с саттвическим разумом, только он готов к тишине и спокойствию. Второй и третий человек должны практиковать карма йогу. Но методы практики для них будут немного различающимися. Второй человек, раджасический человек, должен свой деятельный импульс, свое стремление сделать хоть что-то, направить в нужную сторону. А для человека тамасического, необходимо просто проснуться, и начать хоть что-то делать. Потом, это “хоть что-то”, можно будет направить к Высшему.

Практика карма йоги понемногу очищает разум, освобождая его от тамаса и раджаса. Освобождая его от привязанностей, от желаний и отвращений. Это освобождение происходит в действии. Без действия или без возможности проявления, васаны, скрытые склонности, остаются и не прорабатываются. Они не выходят на поверхность, и неизбежно будут мешать пониманию. А для того, кто практикует карма йогу, жизнь сама предоставит множество различных возможностей для обнаружения своих скрытых склонностей, и работы с ними. Работы с помощью понимания, и осознанного обращения внимания на то что было понято.

Вследствие такой практики, замечаются ошибки в суждениях и постепенно происходит избавление от невежества. Для того кто практикует карма йогу, мир перестает быть полным врагов, которые могут сделать что то плохое. Мир становится лучшим другом, который помогает предлагая различные ситуации. Жизнь — это огромное поле для практики и проживания, для избавления абсолютно от любых препятствий.

Практикующий карма йогу человек, постепенно учится видеть в мире то что объединяет собой все. Он учится проверять свое понимание проживанием, он видит практическое подтверждение того что он понял. Только в таком случае понимание становится действительно твердым, и ты можешь жить исходя из него. Если человек себя отказом от действий преждевременно лишает этого поля практики, он лишается мощного инструмента духовной эволюции, без которого невозможно понять ограниченность и относительность эго, без которого невозможно понять то, благодаря чему все существует и осознается.

Только овладев миром ты становишься хозяином над ним, и можешь оставить его. Если ты им не овладел, это будет не оставление его, это будет не саньяса, не отречение, это будет побег. Оставление мира и действий, это не физическое оставление, это отказ от неверных понятий без отказа от того что реально. От-

каз происходит лишь от неверных понятий. Когда ты становишься мастером над миром, когда ты проявился в нем и начал понимать его не реальность, только тогда ты можешь от него отказаться. Отказ от мира невозможен, пока ты не отказался от неверных представлений о себе. Твои неверные понятия о себе, встроены в твою систему неверных понятий о мире. Это одна и та же сеть не верных понятий, в которой одно связано с другим. Отдельный я, это часть общей структуры самсары. Ты не можешь оставить мир, оставив понятия о себе без изменений, без понимания своей глупости, оставив себе свои притязания на отдельное существование.

Ты очень многое должен понять об этом мире, для того чтобы начать от него отказываться. Ты должен понять очень многое о себе, и исследовать свою отдельность, чтобы впоследствии иметь возможность отказаться от нее. В той мере в которой ты можешь отказаться от своей отдельности, ты можешь отказаться и от мира. Но если смысл саньясы понят неверно, искатель ошибочно полагает что он может отказаться от действий оставаясь отдельным. Но это невозможно. Отказ от действий должен происходить с помощью понимания. Если человек отказывается от действий потому что он хочет избежать проблем, это уже проблема. Это преждевременная попытка оставления поля деятельности, которое может быть очень мощным инструментом для очищения разума. Если искатель отказывается от действий с пониманием, чего-то добившись и научившись быть успешным, тогда это признак зрелости и понимания. **И чем больше понимания природы вещей, тем больше возможность отказа от них.** Если понимания нет, то будут желания, будут привязанности к объектам, и эти объекты будут контролировать тебя.

Пока разум пристрастен, пока в нем много тамаса и раджаса, он не должен оставлять действия, потому что он не может стать саньяси. Вне зависимости от того принимает он формально саньясу или нет. Отказ от действий происходит не по решению искателя, а исключительно на основе подготовленности его разума. Практикующий карма йогу, йога йукта, он еще определяется как муни. Муни это мудрый, однако в нашем случае это не мудрый, потому что это определение употребляется по отношению к искателю. Это тот чей разум спокоен, тот чей разум не болтает, и пребывает в спокойствии и тишине. Тот, кто практиковал и практикует карма йогу.

Такой человек проходит путь знания с легкостью и обретает освобождение, он узнает свою природу и осознает Брахмана. Если искатель утверждает в йоге, где знание едино с действием, то для него пребывание в мире будет пребыванием в Истине. Он будет понимать мир, не смотря на то что его глаза видят раздельность, он будет знать основу. Все эти различия не будут скрывать от не-

го причину причин, и пребывая в мире, он будет пребывать в Истине, он будет пребывать в Боге, где нет разделения между Богом и творением.

ОМ рUrNam-adaH рUrNam-idaM рUrNAt-рUrNam-udacyate |  
рUrNasya рUrNam-AdAya рUrNam-eva-avaziSyate ||  
ОМ zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Свами Видьянанды Сарасвати 154**  
**Глава 5 Шлока 7**

saMnyAsas-tu mahAbAho duHkham-Aptum-ayogataH |  
yoga-yukto munir-brahma nacireNa-adhigacchati || 6 ||

*Но отречение от действий, О Арджуна, сложно достичь без карма-йоги.  
Тот, кто привержен карма-йоге и способен к пониманию,  
скоро достигает Брахмана. (5.6)*

Без практики карма йоги, отречение от действий, т.е. гьяна йога или саньяса, чрезвычайно сложна. Это конечно же возможно, но в очень и очень редких случаях. Мы знаем историю Шанкары который принял саньясу в 8 лет, и историю мудреца Шуки, который обрел просветление еще до рождения. Считается, что в таких чрезвычайно редких случаях, практика карма йоги была выполнена в прошлых жизнях.

Сложность достижения способности к гьяне, определяется тем что склонность к созерцанию и к размышлению встречается очень и очень редко. Человек разумный, с точки зрения эволюции, это явление еще совсем новое. Он еще сохраняет в себе огромное количество животных качеств, но также он получает некоторую надстройку разума, которая позволяет ему эволюционировать интеллектуально. Поэтому у человека есть выбор, жить на уровне животного используя автоматическую систему врожденных рефлексов, с некоторой способностью к обучению, или сознательно развивать до максимальных пределов именно человеческий интеллект. Совершенствуя ту часть разума, которая у

животных отсутствует, при этом действительно становясь человеком. Максимально возможная способность человеческого разума — это обращение его внимания на самого себя, в поисках основы причины разума и его интеллектуальной деятельности.

Обращение внимания на причину причин, это и есть максимально возможная задача с которой может справиться человеческий разум. Животному такое действие недоступно. Человек может всю жизнь прожить на животном уровне, внешне не отличаясь от других людей, а может обратиться к самому важному вопросу своего существования, и обрести осознание своей собственной природы. Хотя внешне такие люди будут выглядеть совершенно одинаково, но результаты которых они добьются в жизни, будут совершенно разные. Для того чтобы развивать человеческий интеллект, необходимо воспитывать способность мыслить и различать. Необходимо развивать внимание и сосредоточенность. Необходимо работать над тем что животному недоступно, и направлять его в правильную сторону.

Люди полагающиеся на животные инстинкты, склонны исключительно к действию, и таких людей преобладающее большинство. Про них даже анекдоты ходят. Однажды некий профессор решил поставить эксперимент. В небольшом помещении водрузили высокую пальму, повесили на нее банан, а рядом поставили ящик возле которого положили палку. И запустили туда одного аспиранта. Он попрыгал, потряс дерево, банан не падает. Почесал макушку, осмотрелся, увидел ящик, подумал, взобрался на него и палкой сбил банан. Через какое-то время в те же условия запустили второго аспиранта. Он подошел к дереву и начал его трясти. Трясет, а банан не падает. Аспирант не унимается и трясет дальше. Через какое-то время профессор устал за ним наблюдать, и тихо подойдя к аспиранту говорит ему: Вася, ты подумай! Вася обернулся, утер пот и отвечает: да что тут думать! Сильней трясти надо!

По этой аналогии большинство людей относятся именно ко второй группе которые трясут не думая. Зачем трясут? Вернее, зачем им очевидно, потому что они видят висящий банан, но они совершенно не задумываются о методах его достижения. Огромное большинство людей трясет и отказывается думать, они действуют в мире не понимая важности размышлений, так как для них все и так очевидно. Вот банан, вот дерево, и дерево надо трясти. Такому разуму размышлять сложно, потому что он не привык к этому, он никогда в этом не практиковался. Вопрос стоит не в том как лучше сделать, а вопрос стоит о том как лучше понять. Разница огромна! Это совершенно разные области человеческой жизни. Делать или размышлять.

Освобождает именно понимание, не делание, а понимание! То к чему большинство людей имеют возможность, но не имеют склонности. И из-за отсутствия склонности, они не развивают эту возможность, не используют ее по полной, и соответственно об освобождении не задумываются. Пока есть склонность к действиям, с помощью карма йоги необходимо из действий сделать инструмент по достижению освобождения. Инструмент для подготовки и очищения разума. Потому что чистый разум необходим для глубоких размышлений об Истине.

Очищение разума с помощью карма йоги — это первые шаги по направлению к выходу из самсары. Без этой практики, можно до конца жизни даже не начать продвигаться к выходу из нее. Более того, в силу своей ограниченности, даже не понимая, что этот выход вообще существует! Ведь такому человеку относительно хорошо живется в самсаре. Конечно, со всех сторон его окружают страдания, но ведь есть же и небольшие радости! Такую жизнь он считает само собой разумеющимся положением дел, и не предпринимает попыток что-то понять. Он трясет, он занят, у него нет времени остановиться и задуматься. У него и так не хватает времени для жизни, для самсары, и поэтому просьба задуматься о чем-то еще, будет для него дополнительной нагрузкой. А он слишком занят.

Карма йога — это тоже действие, но это действие не из понятия *я хочу, и я делаю*, это действие исходит из понимания того что *должно* быть сделано. Что мне необходимо сделать в данной ситуации, в соответствии с тотальным законом с которым я хочу пребывать в гармонии? Мотив, из которого совершаются действия, очень важен. Действие, основанное на *я хочу* или *я не хочу*, и действие, основанное на том что *должно* быть сделано, это совершенно разные действия, и они приводят к совершенно разным результатам. Даже если внешне они будут похожи, последствия у этих действий будут очень разные. Одно действие это 100% способ остаться в самсаре, а действия не эгоистические, это метод выхода из нее.

Карма йога — это действие не эгоистическое, это действие основывающееся на тотальных законах, и это действие будет уменьшать волнения и невежества разума, при этом увеличивая количество саттвы-чистоты в разуме. Качество саттвы, сравнимо с чистой поверхностью зеркала, в котором я узнаю самого себя. Точно так же в чистом разуме отражается реальность, и узнается моя собственная природа. На грязной поверхности зеркала ничего не отражается. Такая поверхность - это пример разума в котором преобладает качество тамаса. Конечно же, в таком зеркале узнать самого себя попросту невозможно.

Волнующееся и нечистая поверхность, не позволяют разуму без искажений отражать реальность и видеть ее как самого себя. Для понимания своей природы

необходима идеально чистая поверхность разума, которая достигается в процессе карма йоги. Карма йога уменьшает волнения и невежества. Эти процессы автоматически сопровождаются увеличением саттвы и спокойствия. Если ты уменьшаешь невежество и непонимание, то количество саттвы в твоём разуме увеличивается. Чистый разум позволяет работать и избавляться от скрытых склонностей и автоматизмов, что постепенно повышает его возможность и способность к пониманию.

Если человек преждевременно отказывается от действий, он лишает себя замечательного инструмента по очищению разума, и его человеческое развитие останавливается. Поэтому такой человек вынужден обращаться к своей животной части. К автоматизмам которые позволяют ему есть, пить, спать и размножаться. Но ведь то же самое может делать кошка или собака! Без такого ценного инструмента, как осознанное действие направленное на более высокие идеалы чем обслуживание чувства эго, человек не развивается как человек. Наоборот, его невежество постепенно растёт. Если на тамас не обращать внимания, он постепенно разрастается. Если ты не очищаешь разум, разум постепенно загрязняется. Поэтому раньше времени отказываться от действий глупо, потому что при таком отказе, продолжать совершенствоваться в настоящих человеческих целях невозможно.

Но человек практикующий карма йогу как искусство осознанного действия, постепенно очищает свой разум, и приближается к тому чтобы оставить действие на основе понимания. На основе понимания того что нет отдельного я, которое каждый обслуживает в начале своего жизненного пути. Любой искатель начинает именно с того что он неверно считает себя тем, чем он на самом деле не является.

По мере очищения своего разума, карма йог приближается к пониманию того что отдельного я не существует. Когда нет отдельного я, то нет и того кто действует. Потому что *я действую*, основано на неверно понятом я. Когда я верно понято, когда вместо чувства эго обнаруживается безграничная тотальность, тогда действие оставляется само собой. Именно поэтому Кришна в предыдущих строфах говорит Арджуне что для тебя карма йога будет лучше, так как карма йога — это совершенно необходимый шаг на пути к освобождению. А без практики карма йоги, достигнуть освобождения чрезвычайно сложно.

योगयुक्तो विशुद्धात्मा विजितात्मा जितेन्द्रियः ।

सर्वभूतात्मभूतात्मा कुर्वन्नपि न लिप्यते ॥ ७ ॥

yoga-yukto vizuddha-AtmA vijita-AtmA jitendriyaH |  
sarva-bhUta-Atma-bhUta-AtmA kurvann-api na lipyate || 7 ||

*Приверженный карма-йоге, чей разум очищен,  
чье тело и чувство находятся под контролем,  
кто знает себя как природу всех существ,  
такой, даже действуя, не затрагивается действиями. (5.7)*

Такой знает себя как природу всех существ. От самого создателя Брахмы, до последнего микроба. Он обладает абсолютным видением. Даже когда он действует, действия не затрагивают его. Эта шлока рассказывает нам о результате карма йоги.

Что необходимо для обретения знания? В первую очередь необходима духовная зрелость. Обретение знания — это не событие, оно не обретается внезапно. Обретение знания — это процесс, подобно тому как постепенно созревает на дереве яблоко. На первый взгляд может показаться, что созревшее яблоко падает на землю внезапно. Но с более абсолютной, с более истинной точки зрения, оно падает на землю в результате процесса. Процесса, который начался задолго до того, как это яблоко созрело. Он начался даже не весной, когда зацвели цветы на яблоне, и даже не тогда, когда посадили семя в землю. Если смотреть с максимально широкой точки зрения, мы не найдем начала этого процесса. Но причину причин с помощью знания Адвайты, найти можно. Точно так же и знание, оно является результатом процесса. Оно не появляется по каким-то непонятным причинам. Кто-то просветлел, а кто-то нет. Появление знания — это тоже результат процесса, и в какой-то момент оно становится необратимым и ясным.

Для обретения знания требуется зрелость, которая появляется в результате проживания карма йоги. В результате практики не эгоистичного действия, без беспокойств и волнений по поводу результата. Такое действие уничтожает склонности и желания. Васана - это то что контролирует нашу жизнь, и о существовании чего человек обычно даже не подозревает. Это скрытые тенденции и склонности. В процессе практики карма йоги, они выходят на поверхность и делаются доступными для обдумывания и избавления от них.

Скажем у человека есть склонность к трусости. Но он может не знать об этом, потому что он не попадает в ситуации, где она могла бы проявиться. Он живёт в обстановке полной безопасности. Но тем не менее, эта склонность незаметным образом влияет на то как он думает, говорит и действует. Для того чтобы ты мог обратить внимание на свои собственные склонности, ты должен активно взаимодействовать с миром, т.е. действовать. А разбираться с этими склонностями ты сможешь если активно действуешь в духе карма йоги. Поэтому действия необходимы для того чтобы разум мог избавиться от васан. Заметив,

что у меня есть склонность к трусости или к вранью, я могу начать работать на ними. В противном случае эти склонности будут влиять на мои мысли, но я даже не буду догадываться что они у меня есть.

Поэтому активная жизнь абсолютно необходима для того чтобы иметь возможность очищать свой разум, и избавляться от склонностей и желаний, о которых я даже не подозреваю. В результате чего обретается свобода от эгоистических желаний и отвращений, а также от склонности действовать на основе я хочу или не хочу. В результате практики карма йоги, т.е. действия основанного на том что должно, разум очищается от желаний и отвращений, и обретает способность отражать в себе истину. Чем меньше в нем волнений и грязи, тем больше чистоты и осознанности. И тем более разум приближается к осознанию истины, к реальности того как оно есть на самом деле. Такой разум называется *vizuddha-AtmA*. В процессе карма йоги, так же обретаются очищаются органы действия и органы чувств. Почему? Потому что с очищением разума очищаются и действия, которые естественным образом отражают понимание. Любое действие отражает то что находится в разуме.

Контроль над органами чувств и органами действия, возможен только когда разум находится под контролем. Самоконтроль — это контроль над органами чувств, это контроль над телом. Органы чувств называются бесконтрольными, когда человек экстравертен и его интерес направлен к объектам внешнего мира. Действуя таким образом, человек удаляется от самого себя. От реального себя. Он уходит все дальше от своей природы, и окружающий мир для него кажется более интересным чем истина самого себя. Такое отвлечение основано на том, что человек не понимает кем он является на самом деле. Он не понимает важности спокойствия и чистоты разума. Той чистоты, которая не нарушена желаниями и отвращениями. Когда он не видит в этом ничего хорошего, он всегда будет видеть источник счастья в чем-то еще. Такое поведение говорит о том, что его разум недостаточно очищен. В нем недостаточно саттвы, понимания.

Отказ от устремления в мир и от собственного эгоизма, возможен только с помощью постепенного очищения разума карма йогой. Карма йога не должна быть теоретическим знанием, она должна быть постоянно практикуема в динамичных действиях, и в разнообразных ситуациях. Без этого динамизма искатель обязательно совершит ошибку, он попадет в ловушку к чему-то второстепенному и не важному, он обязательно привяжется к чему-то незначительному. И совершенно незаметно для себя потеряет верные ориентиры и ценности. Он просто заменит их чем-то другим, отбросив то что ему на самом деле очень сильно бы пригодилось.



Правильная практика карма йоги, включает в себя очень активную жизнь, чтобы у искателя не пропадала возможность раз за разом обнаруживать скрытые проблемы и избавляться от них. По мере такой практики, мир перестает быть враждебным, он становится помощником, он являет проблемы и дает человеку возможность решать их. В процессе решения этих проблем, искатель растёт духовно и интеллектуально. На самом деле, этот мир создан для того чтобы дать возможность эволюционировать, пробуждаться и освобождаться. В процессе этой эволюции, йог обнаруживает себя как сущность всех существ. И такому пониманию очень способствует его активная жизненная позиция. Видя всех существ как самого себя, как он может отказаться от мира? Он не может кого-то ненавидеть. Он хочет понять истину, он не хочет отбросить мир физически, он хочет познать его, и мир ему в этом активно помогает. Он понимает, что его природа, Атман, это природа всех существ. Моя природа, и природа всех, это одно и то же. И это *одно и то же*, и есть настоящий я. Все существа и объекты, отражают меня. Пространство и действия, тоже отражает меня. Все является отражением меня самого.

Раньше йог знал себя как отдельность, но теперь он понимает, что это было всего лишь чувство я. И это чувство очень сильно отличается от реального я, которое является основой всего. Чувство я, чувство эго, это всего лишь ограниченное отражение реальности, которой я на самом деле являюсь. И если человек верит этому чувству, то он становится маленьким, отдельным и ограниченным. В результате практики карма йоги и очищения разума, йог видит себя как основу и сущность всех существ. Такое осознание не может быть частичным! Невозможно только себя узнать как Божественную безграничность, а всех остальных считать чем то отдельным от себя. Это не правильное знание. Когда волна узнает свою природу воды, она осознает, что все остальные волны — это тоже только вода. В волнах помимо воды не может быть ничего другого. Поэтому истинное осознание своей природы, приводит к пониманию природы всех существ и объектов. И эта природа неотлична от моей природы.

В процессе понимания, ограниченное я не становится моим реальным я. Процесса изменения не происходит вообще! Потому что все что меняется, оно не реально! Если что-то имеет начало, значит оно имеет и конец. А если это так, то значит это не цель нашего поиска. В процессе обнаружения реального я, процесс изменения отсутствует. В этом процессе осознается не реальность чувства я. В том же самом месте где ощущается чувство я, узнается самоочевидная, безграничная, не двойственная истина которая одинаково присутствует во всех существах и объектах. В результате этого осознания, не остается чувства отдельности, и не остается того кто мог бы считаться деятелем. Вместе с реальностью чувства я, пропадает и реальность деятеля. Таким образом вся система рушится, потому что она была основана на не верном чувстве деятеля.

Внешне, действия у познавшего отсутствие чувства деятеля, продолжают на основе прарабдха кармы, потому что прарабдха карма относится к телу. Эти действия могут быть направлены как на благо мира, так и на поддержание жизни физического тела. Но эти действия ни в коей мере не затрагивают его. Потому что он знает бездействие в действии, и действие в бездействии. Он сделал все то что должно быть сделано, и достиг всего что должно быть достигнуто.

Он осознал себя как реальность которая одинаково наполняет собой все, и позволяет действием случаться не вовлекаясь в них. Истина, моя природа, она неизменна, тогда как действие подразумевает постоянные изменения. Как при перемещении объекта из точки А в точку Б, объект в точке А пропадает, и появляется в точке Б. Но при этом реальность не меняется. От того что происходит действие, в реальности ничего не происходит. Она остается той же самой реальностью, как в точке А, так и в точке Б. Реальность невозможно сдвинуть, разрушить, уменьшить, увеличить. С ней ничего сделать нельзя.

Реальность подобна свету солнца, в лучах которого когда то зародилась жизнь. С точки зрения мира в котором происходит действие, солнце ответственно за них. С точки зрения самого солнца оно не знает даже о существовании этого мира, и тем более не знает о существовании действий в нем. Оно будет очень удивлено, если ему будут говорить за это спасибо. Потому что на самом деле оно ничего не делает, оно просто пребывает в своей природе. Для солнца ничего не меняется. В его свете становится возможной жизнь, но оно само ничего не делает.

Чувство деятеля не является непосредственным творением тотальных сил. Чувство деятеля — это следствие того что человек наделен некоей свободой воли. У человека есть свобода принимать, или не принимать себя за чувство я. Чувство деятеля возникает в разуме в результате ошибки индивидуума. Это его личная ошибка, которая является творением этого индивидуума. Потому что у него есть свобода допускать, или не допускать эту ошибку. Эта ошибка не обязательна, она не встроена в нас по умолчанию, и от нее можно избавиться. Эта ошибка ведет нас к появлению чувства *я делаю*. А когда она исправлена, вместе с ней прекращаются все действия, и вера в отдельного меня. Потому что действие становится невозможным. Даже если есть его видимость, она не затрагивает реального меня. Вопрос об оставлении действия, возникает только когда есть то что можно оставить.

Если действие оставлено раньше чем человек готов к этому, он будет продолжать делать что-то, вместо того что должно быть сделано. Такое действие будет

способствовать загрязнению разума. Поэтому действия раньше времени оставлять нельзя. Это будет ошибкой, которая имеет очень серьезные последствия. Всегда нужно помнить и понимать, что настоящее освобождение от действий, происходит только посредством обретения знания.

ОМ рUrNam-adaH рUrNam-idaM рUrNAt-pUrNam-udacyate |  
рUrNasya рUrNam-AdAya рUrNam-eva-avaziSyate ||  
ОМ zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати 155**  
**Глава 5 Шлоки 8-9**

yoga-yukto vizuddha-AtmA vijita-AtmA jitendriyaH |  
sarva-bhUta-Atma-bhUta-AtmA kurvann-api na lipyate || 7 ||

*Приверженный карма-йоге, чей разум очищен,  
чье тело и чувства находятся под контролем,  
кто знает себя как природу всех существ,  
такой, даже действуя, не затрагивается действиями. (5.7)*

В этой шлоке показан постепенный процесс созревания, очистки и успокоения разума, который не может быть достигнут одним большим усилием. Такое состояние достигается постоянным приложением небольших ежедневных усилий по практике карма йоги и очищению разума. Спокойствие разума, это следствие его чистоты. Потому что если преждевременно пытаться успокоить нечистый разум, он успокоится в грязи и непонимании. Такой разум соглашается со своей внутренней нечистотой, и отказываясь от действий остается грязным. Его спокойная грязная поверхность не в состоянии отразить истину. Поэтому на первом месте всегда стоит vizuddha-AtmA, и только потом все ос-

тальное. Сначала очищение разума, и только потом его успокоение. Успокоение разума это vijita-AtmA jitendriyaH это принесение его под контроль тела, органов чувств и разума.

В этой строфе слово атма повторяется четыре раза. vizuddha-AtmA, vijita-AtmA, sarva-bhUta-Atma, bhUta-AtmA. Атма это обратное местоимение себя, а Атман — это моя природа. В зависимости от контекста, такое обратное местоимение может иметь разное значение и смысл. В этой строфе слово атма употребляется четыре раза, и имеет три разных смысла. vizuddha-AtmA - означает разум, vijita-AtmA - означает тело, а sarva-bhUta-Atma и bhUta-AtmA - означают мою изначальную природу. Одно и то же слово, в одной строфе содержит три разных смысла. Это как раз тот случай, когда не поможет никакой словарь. Поэтому необходимо ясно понимать контекст, в котором употребляются эти слова.

Стадия карма йоги предназначена для разума который еще вовлечен в действие, для того чтобы он в своих действиях постепенно отказаться от эгоистических мотивов, и открыл для себя высший идеал, ради которого эти действия и совершаются. Для того чтобы начать практиковать карма йогу, искатель должен открыть для себя тотальный закон, в соответствии с которым он будет действовать на благо тотальности, а не на благо ограниченного себя. Такой подход дает возможность появлению в жизни искателя дополнительно изменения. Его жизнь перестает быть плоской и эгоистической. Он открывает для себя высшие идеалы, что позволяет ему очистить разум, и научить его практике превосходения к причинности. Он учит свой разум видеть во всем причинность, учит обращать его внимание на объединяющий фактор. Посредством такой практики, в разнообразных ситуациях которые встречаются в жизни, его разум обкатывается и полируется подобно линзе высокоточного оптического прибора.

Последовательность практик чрезвычайно важна. На пути к истине важен как каждый шаг, так и их очередность, что в этой строфе Кришной подчеркивается еще раз. Очищенный практикой карма йоги разум, с помощью контроля над телом и органами чувств, узнает свою природу. Сначала она узнается в себе, а затем себя во всем остальном. Все узнается как отражение меня, и сущность всех существ, я вижу как свою собственную сущность. Я знаю, что моя природа которую я узнал в самом себе, и природа всего остального мира, это одно и то же. Пока разум не очищен, контроль над телом и органами чувств может быть только механическим, и он неизбежно будет требовать очень больших усилий. Минус такого контроля в том, что он будет временным и преходящим. Как только ты перестаешь прилагать усилия, он сразу же пропадает. Поэтому успокаивать грязное зеркало совершенно бесполезно, потому что такое зеркало

никогда ничего не отразит. А цель всех практик — это узнавание в чистом и неподвижном зеркале разума самого себя.

Когда соблюдается верная последовательность практик, мир становится помощником, и все ситуации случаются не просто так, все ситуации случаются для того чтобы помочь мне в дальнейшем очищении и успокоении разума. Искатель учится у мира, и мир ему в этом идет навстречу. Участь у всего что случается, искатель растет духовно. Это постепенный процесс созревания, подобный процессу прорастания семени, брошенного в землю. Падение созревшего плода с ветки дерева на землю, на первый взгляд может показаться случайностью, но это не так, это часть процесса. Это результат множества правильных и последовательных действий. Так же и человек. Сначала его эволюция находится в руках природы, но по мере взросления и созревания его, наступает время для эволюции духовной, которая целиком и полностью находится в руках самого человека. Сначала вне зависимости от ситуации и обстоятельств, но с пониманием и с открытием для себя тотальных законов, ситуации и обстоятельства становятся помощниками в деле духовной эволюции.

Когда разум очищен, когда тело и органы чувств послушны и находятся под контролем, то в глубокой медитации искателем узнается природа всего, как природа самого себя. Куда бы он не посмотрел, он все видит как свое собственное отражение. Он знает что он присутствует во всем, не смотря на то что его окружает множество образов, существ и объектов. Он знает истину самого себя, и понимает то чем он является на самом деле.

Не смотря на наличие огромного множества отражений я не запутываюсь в них, и они не в силах напугать меня. Я не совершаю ошибку видя в другом существе другого существа. Потому что в нем я узнаю себя самого. И когда я знаю себя таким образом, когда я не принимаю себя за тело, разум и интеллект, за энергии протекающие в теле, за мысли, за ощущения, когда я не совершаю этих ошибок, я более не затрагиваюсь никакими действиями. Все происходящее я вижу лишь как свое отражение, и более того, возможность видеть эти отражения, я создаю своим присутствием. Созерцая все это я остаюсь не вовлеченным, я остаюсь сторонним наблюдателем, который своим присутствием приводит в движение окружающую его картину мира.

Своя природа узнается только в чистом и спокойном разуме, и когда это происходит, в окружающих меня существах я вижу одну единственную сущность, и эта сущность есть я. Все что кажется происходящим в присутствии этого истинного меня, получает возможность существования и осознания. Существование и возможность осознания любого объекта и существа, заимствуется на время у того что является мной. То что является самим существованием, соз-

нанием и блаженством. Это имеет множество названий, Сат-Чит-Ананда, Атман, Брахман, Абсолют, Безграничное сознание. Все имена его, но оно само не имеет названия.

नैव किञ्चित्करोमीति युक्तो मन्येत तत्त्ववित् ।

पश्यञ्शृणवन्स्पृशञ्जिघ्रन्नश्नन्गच्छन्स्वपञ्श्वसन् ॥ ८ ॥

naiva kiMcit-karomi-iti yukto manyeta tattvavit |  
pazyaj-zRNvan-spRzaj-jighrann-aznan-gacchan-svapaJ-zvasan || 8 ||

*Сосредоточенный в себе, знающий истину,  
должен думать «я совершенно ничего не делаю»,  
даже смотря, слушая, касаясь, обоняя,  
принимая пищу, двигаясь, спя, дыша, (5.8)*

प्रलपन्विसृजन्गृह्णन्नुन्मिषन्निमिषन्नपि ।

इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेषु वर्तन्त इति धारयन् ॥ ९ ॥

pralapan-visRjan-gRhNann-unmiSan-nimiSann-api |  
indriyANi-indriyArtheSu vartanta iti dhArayan || 9 ||

*Говоря, выделяя, беря и даже открывая и закрывая глаза,  
помня, что «это чувства, движущиеся среди объектов чувств». (5.9)*

Эта шлока описывает человека познавшего свою природу. Он прошел ступень карма йоги, и помощью гьяна йоги осознал истину. Теперь он мудр, и его называют tattvavit - знающий истину. Он сосредоточен в себе, постоянно пребывая в знании самого себя. Это знание у него не случайно, оно не временно, он постоянно пребывает в нем. Истину самого себя он знает непосредственно. Он не заставляет себя думать «я совершенно ничего не делаю», это знание безусловно. Он пребывает в нем не смотря на реакции его пяти органов чувств. После осознания истины, его единственная обязанность — это пребывание в знании, чтобы совершенствовать свое виденье, и не давать ему заслоняться привычным виденьем отдельного мира. Он находится в постоянном созерцании бездействия в действии, и действия в бездействии. Он знает что он ничего не делает, он понимает что это органы чувств движутся среди объектов.

Он понял что деятеля не существует, он больше он не привязан к понятиям которые зависят от этого чувства. Это подобно пониманию того что вода в мире не существует, и обретя это понимание, ты больше не будешь стремиться к несуществующему колодцу чтобы напиться из него. Когда понято не существование отдельного я, действия и их результаты перестают затрагивать такого человека. Внешне они могут продолжаться, но результаты этих кажущихся действий, по закону сохранения кармы, переходят на окружающих. Хорошие результаты переходят на друзей и доброжелателей, а возможные негативные моменты впитываются недоброжелателями.

Знающий остается не затронутым, он безуильно знает что я ничего не делаю. Он не безумный, он не лунатик, он не неподвижный как столб или камень. Он мудрец с чистым сознанием, полностью отдавший свое чувство эго, сосредоточенный в себе. Это не сосредоточенность искателя, стремящегося к осознанию самого себя. Эта сосредоточенность естественная, где не верное отождествление себя с ограниченным телом, заменилось осознанием истины своей природы. Само по себе, отсутствие отождествления еще не означает верного знания. Потому что отождествление может отсутствовать в состоянии глубокого сна, комы или медитации. Но как только эти состояние заканчиваются, то отождествления сразу же возвращаются. В таких состояниях ошибка не совершается временно, и как только прекращаются усилия по удержанию себя от этой ошибки, или прекращается период бессознательного отдыха разума, она сразу же возвращается. Это не альтернатива знанию, и это не конечная цель. Конечная цель искателя — это полная невозможность возвращения этой ошибки, не смотря на наличие или отсутствие действий и разума.

Ошибка полностью пропадает, только когда узнается истина. Не достаточно перестать видеть змею, потому что перестать видеть ее можно многими способами. Можно закрыть глаза, можно впасть в ступор, и ошибка не будет совершаться. Но змея при этом никуда не денется, и как только ты выйдешь из этого состояния, змея снова будет находиться прямо перед тобой. Чтобы змея полностью пропала, необходимо узнать ее как веревку, т.е. увидеть то чем она является на самом деле. С точки зрения истины, веревка — это то же иллюзия, поэтому веревка — это истина только в этом примере. Если ты не видишь змею, но не узнал и веревку, то ты все равно будешь пребывать в невежестве, и рано или поздно снова совершишь эту ошибку. Окончательно избавляет от нее только узнавание истины, и ничто другое.

Есть еще один очень интересный момент, дающий возможность появлению тончайшего заблуждения. Когда говорится что должна быть мысль «я совершенно ничего не делаю», если я при этом полагаю, что я совершенно ничего не делаю потому что я бизнесмен сидящий в офисе, и всю мою работу выпол-

няют подчиненные, то от такого понимания мое чувство эго очень сильно возрастает. Но у мудрого чувство я пропадает, оно растворяется в бесконечном абсолюте. Мудрый не совершает подобную ошибку. Его «я совершенно ничего не делаю», не относится к ограниченному телу, разуму и интеллекту. Именно поэтому истина должна быть узнана непосредственно, иначе все высказывания Адвайты могут быть поняты не правильно. Адвайта не говорит о возвышении себя, когда она говорит я есть Бог, это не значит, что эго разрастается до размеров Бога. Адвайта не пытается растянуть ограниченное эго до огромных размеров, и натянуть сову на глобус.

Она указывает что как у совы, так и у глобуса есть третий объединяющий их фактор. И именно я и являюсь этим фактором, который объединяет собой абсолютно все. От маленького эго которым я себя ощущал ранее, до огромного, всемогущего и всеильного Ишвары, который сотворил этот мир. Это две противоположности спектра, и все возможные комбинации факторов, между маленьким я и безграничным Ишварой, включены в него. Я являюсь основой всего возможного, всего существующего в этом мире, включая и его создателя. При верном понимании, отдельное я совершенно пропадает. Оно заменяется знанием безграничной истины, в котором нет никаких разделений. Остается только безграничная Божественность, которая выражается через различные тела, через множество разумов и интеллектов. Она выражается посредством живых существ и объектов. У человека знающего истину, тело которым он считал себя ранее, становится инструментом для выражения этой божественности.

Все мысли и действия такого человека всегда будут верны. В них нет возможности ошибиться, потому что абсолют не ошибается, ошибается только маленькое и ограниченное эго. В случае если абсолют преломляется через линзу ограниченного эго, это отражение будет искаженным. А если эта линза отсутствует вообще, то это отражение будет чистым и незатронутым, это будет проявление тотального Абсолюта. Такой человек мудр, он сам является Богом. Органы его чувств и действий продолжают действовать, они выполняют свои функции, но он в этом не участвует. Он осознает происходящее, но понимает его по-другому. Он видит весь мир как игру чувств с их объектами, но в происходящее не вставляет чувство я. Он является тем, что дает возможность всему существовать. Она видит эту игру, но не вовлекается в нее, и просто позволяет ей случаться.

Любые действия совершаемые им через тело, разум и интеллект, это выражение свободы и всемогущества Брахмана в своих разнообразных проявлениях. Как вода свободна проявляться в виде большой или маленькой волны. В виде пузырьков, в виде пены, водоворотов, льда, снега и прочего. Но при этом вода



совершенно ничего не делает. Мудрый в любой момент готов оставить все то чем занимается его тело и органы действия. Смерть не будет концом его желаний и намерений. Он уже давно умер как ограниченное существо, и теперь он свободен от рождения и смерти. И тем более от любых действий, которые совершаются между моментом рождения, и моментом смерти.

Мотивация мудрого не является эгоистичной мотивацией. Поток Божественного сознания проходит через него без искажений. Его мотивация — это полнота, любовь, существование, сознание. Ему не требуется возвращать любовь и сострадание, потому что это природа каждого, и они есть в любом из нас. Только они скрыты искажающим чувством эго. У мудрого нет этого искажения, и поэтому эти чувства естественным образом безусильно проявляются. Он не отождествлен с телом, разумом и интеллектом. Он знает себя как безграничную тотальность. Я Бог, и все что я делаю, это делает Бог, это проявляется Абсолют. Естественным образом я не делаю ничего дурного. Действия мудрого никогда не будет адхармой. Потому что такие действия всегда являются следствием непонимания своей природы, и непонимания правильных взаимоотношений между различными существами. Только в таком случае возможно нарушение тотального закона.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати 156**  
**Глава 5 Шлока 10**

naiva kiMcit-karomi-iti yukto manyeta tattvavit |  
pazyaj-zRNvan-spRzaj-jighrann-aznan-gacchan-svapaJ-zvasan || 8 ||

*Сосредоточенный в себе, знающий истину,  
должен думать «я совершенно ничего не делаю»,  
даже смотря, слушая, касаясь, обоняя,  
принимая пищу, двигаясь, спя, дыша, (5.8)*

pralapan-visRjan-gRhNann-unmiSan-nimiSann-api |  
indriyANi-indriyArtheSu vartanta iti dhArayan || 9 ||

*Говоря, выделяя, беря и даже открывая и закрывая глаза, помня, что «это чувства, движущиеся среди объектов чувств». (5.9)*

Пребывание в понимании *я ничего не делаю*, это единственная обязанность знающего истину. Это его естественное состояние, не требующее усилий. Обязанность мудрого всегда помнить об этом, и не совершать ошибку принимая себя за деятеля. Внешне, действия тела продолжают, потому что действует то что принадлежит материальному миру. Эти действия продолжают пока продолжается жизнь физического тела, и заканчиваются с его смертью. Действия всегда пребывают на уровне разделения, они всегда будут находиться там, где ему (действию) есть противопоставление, т.е. отсутствие действия, безделье. Брахман является основой как действия, так и для его отсутствия. Это то что называется *найшкармьям*, то что не затронуто действием, и то в чем нет разделения на действующего, действие, объект действия, и инструмент действия. Найшкармьям это состояние пребывания в высшей истине, где отсутствует любое действие, и чувство деятеля. И следовательно, никакое действие в этом состоянии невозможно.

То что не затронуто действием, не является ни деятелем, ни без-деятелем. Деятель существует только с точки зрения материального мира. Пример который часто употребляется для иллюстрации такого состояния, это солнце. С точки зрения земли, солнце является действующим. Оно всходит и заходит, оно совершает какое-то действие, оно приносит на землю день и ночь, но все это происходит исключительно с точки зрения земли. С точки зрения самого себя, солнце деятелем не является. Оно даже не подозревает о существовании нашего мира с его днями и ночами. Оно не знает другой точки зрения, помимо того что оно безусловно пребывает в своей природе. Оно просто светит, оно просто является солнцем.

Знающий свою природу, знает себя как не затронутого действием. Эта незатронутость не является какой-то пассивной позицией. Камень например, тоже не является деятелем. Но он не осознан, и пребывая в таком неосознанном состоянии, его также не касаются ни действия, ни их результаты. Но мудрый не подобен камню, и он постоянно пребывает в осознании, и его состояние полностью противоположно состоянию камня. Мудрый всегда сознает чистое сознание, в котором полностью отдается чувство эго. В таком состоянии чувство деятеля, как и любое разделение, не имеет возможности возникнуть.

Мудрый, знающий себя как не деятеля, знающий себя как Брахмана, просто созерцает действия происходящие в разделении. Он знает как появляется мир, он знает как появляется чувство деятеля, и он не допускает этого, всегда поддерживая свое мудрое осознание. В противоположность привычке, которая у обычного человека складывается в течении многих и многих лет. Такой чело-

век привыкает считать мир реальным, и отождествляться с тем что имеет начало и конец. Совершая таким образом ошибку. Мудрый не совершает эту ошибку, потому что он обладает знанием своей природы.

Мудрый созерцает все происходящее в разделении, и знает его как кажущееся, как не существующее, как результат иллюзии. Что есть в иллюзии? В иллюзии есть существование (Сат), потому что у нас есть возможность ее видеть, в иллюзии есть сознание (Чит), и так как мы можем сформировать какое-то отношение к ней, в ней так же есть и проявление блаженства (Ананды). Основа иллюзии это Сат-Чит-Ананда, и вне Сат-Чит-Ананды, иллюзия не может существовать. Мудрый знает этот мир как результат иллюзии, в котором любое разделение, кажущееся. Оно видится, но не существует. В любом разделении, в любом объекте есть только Сат-Чит-Ананда.

Мудрый избавился от автоматической уверенности что если он что-то видит, значит оно является реальностью. Обычно, такое явление принимается как аксиома, без дополнительных размышлений. Если я вижу чашку, значит я могу из нее напиться, если я вижу стул, значит я могу на нем могу сидеть, если все предыдущие манипуляции с предметами возможны, значит они реальны. Это мирское понимание. Мудрый видит то же самое, но делает совершенно другие выводы. Материальность объекта не является безусловным доказательством его реальности!

Абсолютно любой человек всегда смотрит (но не видит!) только на реальность, потому что помимо реальности ничего более не существует. Но смотря на реальность и интерпретируя ее, человек совершает ошибку, и видит ее как отдельность. Это невежественный взгляд на мир. Мудрый глядя на мир тоже видит разделение, потому что для коммуникации с внешним миром он пользуется органами чувств. Но это разделение он не интерпретирует как реальное. Он во всем видит только Сат-Чит-Ананду.

Мудрый не совершает ошибки принимая себя за что-то ограниченное. Он не принимает себя за объект ни на плотном, ни на тонком уровне. Он всегда знает себя как безграничность, которой он никогда не дает никаких определений. Он не пытается загнать ее в рамки понятий, потому что как только ты даешь чему-то определение, как только ты что-то описываешь, оно сразу же становится объектом. А реальность объектом не является. Реальность — это безобъектное нечто, которое наполняет собой все объекты, и находится за ними как внутри так снаружи. Реальность пронизывает собой все, и кроме реальности более ничего нет. Реальность не затрагивается ни наличием, ни отсутствием этого мира. Реальность всегда остается абсолютно неизменной, и не затронутой.

Эта реальность не осознается посредством слов или органов чувств. Она не понимается с помощью разума, она знается мной непосредственно, как я сам. Когда я просыпаюсь, у меня нет необходимости ощупывать себя, чтобы с помощью органов чувств подтвердить свое наличие. Я знаю что я есть. Мудрый не добавляет к этому знанию что-то еще, он оставляет его без определений. Он знает себя как то что существует до любого определения и чувства. Он не совершает ошибки. Он знает себя как бесконечного Брахмана. Знание самого себя это не какое-то новое знание, это то что знакомо абсолютно каждому, потому что каждый не сомневается в том, что он есть. Но человек невежественный, к этому знанию добавляет дополнительные проекции. Знание себя вне этих проекций, это и есть знание себя как бесконечного абсолюта.

Это естественное знание, от которого органы чувств и разум только отвлекают. Они увлекают нас во внешний мир, и заставляют совершать ошибку. Мудрый естественным образом сосредоточен на этом знании. Он не отвлекается, даже когда его органы чувств и разум работают. Он знает себя как то что предшествует работе разума и органов чувств. Он знает себя как то что дает им возможность существовать и действовать. Это то что дает возможность слову обозначать что-либо, и другому человеку понимать его смысл. Это речь речи, это слово слова.

Мудрый осознает это постоянно, он не нуждается для этого в логических утверждениях, его знание себя как Брахмана твердо. Ему не нужно погружаться в самадхи, для того чтобы “освежить” это знание. Однажды реально узнанное, оно остается с тобой навсегда.

Ошибка отождествления себя с ограниченным телом, уходит полностью только когда ты узнаешь безграничность как самого себя. Знание своей природы, однажды узнанное, и после утверждения в нем, больше не зависит от разума и органов чувств. Оно не зависит от методов, с помощью которых человек пришел к этому знанию. Это знание которое невозможно улучшить, и как-то сдвинуть его с места чьим то посторонним мнением. Оно знается абсолютно четко, и без всяких сомнений. Как в знаменитом примере змеи и веревки недостаточно просто убедить себя в том что это не змея. Нужно именно *увидеть* веревку. И когда это происходит, ты перестаешь в ней видеть змею, ты просто нагибаешься, и кладешь ее к себе в карман. Но до этого, как бы ты не убеждал себя в том что это не змея, если у тебя остаются сомнения, ты будешь опасаться этой веревки. Пока веревка ясно не видна, сомнения не прекратятся. Когда узнается основа, все то что принадлежало миру, продолжает действовать как и раньше. Все кроме меня. Потому что я не нахожусь в объектах мира, я не пребываю среди ограниченностей.

Зная себя таким образом, мудрый не затронут действиями. У него не осталось того чего бы стоило достичь с их помощью. Потому что он знает это как несуществующую иллюзию. Она видится, но в ней нет ничего помимо Брахмана, есть только Сат-Чит-Ананда. Мудрый знает себя как не затронутого проекциями Брахмана. Действия, которые кажущимся образом совершает мудрый, это временное выражение Брахмана, посредством его физического тела. Такие действия — это выражение его свободы и всемогущества. Возможность явления любых иллюзорных проявлений, которые никак не затрагивают ту основу на фоне которой они проявляются. В них нет ничего помимо Брахмана.

Знающий себя таким образом мудрый, совершенно ничего не делает. Он не привязан ни к действию, ни к результату, ни в видимости действия или результата. Он не заботится о том, что могут увидеть другие. Он в любой момент готов оставить все зная себя как полноту, как любовь и сострадание. Это естественное следствие знания, которое не требует усилий для своего поддержания. Когда нет отождествления с телом, разумом и интеллектом, природа блаженного сознания и существования не скрывает себя. Она сияет в своей самоочевидности, не требуя никаких усилий.

***Все проявления этой природы, из-за того что они не искажены чувством эго и личным невежеством, всегда будут проявляться в соответствии с тотальным законом.*** Так мудрый становится Ишварой, творцом этого мира, который действует напрямую через инструмент его тела, разума и интеллекта.

Но пока такого знания нет, это тоже Ишвара действующий посредством физического тела, но действия и природа Ишвары искажены индивидуальным эго. У мудрого такие искажения пропадают, и он становится как бы прекрасно настроенным камертоном, который всегда выдает правильную ноту и находится в полной гармонии с тотальностью. Он знает себя как не действующего, даже смотря, слушая, касаясь, обоняя, принимая пищу, двигаясь, спя, дыша, говоря, выделяя, беря, открывая и закрывая глаза, он не затрагивается материальной природой этого мира. Он знает, что это только чувства движущееся среди объектов чувств. Понимание *я ничего не делаю*, это понимание знающего истину. Это итог, это результат его знания.

Следующая строфа рассказывает нам о том, как должен действовать человек не знающий, человек пребывающий в невежестве, человек для кого деятель остается реальным. Как он должен выполнять действия, для того чтобы его разум очистился, и он получил возможность осознания своей природы?

ब्रह्मण्याधाय कर्माणि सङ्गं त्यक्त्वा करोति यः ।

लिप्यते न स पापेन पद्मपत्रमिवाम्भसा ॥ १० ॥

brahmaNy-AdhAya karmANi saGgaM tyaktvA karoti yaH |  
lipyate na sa pApena padma-patram-iva-ambhasA || 10 ||

*Кто действует, поднося действия Брахману, оставив привязанность, тот не затрагивается грехом, подобно тому, как не затрагивается водой лист лотоса. (10)*

Пока остается чувство деятеля, действие должно выполняться как подношение. Эта тема уже множество раз нами обсуждалась. Действие должно выполняться не ради себя, а ради высшего, ради Брахмана, ради тотальности. Действие должно выполняться наилучшим образом, как служение, без привязанности к результату.

Делай то что должно, и пусть будет что будет. Такой стиль выполнения действий является карма йогой. Именно это здесь и имеется ввиду. Совершай действие как подношение Брахману, оставив привязанность к результату. Даже к такому результату как освобождение! Я просто выполняю действие для очищения разума. Такое понимание возможно, потому что очищение разума — это не материальный результат.

Если есть такое понимание, если действие делается как подношение, то человек не затрагивается грехом. Под определением *грех*, здесь подразумевается препятствие на духовном пути. У человека, живущего согласно принципам карма йоги, дальнейший путь будет беспрепятственным, и результатом такого образа жизни будет очищение разума.

Карма йога — это промежуточный этап для человека, который стремится к пониманию *я не являюсь деятелем*. Далеко не каждый поймет это сразу. Недостаточно это просто запомнить или поверить этому, это нужно понять. Практикуя карма йогу, человек учится отвлекаться от своих эгоистических желаний как от единственной движущей силы, а так же он совершает осознанный выбор авторитета, ради которого совершаются все его действия. Карма йога — это практика оставления привязанности к чувству отдельного деятеля, который действует по своей воле и желанию. Это переключение мотивации с “что хочу то и делаю” на мотивацию “я делаю то что должно”. Действие совершенное исходя из такого чувства, будет правильной практикой, это будет практика карма йоги.

Миллион раз повторенная во множестве мыслей и действий привязанность, неизбежно становится связующей силой. Действие или мысль повторенная единожды, подобна песчинке, которая практически не имеет веса и силы. Но действие будучи поверенным миллион раз, неизбежно приведет к накоплению огромной горы песка, которую за один раз сдвинуть с места попросту невозможно. Каждым таким действием или мыслью, человек постепенно укрепляет свое чувство отдельного я. Я делаю, я хочу, я мечтаю, я хочу чего-то добиться. Такое повторение приводит к тому что джива уже не в состоянии сдвинуть с места огромный груз своего эго, своей отдельности.

Но когда искатель отказывается от присвоения результата, происходит отказ от поддержания и накопления этой горы песка. Я не хочу ее тащить с собой, я отказываюсь снова и снова повторять эту ошибку. Может быть в начале искатель даже не совсем понимает смысл этого отказа. Он действует согласно наставлениям учителя, или прочитанной книги. Сначала он отказывается добавлять песок к этой горе, а потом поднося свои действия Брахману, он постепенно начинает разбирать уже накопленную им гору. Песчинка за песчинкой, каждое действие и мысль отданная Брахману и тотальности, постепенно уменьшает эту гору песка.

Так как эта гора была накоплена дживой, дживой же она может быть и разобрана. Никто за тебя не будет выполнять эту работу. В начале жизни, эта гора песка собиралась дживой неосознанно, но приступив к практике карма йоги, ты имеешь уникальную возможность сознательно, с полным пониманием процесса, песчинка за песчинкой, разобрать ее. Сразу всю гору отбросить невозможно, но по чайной ложке, по горсточке, тщательно просматривая свои старые неверные эгоистические понятия и отказываясь от них, в течении жизни, эту гору разобрать вполне возможно.

Уменьшение этой горы происходит каждый раз, когда в процессе действия я отдаю его тотальности. Даже пословица есть, которая хорошо иллюстрирует этот процесс. Делай добро, и бросай его в море. Не привязывайся к нему, не жди благодарности, не присваивай действия и его результата, не гордись достигнутым. Все происходит по воле Божьей. Такое отдавание очень важно для проживания учения Бхагавад Гиты, так как это практика уменьшения чувства эго. Без такой практики, чтение и слушанье останется только буквами на бумаге, и звуками которые входят в одно ухо, и выходят через другое, без принесения какой-то конкретной пользы. Эта строфа учит учиться полагаться на Божественное, на тотальное. И полагаться не на словах, а полагаться на практике, полагаться в жизни. Оставив свою привязанность к эгоистичному действию, при этом не оставляя привязанности к знанию. Потому что привязанность к

знанию, является инструментом который помогает избавиться искателю от других привязанностей.

Пока есть разум, будет и привязанность. Поэтому оставление привязанности к не верному, должно сопровождаться обретением привязанности к верному. Принцип неправильного действия, который практиковаться всю прошлую жизнь, должен быть заменен на принцип действия правильного, только с таким подходом, практика будет успешной. Когда привязанность к реальности остается единственной привязанностью, тогда путь к истине будет прямым и быстрым. Все препятствия на пути к ней возникают только из-за того, что остаются какие-то другие привязанности. Когда искатель действует поднося свои действия Брахману, он подтверждает свою привязанность к познанию истины, и поэтому действия его не затрагивают, что в свою очередь не приводит к появлению греха и препятствий. Если же привязанность к знанию и к правильности оставлена, тогда человек остается в невежестве, лишенный ориентиров и инструментов. А пребывание в невежестве, неизбежно приводит к появлению препятствие образующих привязанностей. Когда знание уже достигнуто и осознается собственная природа, все привязанности оставляются, даже Веды становятся не нужны. Потому что все то что нужно было достичь с их помощью, уже достигнуто. Веды становятся подобны колодцу с водой во время наводнения. Оставление привязанности — это очень хорошая тема для медитации, к ней нужно возвращаться как можно чаще.

Осознать состояние не привязанности достаточно сложно. Без постоянной внимательности, искатель скатывается в привязанности и ожидания. Привязанность возникает очень просто, потому что она практиковалось долгие года и многие жизни.

Привязаться можно даже к таким понятиям что я все понял, и я ни к чему не привязан. Даже эти понятия могут стать привязанностью. И эту возникшую привязанность, чувство эго будет судорожно защищать от любых нападков. Сама необходимость защиты, это показатель привязанности. В знании нечего, и не от кого защищать. Привязаться можно только к описанию истины, чтобы потом защищать это описание. Заметьте, защищать не саму истину, которая в защите не нуждается, а свое описание истины, как истину. Как ценность. **Истина в защите не нуждается, нуждается в защите только ее описание.**

Отсутствие привязанности невозможно практиковать механически. Настоящую осознанность, настоящую не привязанность очень сложно удержать, потому что она постоянно ускользает. Она требует постоянного сосредоточения. Без усилий осознанность у искателя пропадает, а привязанности появляются



по умолчанию. Поэтому необходим некий срединный путь между двух крайностей, где не нужно терять осознанности, так же, как и не следует уклоняться от мира. Нужно пройти по лезвию бритвы, и то как удержать это равновесие, будет знать только практикующий такой подход к жизни.

Он проживает жизнь с такой концентрацией, с такими усилиями, что постепенно она начинает проникать в его сновидения, что указывает на действительную серьезность, и правильность его практики. Тот кто удерживается на этом срединном пути без совершения ошибок, или с быстрым их исправлением, не убегая от мира, и в то же время не привязываясь к нему, будет жить в истине, и его не затронут грехи чувства эго.

Как происходит подношение Брахману? Легко положить Богу на алтарь цветы, но как поднести действие, и ощущения органов чувств? Подношением будет следование тотальному закону правильности. Эти тотальные законы проявляются как частности, вплоть до проявления их при подметании полов. Как сам закон, так и сама правильность этого закона, есть Ишвара, и следование ему будет поклонением. Видя в правильности Ишвару, и выполняя все действия оставив привязанность к результату, такое действие будет поклонением. Любое действие становится как бы личным поручением Ишвары, послушаться которого невозможно.

В процессе выполнения такого действия, разум искателя очищается. И чтобы эту правильность почувствовать максимально, разум должен уметь различать свои эгоистические желания, от того что должно быть сделано. Различение Ишвары, различение того как есть и проекций дживы, достигается максимальным удалением от ситуации, и размышления о ней как бы со стороны, в перспективе. Эта дистанция может быть разной. Она может быть в пространстве, или во времени. Такую точку зрения на ситуацию нужно практиковать до тех пор, пока не будет виден выход из нее. Пока не будет видна правильность, которая дает направление и понимание, того что должно быть сделано в любой ситуации. Этот принцип приложим абсолютно ко всему.

Когда ты отдаляешься от ситуации, ситуация видится объектом. А когда ты сделал ситуацию объектом который помещается в поле твоего зрения, т.е. ты его можешь увидеть, ты неизбежно увидишь то что ты должен сделать в этой ситуации. Даже самое простое действие, встраивается таким образом в тотальную картину. И то что правильно с тотальной точки зрения, будет правильно в конкретном действии. К этому надо привыкнуть.

Например, я вскапываю огород. Если я совершаю это действие полностью погруженный в понятие где есть я и есть огород который я вскапываю, процесс его возделывания будет эгоистическим действием. Это приводит к тому что я ощущаю нежелательную нагрузку. Мне тяжело, я устал, я недоволен. Это тяжелый труд, погода какая-то не такая, комары кусают, и никто не хочет мне помочь. Другими словами, я погружен в ситуацию где подтверждается точка зрения *я делаю*.

Но если я отдаляюсь от ситуации, и вижу несколько больше чем себя на которого действуют какие-то негативные факторы. Если я замечаю что пришла весна, и вокруг меня пробуждается природа, а самого себя я тоже вижу как неотъемлемую часть этой природы. Если я вижу что вокруг меня все наполнено пробуждающейся жизнью, и процесс вскапывания огорода тоже спровоцирован пробуждающейся жизнью, то возникает желание максимально проявиться в этом естественном чувстве. Ты замечаешь погоду, и удивляешься ее непредсказуемости. Ты чувствуешь мягкость земли, и тотальные процессы становятся очевидными для тебя. Эти тотальные процессы действуют безуильно, естественно и неотвратимо. В такой картине мира уже нет уже несчастного меня, которого заставили копать огород. Потому что я отошел от ситуации, и вижу ее в связи с тотальными процессами.

Если отношение к делу будет другим, то и последствия будут другими. В первом случае, единственным результатом будет то что ты вскопаешь этот ненавидный тебе клочок земли. Во втором же случае, помимо того что ты возделываешь землю наблюдая тотальное, ты меньше устанешь, и в процессе труда ты очистишь свой разум. Это и будет более правильным пониманием, и подношением. Возделывание земли ты совершаешь как подношение истине, как подношение правильности, как подношение самому Брахману. А то что при этом еще и оказалась вскопано пару соток земли, будет приятным дополнением к этому. Но главное - очищение разума.

В первом случае, когда есть только я который с раздражением загоняет лопату в землю, и огород который нужно вскопать, результатом будет только вскопанная земля. Но если я практикую принцип отдаления от ситуации, для того чтобы увидеть как в ней проявляется тотальное, и если я начинаю действовать в соответствии с этим тотальным, это превращает работу в подношение. Поднося действия Брахману и оставив привязанность, человек вырабатывает привычку действовать, видя ситуацию с более тотальной точки зрения. Такая практика и называется карма йогой. Это и есть поклонение Ишваре, поклонение тотальности. Это переход на более правильную точку зрения. Действие, совершаемое из этого понимания, перестает быть просто действием. Просто действие приковывает человека к самсаре, а действие которое обожествлено с

помощью такой практики, становится ментальным упражнением, и превращается в инструмент освобождения.

*Кто действует, поднося действия Брахману, оставив привязанность, тот не затрагивается грехом, подобно тому, как не затрагивается водой лист лотоса. (10)*

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати 157**  
**Глава 5 Шлока 11**

brahmaNy-AdhAya karmANi saGgaM tyaktvA karoti yaH |  
lipyate na sa pArena padma-patram-iva-ambhasA || 10 ||

*Кто действует, поднося действия Брахману, оставив привязанность, тот не затрагивается грехом, подобно тому, как не затрагивается водой лист лотоса. (10)*

Эта шлока декларирует план действий человека, идущего по пути к истине. У него еще осталось чувство *я делаю*, но так как его цель — это освобождение, поэтому он все свои действия совершает как подношение Высшему. Действие, совершаемое как подношение, направлено на прекращение подтверждения чувства эго, и присваивания себе самого действия. В процессе совершения действия, происходит движение или в одну, или в другую сторону. Действие — это разнонаправленный процесс. Движение в одну из сторон подтверждает мое

чувство эго, вследствие чего самсара продолжается, и осознание истины становится невозможным. Движение же в другую, в противоположную сторону, это обращение к тотальному. Следствием такого обращения будет ослабление бастонов эго и очищение разума, что приближает человека к осознанию истины. Эти два процесса направлены строго в разные стороны, и противоположны друг другу. В одном случае действия мотивируются авторитетом эго, а во втором случае на первое место выходит долженствование, т.е. понимание того что должно быть сделано.

Такой выбор предоставляется каждому человеку по многу раз в день, в сотнях и тысячах различных ситуациях. На множестве разных уровнях. Это может быть звонящий утром будильник, который с вечера был заведен с установкой проснуться пораньше и помедитировать. Или же это будет магазин с полками набитыми вкусняшками. **У нас всегда есть выбор продолжить, или закончить определенным образом автоматически совершаемое действие.** Автоматизм, в большинстве случаев, это признак неправильного действия. Действие, совершенное без размышлений, имеет огромный шанс стать неверным действием. Человек всегда имеет возможность сделать паузу и задуматься, а верно ли я поступаю сейчас? Он всегда может посмотреть на ситуацию с более независимой точки зрения. И только потом принять решение. Я немного отхожу от ситуации, и пытаюсь видеть то что будет правильным. Это очень простая привычка, которую можно практиковать абсолютно в любой ситуации. Уникальность этой привычки в том, что если она была практикуема с детства, то к зрелому возрасту сумма таких небольших усилий приводит человека к абсолютной правильности. Привычка обращаться к такой правильности гораздо вернее, чем привычка жить узкими и ограничивающими понятиями эго.

Но к сожалению, в подавляющем большинстве случаев, все мы с детства воспитываем противоположную привычку автоматического отсутствия мышления, и следования за импульсами эго. Автоматизм — это игнорирование исключительно человеческой способности к интеллектуальному анализу и размышлению. Это прямой путь в самсару. В противовес такой автоматической жизни существует противоположный путь, на котором задействуются интеллектуальные способности человека. Это очень простая практика, которая при должном развитии не требует даже физической остановки, и становится просто мгновенной паузой в разуме практикующего, во время которой принимается решение следовать тому что верно.

**Такой выбор можно сравнить с голосованием.** В течении дня любой человек голосует сотни, если не тысячи раз. Он голосует или за авторитет знания, авторитет тотальности, правильности, или же за авторитет эго. Один тип

голосования укрепляет эгоистическое понятие *я делаю*, а другой укрепляет понятие долженствования, понятие того что должно быть сделано. Множество раз подтвержденная привязанность к эгоистическим действиям, становится огромной связующей силой, в отличии от привычка размышлять о том что должно быть сделано. Хотя такая привычка тоже укрепляется, но в отличии от эгоистической привычки она не становится связующей. Потому что она ведет к постепенному растворению чувства эго. Привычка обращения к правильности, это освобождающая привычка, которая не может стать автоматизмом. Потому что правильность в каждой ситуации будет своя. Привычкой такую практику сделать можно, но автоматизмом ее сделать нельзя.

Потому что каждый раз когда мы следуем этой привычке, наш интеллект находится в активном состоянии, он включен, он принимает решение ссылаясь на авторитет тотальной правильности. Он думает, анализирует и размышляет. И таким образом, учение проживается на практике. Привычка человека думать, неизбежно уничтожает ставшими так привычными автоматизмы разума. По мере практики такой осознанности, в ситуациях будет все больше замечаться деталей и мотиваций, опираясь на которые я всегда буду знать, как мне должно поступить.

Такое все более и более развивающееся понимание правильности у человека отобразить совершенно невозможно. Даже в самых сложных ситуациях она (правильность) способна быть стрелкой компаса, которая всегда указывает человеку направление к истине, при этом оставляя ему свободу выбора. Следовать за этой стрелкой, или же следовать чувству ложного эго. Даже в самых сложных жизненных ситуациях у человека есть свобода выбора, и возможность опереться на правильность. Это и будет поклонением Ишваре. Правильность становится законом который ведет меня по жизни. И когда ты развиваешь чувствительность к нему, видя как благотворно он влияет на твою жизнь, ты больше никогда не захочешь противоречить этому закону.

Для того чтобы увидеть то что будет правильным в определенной ситуации, необходимо сделать от нее несколько шагов в сторону, и посмотреть на нее в перспективе. При этом оставаясь внимательным и не вовлечённым наблюдателем. Любой конфликт, будь это конфликт с начальством, или с женой и ребенком, необходимо рассматривать как бы со стороны. И постараться посмотреть на него с перспективы, допустим пяти лет. Будет ли это столь важным для меня через пять лет?

Когда я с головой погружен в ситуацию, любая деталь мне будет казаться сверхважной и значительной. Но если посмотреть на ситуацию со стороны, важность многих моментов будет теряться, и на первый план выводится общая

взаимосвязь и правильность. Вполне возможно, что такой взгляд на ситуацию абсолютно обесценит ощущение конфликта, и он мгновенно потеряет свою актуальность. Но не нужно забывать, что в этой практике есть очень важный момент. Он заключается в том, чтобы отходить на такое расстояние, **которое ты честно можешь поддерживать постоянно**. Не нужно перескакивать через ступени, и смотреть на ситуацию с точки зрения через десяти тысяч лет. Ты не сможешь оставаясь честным к себе, и поддерживать такую перспективу постоянно. Это не будет правильным подходом. Отходить нужно на расстояние которое будет достаточным для того чтобы увидеть ситуацию в целом, при этом не теряя связи с жизнью. Каждый раз делая дополнительный шаг.

**Отходить от ситуации нужно постепенно разглядывая ее, и извлекая уроки из происходящего.** Если я сразу перемещаюсь на точку зрения центра вселенной, то любая ситуация будет не важной. Поэтому я не смогу извлечь из нее никакого урока, я не смогу ничему научиться благодаря произошедшему. Я не смогу поменять свое понимание. Перспектива десяти тысячи лет, и позиция что мы все равно к тому времени все умрем, не дает возможности обучения и проживания того что постепенно в течении жизни должно быть понято. Следовательно, такой подход делает невозможным достижение истины. **Нужно отходить ровно настолько, чтобы увидеть ситуацию объектом.** Не обнулить ее до невозможности делать из нее выводы. А сделать ее объектом, т.е. увидеть ее более целостно. От ситуации необходимо отходить до тех пор, пока не станет четко понятно, то что необходимо в этой ситуации сделать. Ровно настолько. И когда ты делаешь ситуацию объектом **которая помещается в поле твоего зрения**, ты неизбежно увидишь выход который будет соответствовать тотальным законам.

На самом деле это не значит, что я должен постоянно делать что-то неприятное для себя. На самом деле это значит, что я буду в каждый момент своей жизни лучше видеть то что должно быть сделано в данной ситуации. Этот процесс не предусматривает какой-то одной определенной и конкретной точки зрения, к которой я должен отходить. В любой ситуации я должен отходить в *сторону* тотального. Когда такая практика становится проще, когда я проживаю ее, я могу позволить себе отойти еще немного дальше, при этом видя ситуацию еще в более тотальной взаимосвязи. Таким образом, мне становится доступна более тотальная точка зрения.

Окончательной целью таких практик является обращение к Ишваре, и познание истины. Основная цель это понимание иллюзорности своей индивидуальности. С каждым сделанным в этом направлении шагом, я приближаюсь к настоящему себе, и обнаруживаю высшую цель человеческой жизни. Я обнаруживаю свое предназначение. Приближаясь к тотальному, я все больше и

больше вижу свою не отдельность от окружающего меня мира. Я нахожусь в гармонии, и эта гармония соответствует моей природе, она приносит мне наслаждение. И по мере того как я все больше и больше узнаю ее, я никогда не променяю это понимание на сиюминутное наслаждение тем, что предлагает мне ложное чувство эго. Я перерастаю удовольствия такого рода.

Потребность соответствовать тотальному, соответствует моей природе. Я хочу осознать свою бесконечную сущность, я хочу осознать себя тотальностью. Это соответствует моим самым глубоким внутренним чаяниям. Я обнаруживаю тотальность не для того чтобы стать ее рабом. Не для того чтобы еще больше обособиться от нее, а для того чтобы понять безграничность своей природы. Таким образом, отступая от любой ситуации, я делаю подношение правильности. Поклоняясь тотальному закону и действуя в соответствии с ним, я поклоняюсь Ишваре. А как мы уже говорили, Ишвара это Брахман + сила майи, следовательно, поклоняясь Ишваре, я поклоняюсь Брахману, окончательной и безграничной истине. Тотальный закон творения не отделен от Брахмана, это не творение отдельной личности, и не чья то выдумка. Ограниченная и эгоистичная личность создает свой собственный мир, где тотальные законы Ишвары не действуют. Во сне же может присниться все что угодно, правда? В своих фантазиях джива может совершать ошибки. И ошибаясь, он становится творцом своих собственных страданий.

Постепенно понимая корни страданий и избавляясь от них, джива очищает свое виденье. По мере очищения своего разума, джива лучше видит и понимает тотальный закон. Пребывая во все большей и большей гармонии с ним, трение между индивидуальным и тотальным, постепенно сводится к минимуму, а в случае полного проживания понимания, пропадает совершенно. Обращаясь к тотальности, раз за разом искатель приближается к истине и развивает любовь к ней, которая на санскрите называется *бхакти*. Бхакти позволяет двигаться дживе по пути духовного прогресса. Обращаться к тотальности я должен столь же часто, как ранее я обращался к чувству своего эго. Такое обращение развивает искренне желание и стремление практиковать карма йогу. Потому что настоящим карма йогиним может быть только бхакта, который поклоняется Тотальному. Настоящая карма йога всегда будет поддерживать бхакти.

Основной техникой практики карма йоги, является отказ от чувств деятеля, от ощущения *я действую*, и продолжение деятельности на основе тотальных законов. Чем постепенней и дальше я отхожу в сторону тотальности, тем меньше у меня остается чувства эго. Когда я вижу взаимосвязанность всего со всем, для эгоистического отдельного я, остается все меньше и меньше места. Потому что эгоистическая точка зрения — это очень узкий взгляд на происходящее. На то чем человек занимается, и в какие ситуации он попадает. По мере того как я

отхожу в сторону тотального, моё я пропадает. С ним не надо бороться, его не надо убивать. Оно само пропадает по мере того как я правильно практикую карма йогу.

Практика карма йоги достаточно проста, когда она совпадает с моими предпочтениями, и невыносимо сложна, когда мои эгоистические предпочтения вступают в конфликт с тем что должно быть сделано. В таких ситуациях очень важно ясно понимать то что должно быть сделано. Когда это обнаруживается, проблема снимается сама собой, и действие становится спонтанным и естественным. Привязанности естественным образом оставляются, и делается то что должно. Если ты сможешь посмотреть на ситуацию со стороны, сделав несколько шагов в сторону тотального, то конфликт снимается сам собой. Каким бы неразрешимым он не казался на первый взгляд. Когда эта проблема пропадает, эгоистические понятия не мешают человеку выражать тотальный закон, и следовать тотальной точке зрения наиболее полно. Человек не становится рабом, который выполняет тотальную тоталитарную волю, он понимает что тотальность это наилучшее выражение его самого. Именно там находится то к чему он стремился всю жизнь.

В своем обычном состоянии человек забывает об этом внутреннем стремлении, и действует как представитель эго, как представитель ложного я. Надо постепенно заменять эту позицию, на позицию реализации истины. Когда ты живешь как представитель тотального, и тобою осознается реальность своей природы, эгоистические понятия более не затрагивают тебя. Я больше не принимаю себя за тело, разум и интеллект, потому что я тотальное и безграничное я, которое к чувству эго не имеет никакого отношения. Чувство эго это всего лишь отражение тотального сознания в моем разуме.

В зависимости от чистоты разума, это отражение может в большей или меньшей степени соответствовать реальности. Спокойный и чистый разум отражает максимально верно, и позволяет узнать в этом отражении оригинал. Когда осознается реальность моей природы, тогда тело, разум и интеллект более не становятся искажающим фильтром, который стоит на пути узнавания себя. В таком случае успех и неуспех осознаются тем, что ко мне не относится. Они относятся к эго, и ко мне реальному никогда не имели никакого отношения. Я больше не путаю изображение в зеркале, с отражающей поверхностью. Я понимаю, что пыль, лежащая на поверхности зеркала, принадлежит зеркалу, а не тому что отражается в нем.

С таким пониманием действие не приносит греха, даже если оно не совершенно. Если я поклоняюсь тотальному ради очищения разума, то в этом поклонении могут быть дефекты, потому что человеческое тело, как и человеческие



усилия, не совершенно. Действие никогда не будет совершенным, в силу его природы в нем всегда будут дефекты. Но если действие совершается с тотальной точки зрения, тогда результат в виде очищения разума гарантирован. И с этим результатом ничего не может произойти. Вне зависимости от того насколько действительно совершенно это действие. Результат очищения разума происходит в соответствии с намерением. Я делаю это ради тотального, я делаю это ради правильности, я делаю это для очищения разума. И результат будет соответствующим. Действие которые отданы Брахману, они не затрагивают человека своим качеством и результатом. На первое место выходит очищение разума, а обретаемый результат глубоко вторичен.

Поклонение ради какого-то материального результата, является эгоистическим подходом к действию. Когда я действую ради достижения желаемого, тогда любое несовершенство в действиях приводит результату, порой совершенно противоположному желаемому. Существуют ритуалы поклонения, совершая которые можно обрести различные материальные и не очень достижения. Например, это может быть обретение богатства, сына, власти, или каких то сверх способностей, сиддх. Такие ритуалы совершаются в храме, и любое отклонение от процедуры его проведения, может привести к тому что результат ради которого это действие совершалось, не будет достигнуто. А в некоторых небольшое несоответствие приводит к совершенно противоположным результатам. Например, ритуал совершался ради обретения власти, а в результате ты сам попадаешь в неволю, и становишься слепым исполнителем чужой воли.

Действие в эгоистическом действии очень важно. И это очень опасный путь, потому что любая, даже самая незначительная погрешность, может привести к тому что результат будет прямо противоположным тому ради чего этот ритуал собственно и проводился. Действие, совершенное с эгоистической позиции, не приводит человека к очищению разума, в отличии от действия, которое было совершено как подношение Брахману. В таком случае обретаемый результат будет прасадом, он будет восприниматься как благословение свыше. Действия же, совершенные ради эгоистической цели, напрямую будут зависеть от качества самого действия. И получаемый таким образом результат, будет приносить только временное удовлетворение, и человек не будет чувствовать себя благословенным. Внешне действия могут быть очень похожи. Но если действие совершается из чувства долженствования и отдается Брахману, его результат всегда будет позитивным.

Для иллюстрации того как действие может не затрагивать мудрого человека, Кришна приводит пример лотоса. Этот пример очень популярен и красив. Дело в том, что лотос рождается из грязи глубоко под водой. На дне обычно гниют какие-то водоросли, и ползают различные букашки. А лотос — это символ

чистоты, он не затронут абсолютно ничем, и вода не оставляет на нем никакого следа. Мудрый сравнивается с цветком лотоса. Тело мудрого рождается, существует и умирает в этом мире, но мир со своими проблемами и страданиями его не затрагивает. Мудрый делает то что должно быть сделано в соответствии с ситуацией, неся максимальное благо для всех. Потому что он руководствуется тотальной правильностью.

*Кто действует, поднося действия Брахману, оставив привязанность,  
тот не затрагивается грехом.*

Под грехом подразумевается несовершенства в действиях. Каждое действие будет иметь как позитивный результат, так и негативный. Каждый шаг сделанный по земле человеком, который считает себя телом, может нести смерть другому живому существу. Но мудрый, не считающий себя телом, не затрагивается результатами действий, подобно тому как не затрагивается водой лист лотоса.

कायेन मनसा बुद्ध्या केवलैरिन्द्रियैरपि ।

योगिनः कर्म कुर्वन्ति सङ्गं त्यक्त्वात्मशुद्धये ॥ ११ ॥

kAyena manasA buddhyA kevalair-indriyair-api |  
yoginaH karma kurvanti saGgaM tyaktvA-Atma-zuddhaye || 11 ||

*Оставив привязанность, карма-йоги выполняют действия  
только телом, разумом, интеллектом, а также чувствами,  
оставив привязанность, для очищения разума. (5.11)*

Что делает карма йогин? Действие. Как он его делает? Оставив привязанность к результату, он совершает действия с помощью тела, разума, интеллекта и органов чувств. В этом и заключается разница между карма йогом, и другими людьми которые не практикуют карма йогу. Обычный человек совершает действия с позиции *я делаю*, и при этом, его чувство *я* вовлечено в процесс действия. Карма йогин же остается как бы в стороне. Он смотрит на свое тело, разум и интеллект, и остается не вовлеченным в совершаемые ими действия. У человека совершающего действия с эгоистической точки зрения, действия будут искажены чувством ограниченного *я*. Такой человек будет зависеть от результата. Они (чувства), неизбежно будут делать его счастливым или не счастливым, успешным или наоборот, лузером.

Карма йогин выполняет действие без привязанности, он поклоняется истине и правильности, и получает два вида результата. Один из них это гарантированное очищение разума, а второй, это результат внешний, это результат непосредственно совершенного действия. Единственная цель йогина - это очищение разума, и он получает этот результат, потому что он приходит в соответствии с тотальным Божественным законом. Он совершает действия не для удовольствия, не для накопления или ощущения безопасности, он посвящает их Брахману, не ожидая благодарности. На самом деле, таким образом действует вся вселенная, потому что это соответствует тотальному закону. Только человек может решить что он действует по другому, ради себя. А солнце всходит, ветер дует, кометы летают, деревья растут, пчелы жужжат на основе тотального закона. Делай действие так же, как всходит солнце или дует ветер, и добавь туда максимальное количество человеческой осознанности. Сделай шаг по направлению к Божественному, и стань немного Богом в своих действиях.

Ишвара творит не из нужды, он творит из полноты. И ты можешь делать точно так же. Ты можешь себе это позволить! Когда ты действуешь для себя, исходя из своих желаний, ты остаешься ограниченностью, которой постоянно чего-то не хватает. Адвайта говорит - действуй из полноты. Сначала, пока это не привычно, делай как будто ты можешь себе это позволить, и это неминуемо очистит твой разум, и ты заметишь, что ты можешь себе это позволить. Действовать не ради чего-то, а потому что так правильно, и хорошо с тотальной точки зрения. Тебе тоже будет хорошо, потому что ты не ограниченное я, ты безграничная тотальность, действующая исходя из законов этой тотальности. Очищая разум ты избавляешься от ограниченности и глупости. По капле выдавливая из себя в каждом своем действии обращаясь к тотальной точке зрения.

Такая свобода от ограниченности может практиковаться на любом уровне. На уровне тела, на уровне разума, на уровне чувств и речи. На уровне интеллекта. На любом уровне который тебе доступен, в зависимости от способности и подготовленности. Это может делать каждый. Начинать с самого простого, и делай это от чистого сердца

Обратись к тотальному с молитвой, и это уже будет началом карма йоги. Каждый может перестать вовлекаться в действие одним только переносом своего внимания на тотальное. Оставаясь внимательным и не вовлеченным в ситуацию, при этом не теряя связи с ситуацией в жизни. Не надо сразу отходить слишком далеко, необходимо ясно видеть то что происходит вокруг, наблюдая себя и ситуацию как бы со стороны. Именно таким образом человек становится бесстрастным наблюдателем. Нужно уметь сохранять баланс между внимательностью и бесстрашием, не привязываясь к ситуации, и в то же время не теряя осознанности.

Поддержание позиции наблюдателя обесценивает эго, которое в конце концов пропадает совершенно. Такая практика помогает избавиться от васан, от скрытых желаний и склонностей. Но позиция наблюдателя — это еще не окончательная истина. Истина — это то что дает этому наблюдателю возможность наблюдать. Далее осуществляется переход к выяснению природы этого наблюдателя, а это уже следующий шаг, это джняна йога. Путь знания, которым заканчивается путь карма йоги. По мере того как разум искателя очищается, появляется возможность полностью отказаться от чувства деятеля. Когда разум полностью чист и спокоен, в отражении узнается оригинал. Это узнавание происходит с помощью знания, и тогда карма йог становится гьяна йогом. Мудрый знает, что *я ничего не делаю*, это просто чувства взаимодействуют с объектами чувств.

*Оставив привязанность, карма-йоги выполняют действия только телом, разумом, интеллектом, а также чувствами, оставив привязанность, для очищения разума. (5.11)*

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати 158**

**Глава 5 Шлока 12**

kAyena manasA buddhyA kevalair-indriyair-api |  
yoginaH karma kurvanti saGgaM tyaktvA-Atma-zuddhaye || 11 ||

*Оставив привязанность, карма-йоги выполняют действия только телом, разумом, интеллектом, а также чувствами, оставив привязанность, для очищения разума. (5.11)*

Некоторое время назад, мы с вами говорили о людях которые катали на холме камни. Внешне они занимались одним и тем же делом, но когда их спросили что они делают, все они дали совершенно разные ответы. Первый человек делал это ради заработка, чтобы у него была возможность содержать свою семью. За такую работу ему платили совсем немного, и он постоянно был раздражен и недоволен. Второй человек был скульптором, и он катил конкретный камень для того чтобы сделать из него прекрасную скульптуру, прославиться, обзавестись множеством учеников и последователей. Третий человек катал камни для

того чтобы построить на этом холме храм, и привести к вере безбожников. Это достаточно высокая идея, но как и предыдущие люди, он действовал ради результата. Первый человек работающий ради денег, действовал на уровне тела. Второй, который был скульптором, действовал на уровне тела и разума. А человек который мечтал построить на холме храм, действовал на уровне тела и интеллекта. Все эти люди действовали исходя из понятия *я делаю*. В их действия были вовлечены тело, разум, интеллект и чувство я.

Но был и четвертый человек. Человек, который на холме строил храм для Бога, и дарил ему свой труд, он не искал в этом выгоды. Это и есть точка зрения карма йога, который отдает Богу результат своего действия. Он действует так, потому что видит правильность совершаемого им действия. Он понимает, что постройка храма в данной ситуации, в данном месте, и в данной компании людей, будет правильным делом. Он заметил долженствование такого действия, и в его стремлении его поддерживает вся вселенная. Являясь карма йогом, он не попадает в зависимость от результата. Он действует не потому что я желаю или я не желаю, он действует исходя из того что должно быть сделано. Он видит, что тотальное поддерживает его стремление в данной ситуации.

В отличии от эгоистического действия, стремления карма йога поддерживаются тотальностью, и не встречают препятствий на своем пути. В отличии от действия эгоистического, которое неизбежно будет сталкиваться со множеством препятствий. Такая реакция на совершаемые действия является хорошим маркером правильности выбранного направления. Если ты в жизни встречаешься с огромным противодействием в плане достижения поставленных перед собой целей, то остановись и задумайся. А верно ли поставлены эти цели? В том ли месте ты находишься? Те ли люди тебя окружают? Пересмотри свои цели, и тщательно проверь свои мотивации.

Если ты действуешь совместно с тотальностью, и чувство я не является доминирующим фактором в твоих действиях, значит ты действуешь как карма йогин. И тотальности просто нечего тебе противопоставить. Тотальность она на то и тотальность, что она тотальна. Если ты находишься с ней на одной волне, если ты четко понимаешь что от тебя требуется в данной ситуации, то вселенная будет нести тебя нести на своих ладонях, она будет помогать тебе во всем. Тебе будут открыты все пути. Именно такому действию и учится карма йог. Он осознанным образом выбирает цели, он видит к чему могут привести действия, и он постоянно получает обратную связь от вселенной.

Карма йог постоянно находится на связи со вселенной, и четко замечает моменты где он может вступить с ней в противодействие. Стоит ли этому противостоять? Конечно же нет. Такие препятствия всегда являются следствием глу-

пости и невежества, которые нужно обходить. Вовлеченность в них всегда является сигналом к тому что ты идешь не в ту сторону. Это может быть борьба за деньги или власть, т.е. борьба за цели на уровне артха и кама. На уровне обеспечения безопасности, и удовлетворения каких-то телесных желаний. Цели уровня дхарма, это цели на уровне морально этических идей. И на всех этих уровнях возможно противостояние. Тебе обязательно будут мешать другие люди, которые хотят тех же самых ресурсов, и идеи которых противостоят твоим. Противостояние морально этических идей, это очень распространенное явление, в связи с которыми очень часто начинаются войны.

Если ты встречаешься с таким типом препятствий, то пересмотри свои мотивы, и направь свои усилия в нужное русло. С точки зрения познания истины, это будут усилия по очищению разума. Если ты видишь что вокруг тебя множество людей хотят того же самого что и ты, то это верный знак, что какие-то из твоих целей поставлены неверно. Но если твоя цель очищение разума, то ничто не сможет этому противостоять. Очищение разума — это со-настройка с тотальными силами. У карма йога на первое место выходит соответствие тотальному закону. Чувство я делаю, я хочу или не хочу, для него не является главным. Он действует не ради материального результата. Такое действие может совершаться интуитивно, потому что человека к нему подталкивает внутреннее стремление к истине. Человек может практиковать карма йогу, не зная что он ее практикует! Если он живет в гармонии с внутренней истиной, то это чувство неизбежно будет подталкивать его в нужную сторону.

Внешне действия этих трех людей могут быть совершенно одинаковыми. Ведь все четверо катают камни. Но не смотря на внешнее сходство, результат у каждого человека будет своим. Что получит работающий за зарплату человек? Он получит зарплату! Работающий ради славы, получит славу, а работающий ради идеи, получит идею. Получит, или не получит. Но обретенный ими результат, всегда будет касаться исключительно того что они желают. А вот четвертый человек, вне зависимости от исхода действия, получает результат в виде очищение разума. Действия внешне одинаковые, а получаемый результат у каждого будет своим. На это стоит обратить внимание, потому что обычно считается что одно и то же действие, всегда приводит к одному и тому же результату. В частности научный подход, основан именно на этом.

Здесь же очень важно, кто, с какими чувствами, ради чего, и каким образом действует. И из каких внутренних побуждений. Пусть внешне действия могут никак не отличаться, но внутреннее понимание может быть очень разным. Люди в соответствии со своими взглядами, получают соответствующие результаты. Один человек получит зарплату, он получит нечто материальное и осязаемое. Второй получит известность и последователей, это будет уже менее осязаемый

результат. Третий получит моральное удовлетворение от спасения язычников-безбожников. А карма йог, получит результат в виде очищения разума.

В первых трех случаях результат не гарантирован. Потому что если есть я, значит оно стремится к ограниченным целям. В таком случае результат может быть достигнут, или не достигнут. Если первый человек делает что-то неправильно, то он вместо зарплаты получает штрафы или физическую травму, что выливается в его неспособность к работе. Есть множество факторов, которые могут стоять на его пути к желаемой цели. Вплоть до того, что для зарабатывания денег он выбрал не самую высокооплачиваемую работу.

Второй человек также зависит от своих усилий. Он хочет создать замечательную скульптуру, и стать знаменитым. Но в процессе работы над ней он может ошибиться, и полученный результат будет сильно отличаться от его первоначального замысла. Да и вообще, даже если на его взгляд скульптура вполне удалась, другой человек может не разделять его точки зрения. Одним словом, он тоже сталкивается с огромным количеством препятствий для достижения своих целей. И он тоже может как получить результат, так и не получить его. Третий человек, который работает ради удовлетворения своих морально-этических ценностей, также может в итоге ничего не получить. Его религия может прийти в упадок, храм может быть разрушен другой, более влиятельной конфессией, или люди, обращенные им в его веру, снова впадут в язычество.

Но у карма йогина, который работает ради очищения разума, препятствий на пути не возникает. В отличие от других людей, которые выполняют действие ради себя, он действует оставив привязанность к результату, и оставив чувство *я делаю*. Он действует поклоняясь истине и правильности. Его результат — это очищение разума, и этот результат ему гарантирован. Если я делаю действие исходя из такой внутренней позиции, мой разум в любом случае будет очищен. В отличие от ограниченного деятеля, который действует с чувством *я делаю*, и *я хочу*. Карма йог не интересуется целями уровня ардха, кама и дхарма. Его ценности гораздо выше. Он делает то что соответствует тотальному вселенскому закону. И в отличие от следования трем более низким целям, следование его цели подпитывает само себя.

По мере очищения разума, его действия все больше и больше соответствуют тотальному закону. А чем более очищается его разум, тем лучше он видит то что соответствует тотальности. С точки зрения эффективности очищения разума, карма йога — это единственный инструмент который доступен человеку на этом уровне. С помощью действия направленного на обретение ограниченных результатов, разум очистить невозможно. Вообще, для того чтобы иметь возможность очистить разум, нужно не только его иметь, но также необходимо

иметь и свободу воли. Такому требованию отвечает исключительно существование в человеческом теле. Потому что у животного такой возможности нет. У животного может быть разум, но свободы воли, которая позволяет ему совершать или избавляться от ошибок, нет. Такому критерию отвечает только человек.

Цветы цветут, солнце светит, птицы поют, ветер дует, и все они действуют без эгоистического чувства, все они полагаются на тотальный закон. Им не требуется дополнительная коррекция своего понимания. У них нет возможности совершить ошибку, они все действуют в соответствии с тотальным законом. Только человек может как совершать, так и исправлять ошибки. Карма йог избавляется от ошибок разума, которые были накоплены в результате прошлых неверных действий и понятий. Каждый искатель начинает с уровня на котором у него уже накопилось множество ошибок, и они стали неподъемной ношей. Вследствие чего возникает жгучее желание избавиться от этого ненужного груза, что он и делает, с помощью истинно человеческого инструмента, интеллекта.

Карма йог постепенно избавляется от ограниченностей эго. Он учится действовать как Бог, как сознательный и всемогущий творец. Творец может себе позволить действовать не из нужды, потому что чувство я хочу, является выражением нужды. Если я чего-то хочу, это значит что мне чего то не хватает, и я в чем то нуждаюсь. Действие совершенное не из чувства нужды, это действие из полноты. Это то что может позволить себе только тотальное и всемогущее, божественное и абсолютное. То, что может позволить себе Бог. Карма йог учится действовать так же. Он оставляет понятие о том, что мне чего-то не хватает.

Пока он еще не познал свою природу тотального абсолюта, он как бы выдает ей кредит доверия. Он делает это для того чтобы убедиться, что возможно жить из полноты. В процессе проживания этого, он убеждается что это реально, и отвечает самым глубинным чувствам каждого человека. Он полон, и у него нет недостатка ни в чем. И это приносит ему спокойствие и удовлетворенность разума. Такое понимание возможно только когда оставлены понятия о себе как о не полном, и постоянно чего-то желающем существе. Практика начинается с того что ты действуешь *как будто* ты можешь себе это позволить. И в процессе этого *как будто*, ты убеждается что это действительно возможно, и начинаешь действовать как тотальность. Не ради чего-то материального, а просто потому что это должно быть сделано, и потому что это поддерживает абсолютную тотальность. **Каждый может сделать шаг навстречу Абсолюту, прямо с того места где он находится сейчас. Как бы не было сильно невежество человека, у него всегда есть свобода воли, прямо**



**из того месте где он сейчас находится, сделать осознанный шаг по направлению к Богу.**

Но обычно действия человека в самсаре беспорядочны и хаотичны. Сегодня я хочу того, а завтра другого. Если основной мотив действия у человека — это эгоистические желания, то его жизнь будет беспорядочна и хаотична, и в конце концов ни к чему не приводит. Духовная эволюция не совершается под влиянием набора случайных факторов. Она всегда является желанием сознательно двигаться в направлении истины. В таком случае, движение человека перестает быть хаотичным, и он начинает целенаправленно передвигаться в определенном направлении. Сначала, пока его разум недостаточно очищен, влияние других факторов будет приводить его к тому что он постоянно будет несколько сбиваться с выбранного вектора. Но постепенно, все более и более очищая свой разум его движение станет целенаправленным, и случайные воздействия окружающей среды, уже не смогут сбить его с правильного направления.

Карма йога — это воспитание в себе способности выбрать правильное направление. Каждый в течении дня сталкивается с огромным количеством ситуаций, где можно выбрать шаг в правильную, или в неправильную сторону. Практика карма йоги заключается в том, что я даю себе возможность остановиться и подумать, я осознанным образом пытаюсь посмотреть на ситуацию со стороны, чтобы увидеть что будет правильным. Такой подход позволяет вывести свою жизнь из-под влияния сиюминутных факторов. **Если я научусь на мгновение останавливаться и принимать решение не автоматически, а исходя из правильности, это и будет практикой карма йоги.**

Для этой практики необходимо остановиться, и взглянуть на ситуацию со стороны. В то мгновение, когда ты осознанно погружаешься в состояние наблюдателя, и принимаешь решение опираясь на тотальную правильность и вселенский закон, твой разум очищается. А последующее действие в соответствии с этим законом, повышает твою внимательность к нему, и позволяет тебе стать более наблюдательным и осознанным. Что открывает для тебя возможность задуматься над тем, а кто такой сам наблюдатель? Карма йог постоянно практикует состояние наблюдателя. Но это состояние не является окончательной истиной. Окончательная истина выясняется в процессе джняна йоги, которая опирается на совершенно другие методы, и требует максимально чистого разума. Это уже следующий этап практики.

Правильная практика карма йоги, приводит к оставлению привязанности. Карма йог выполняет действие исключительно телом, разумом, и интеллектом. Без вовлечения в процесс действия чувства эго, чувства я. Обычный мир-

ской человек, совершая действие, опирается на желания своего эго. Он действует из понятия я хочу, я желаю, я делаю, я наслаждаюсь. Следующая строфа еще больше подчеркнет разницу между карма йогом, и тем кто не практикует ее.

युक्तः कर्मफलं त्यक्त्वा शान्तिमाप्नोति नैष्ठिकीम् ।

अयुक्तः कामकारेण फले सक्तो निबध्यते ॥ १२ ॥

yuktaH karma-phalaM tyaktvA zAntim-Apnoti naiSThikIm |  
ayuktaH kAma-kAreNa phale saktO nibadhyate || 12 ||

*Практикующий карма-йогу, оставив результат действия, достигает **твердое спокойствие.** (твердого спокойствия)  
Не практикующий карма-йогу, ведомый желанием, связывается, будучи привязанным к результату. (5.12)*

На самом деле, если несколько изменить свою точку зрения, и посмотреть на свою жизнь с другой стороны, то карма йога становится совершенно естественной, и само собой разумеющейся. Тотальное всегда действует слаженно и размеренно. Оно действует как единый организм, который состоит из различных органов и клеток. Человека можно сравнить с одной из клеток тотального организма. Если ты можешь посмотреть на себя таким образом, то для тебя будет совершенно естественным отказ от результатов действия.

Если ты понимаешь себя как часть тотального, то глупо действовать из желания своего эго. Я сделаю что-то только в том случае, если получу то-то и то-то. Такое желание — это заблуждение и не свобода. Потому что каждая клетка в контексте организма, и так получает все то что необходимо ей для существования. Сам факт того что она уже существует, говорит о том, что она получает все что ей необходимо. У нее нет надобности торговаться за это, и ставить кому-то условия, постоянно требуя чего-то свыше. Клетка и так получает все то что ей необходимо. И если она замечает это, она перестает настаивать на своих желаниях, и успокаивается.

Когда клетка смотрит на себя в контексте целого тотального организма, у нее появляется возможность отказаться от дополнительных требований, и волнений которые с этим связаны. Такие волнения приносят только беспокойства и проблемы. Отказ от эгоистических желаний, это и есть освобождение. Такой подход очень сильно облегчает жизнь, и позволяет отказаться от эгоистических желаний. Потому что ты и так занимаешь то место, которое должен занимать. Настаивание отдельной клетки на своем, это и есть несвобода, и такой

подход ничего кроме проблем не приносит. Когда это осознается, то продолжать желать и действовать исходя из эгоистических желаний, больше попросту не хочется.

Важно понять что ты находишься на своем месте, и являешься частью этой тотальности, которая сама позаботится о том что тебе необходимо. Такое понимание позволяет успокоиться, и направить усилия на очищение разума, который в результате практики карма йоги, осознает свою природу. Кем я являюсь на самом деле? Если я знаю себя как часть безграничности, (а может ли быть у безграничности часть?), то следующее логическое заключение, которое сделает очищенный разум, будет тем что я не отличен от безграничности. Я и есть эта безграничность!

Карма йогин отказывается от результатов действия, потому что его внимание направлено только на тотальное. У него нет необходимости заботиться о результате, ему не нужно вспоминать, и сравнивать себя с другими отдельностями. Он освобождается от этих волнений прямо в процессе действия. Потому что теперь он может выполнять их наилучшим образом, делая то что должно, полностью сосредоточившись на правильном.

Существует очень известная притча. Притча о горшечнике, который сделал однажды десять красивых глиняных горшков, и погрузив их на повозку, отправился в город на базар, чтобы там продать их. Сидя в повозке он предался мечтаниям о том, что продав эти горшки, он купит себе новый гончарный круг, который позволит ему весьма повысить качество и количество производимой им продукции. Он размышлял о том сколько же денег он сможет заработать, он грезил о том как он на них отремонтирует дом, и купив себе красивую одежду пойдет свататься к мельнику, у которого в доме живет прекрасная дочь. Я возьму ее в жены, а когда мельник умрет, то мельница перейдет по наследству ко мне, и я разбогатею еще больше! Я буду сидеть в саду и пить чай, а когда ко мне подойдет нищий, я прогоню его палкой, вот так! И он до того замечтался, что непроизвольно взмахнув руками уронил горшки с повозки на землю, где они конечно же все до одного разбились.

О чем нам говорит эта сказка? Человек замечтавшись о будущем, и погрузившись в свои фантазии, потерял связь с настоящим. Взмахнув руками, он собственноручно разбил свои горшки, на которых были основаны его надежды на лучшее будущее. Он совершил ошибку, которая его привела к страданиям. Как только он разбил кучу горшков, от его желаний тут же не осталось и следа, и он увидел что его фантазии никогда не станут реальностью. Он был сосредоточен не на действии, а на его результате, который находился далеко в будущем, по итогу совершив ошибку в настоящем. Карма йога — это оставление фантазий о том как это будет, и о том что я хочу. Карма йог знает, что он не ответственен

за результат. За результат ответственен тотальный закон, который не обманешь и не подкупишь. У него ничего невозможно выпросишь, он абсолютно бесстрастен. Это тотальный, не вовлеченный, и абсолютно объективный закон. Именно поэтому получаемый результат всегда верен. Верность этого тотального закона, многократно превосходит человеческую способность что-либо предугадать, и продумать наперед.

Даже если первоначальная цель расходится с тем что получено, это в любом случае будет благословение от тотальных сил. Это будет привет от тотального, и ценная возможность скорректировать свое виденье, чтобы привести его в еще большую гармонию с абсолютным. Это будет еще одна возможность чему-то научиться. Если бы горшечник был карма йогин, то он был бы благодарен за полученный результат. Потому что он явно и прямо указывает на совершенные им ошибки. Карма йогин не будет сожалеть о разбитых горшках. Для него это плата за обучение. Полученное знание гораздо важнее, чем деньги полученные от продажи горшков. Карма йог по итогу повысил свое понимание, и получил очищение разума. А горшечник оказался в полном минусе, и так ничему и не научился. Карма йог старается действовать чтобы его разум был не затронут предпочтениями, желаниями и фантазиями. Он не сожалеет о прошлом, и не мечтает о будущем. Он учится не отвлекаться, потому что он понимает, что его мечты о будущем и сожаления о прошлом, не касаются того что есть прямо сейчас. Это отказ от состояния здесь и сейчас. Карма йог стремится быть полностью осознанным в этом моменте.

На самом деле, действовать правильно в настоящем моменте достаточно просто. Гораздо сложнее мечтать о том, что будет если я сделаю так или эдак, обходя человеческие и тотальные законы. Фантазирование на тему о том чего нет, требует гораздо больших усилий, чем правильные действия в настоящем. Если ты в течении дня действуешь правильно, то ложаешься спать ты спокойно засыпаешь, потому что у тебя не остается недоделанных дел. Тебе не нужно прятать концы в воды, не нужно думать кому что сказать, и как оправдаться. **Пребывание в гармонии с тотальным, позволяет оставаться в гармонии с собой, и правильно выстраивать отношения с окружающим миром.** Такое спокойствие человек погруженный в самсару просто не может себе позволить. Человек практикующий карма йогу, в соответствии с законом тотальности, становится со-творцом. Потому что он активно участвует в поддержании тотального закона. Он перестает быть потребителем, и становится автором. Он активный участник огромной тотальной яджни, огромного подношения, которое постоянно происходит на наших глазах.

Он перестает быть потребителем, потому что потребитель ограничен своими нуждами и потреблением. А активный участник осознает свободу проявления,

которая заключается в том, чтобы действовать в соответствии с тем что должно быть сделано. Законы тотальности, это и есть моя природа. И понимание этого, это очень значительный шаг по направлению к тотальности. Ведь я не могу осознать себя тотальностью, оставаясь отдельным от нее, и следуя собственным желаниям и предпочтениям.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати 159**

**Глава 5 Шлока 13**

**(В ЛЕКЦИИ ПРОПАДАЛ ЗВУК)**

yuktaH karma-phalaM tyaktvA zAntim-Apnoti naiSThikIm |  
ayuktaH kAma-kAreNa phale saktO nibadhyate || 12 ||

*Практикующий карма-йогу, оставив результат действия,  
достигает твердое (го) спокойствие.  
Не практикующий карма-йогу, ведомый желанием, связывается,  
будучи привязанным к результату. (5.12)*

Эта строфа показывает нам контраст между человеком практикующим карма йогу, и человеком который ее не практикует. Карма йогин идет навстречу освобождению, которое в этой строфе называется твердым, не приходящим спокойствием. А человек не практикующий, называется связанным человеком, человеком остающимся в самсаре. С ним ничего не происходит, он просто не освобождается от ее пут, он остается в невежестве, он остается привязанным к результату. Что значит оставить результат действия? Что значит оставить привязанность как к результату действия, так и к самому действию? Это значит, что действуя, человек не отвлекается на то что произойдет в будущем, и на то что произошло в прошлом. Он пребывает здесь и сейчас, он 100% находится в настоящем. Такое пребывание позволяет ему всё своё внимание, и все свои усилия направить на то, что происходит прямо сейчас.

Практикующий карма йогу, стремится оставаться в настоящем моменте, не отвлекаясь ни на то что только что было, ни на то что вот-вот будет. Такой подход позволяет ему быть максимально эффективным, и он с полным вниманием, отчетливо видит то что есть сейчас, т.е. в настоящем моменте. Это мгновение не имеет размерности, более того, оно является бесконечностью которая присутствует прямо сейчас. В любой момент твоей жизни, эта бесконечность существует. И из нее человека постоянно выдергивает мыслью о том что будет, или о том что уже было. Искусство пребывания в моменте здесь и сейчас, воспитывается практикой карма йоги. Человек идущий по этому пути, не отвлекается на то чего еще здесь нет, или на то что уже давно не здесь.

**Мгновение между прошлым и будущим это дверь в бесконечное.** Бесконечное которое не где-то там.....ПРОПАЛ ЗВУК.....Оставаясь в этом моменте, карма йог получает практическую возможность заметить что это пребывание в бесконечности и есть его природа. Как раз над этим замечанием и работает следующий шаг. Карма йога замедляет раскачивания маятника, а гьяна йога занимается узнаванием того что остается, когда замирает маятник разума. Карма йог стремится уменьшить амплитуду раскачивания маятника, он стремится к максимальному пребыванию в состоянии “здесь и сейчас”. Вследствие этой практики, он замечает то прекрасное состояние, в котором ты не отвлекаешься ни на прошлое, ни на будущее. Даже частичное овладение этим искусством дает тебе огромное спокойствие, удовлетворение и ощущение счастья.

Именно благодаря этому, практика карма йоги поддерживает сама себя. Человек чувствует счастье, и ему попросту не хочется покидать это состояние, что неизбежно дает дополнительный импульс к ее продолжению. Прошлое прошло, о нем уже бесполезно сожалеть, а будущее еще не наступило, и беспокоиться о нем также нет причин. Состояние “здесь и сейчас” отличается полным,

абсолютным спокойствием. Разум обычного человека постоянно колеблется, он постоянно взвешивает и оценивает произошедшее в прошлом, и старается предугадать то что ждет его в будущем. Морской человек даже не подозревает о таком прекрасном состоянии, в котором он может позволить себе ни о чем не беспокоиться.

Карма йогин постепенно воспитывает у своего разума особую чувствительность к этому моменту, и так же постепенно им осознается что этот момент и есть бесконечность. Карма йог всей своей душой устремлен к нему, и он может полностью сосредоточиться на тотальной правильности. Пребывание в этом состоянии должно сопровождаться абсолютным вниманием ко всем деталям. Это не воспитание бесчувственности разума. Карма йог должен оставаться очень внимательным, потому что его окончательная цель это не пребывание в этом моменте, это узнавание того что в этом моменте есть! А для такого узнавания, нужен очень внимательный и контролируемый разум, который не отвлекается ни на что.

Эта внимательность абсолютно противоположна бесчувственности разума которая проявляется в глубоком сне. Как в глубоком сне, так и в состоянии к которому стремится карма йог, эта неподвижность и бесконечность присутствует. Это то что объединяет их. Но то что их кардинально различает, это отсутствие или наличие внимания! В глубоком сне внимания нет, разум в нем засыпает и ничего не видит. Разум не осознает и не отвлекается, потому что он спит, и не может отвлечься. Состояние к которому стремится карма йогин, это полная внимательность, и полное соответствие настоящему моменту. Полная, максимальная пробужденность, и в тоже время полная неподвижность. Что позволяет достигнуть этого состояния? Полное перенесение ответственности за получаемый в процессе действия результат на тотальное. Если я постоянно обеспокоен результатом, это значит, что мой разум мыслями постоянно находится в будущем. Это состояние характерно тем, что мое внимание рассеяно, и сосредоточенность на выполняемом действии невозможна.

Оставить ответственность за результат, можно только честным пониманием того что я за этот результат не ответственен. Я должен заметить то, как множественные тотальные факторы и законы, участвуют в формировании любого результата. Только когда я это увижу, я могу честно оставить все свои надежды на получаемый результат, а также свою ответственность за него. Если я считаю себя ответственным за результат, я буду беспокоиться и переживать о нем. Но если я объективно вижу, что решающую роль в его получении играет тотальное, я буду честно сосредоточен на действиях в настоящем, которые будут максимально соответствовать тотальному закону. При таком понимании, мне просто не о чем беспокоиться.

Не стоит сразу пытаться выяснить кто ответственен за полученный мной результат. Назови это Ишварой или Брахманом, назови это Тотальным законом. Если присмотреться, то мы заметим, что у каждого слова есть свое значение. И спорить о том действует это Ишвара, или тотальный закон, или Брахман, бессмысленно. Достаточно понимания того что за результат, я как маленькая личность, не отвечаю. Вместо это стоит заметить, и почувствовать свою включенность в Тотальное. Почувствовать клеткой в огромном организме, действующей совместно с этим организмом. Такое понимание и есть предназначение клетки. Бытие и действие в соответствии с тотальным законом, это то что дает ей наивысшее счастье.

Маленькая клетка большого организма вполне может не знать и не понимать целей и законов которым подчиняется большой организм. Но если она отвлечется от эгоистических фильтров, и перестанет пропускать все случающееся через него, у нее начнет выражаться существующая в каждом чувствительность, к тому что должно быть сделано. Такое долженствование никак не противоречит тому что на самом деле нужно и самой этой клетке! Мне хочется рисовать, а я вместо этого вынужден мыть посуду. Это точка зрения не понимающего человека, который не видит то что должно быть сделано, который не чувствителен к тотальному закону, который проявляется в том числе и через его тело и склонности.

Когда карма йогин развивает в себе чувствительность к тому что должно, он понимает, что это в первую очередь необходимо ему самому. То, что должно с точки зрения тотального, абсолютно полно соответствует тому к чему у меня есть действительное внутреннее стремление. Идеальная ситуация, это когда внутреннее стремление, полностью соответствует тому что должно с точки зрения тотального. Такая абсолютная сонаправленность - это то к чему должен прийти карма йогин.....ПРОПАЛ ЗВУК.....

В ситуации когда я максимально отвлекаюсь от своего эгоистического я, ко мне приходит понимает того “что должно”. И при этом может сложиться ситуация, когда весь окружающий мир может быть не прав. Человек в обществе привык полагаться на мнение большинства, но в случае понимания истины, этот принцип не действует. Весь мир может ошибаться, но я должен знать то что действительно верно, и иметь смелость пойти против мнения большинства. Если это противоречит тотальному долженствованию.

Карма йогин развивает в себе чувствительность к тому что должно, и он не путает его с тем что ему диктует его собственное я, или его мирское окружение. Он развивает в себе чувствительность к долженствованию с тотальной точки



зрения, и избавляется от всего что мешает ему соответствовать этому. Прежде всего у себя в голове, в своем разуме, и в своих установках. Обычно человеку в таком случае мешает его индивидуальный фильтр *я хочу*, который зачастую противоположен тому что должно. От этого необходимо избавляться. Для того чтобы действовать на благо тотального творения в соответствии с тотальным законом, нужно освободиться от своих эгоистических проекций.

Такие проекции в первую очередь мешают самому человеку, и не дают ему решать свои собственные проблемы. Даже с эгоистической точки зрения, от них лучше избавиться, потому что они непосредственно мешают мне самому. Но обычно человек этого не замечает, и теряет способность адекватно реагировать на ситуацию, и решать свои собственные проблемы. Он путает то что ему хочется и то что должно, и в таком состоянии он пытается манипулировать миром, даже не замечая этого. В результате чего возникают страдания. Ему кажется, что все вокруг хотят навредить ему, ему кажется, что мир не такой каким он должен быть. Он винит что угодно, и кого угодно кроме самого себя. У него не получается посмотреть внутрь себя, не видя причину своих проблем и страданий **в своих собственных установках.**

От всего этого карма йогин избавляется весьма постепенно, и если он равняется на тотальный закон, а не на свои индивидуальные желания, тогда любая ситуация которую можно было бы считать плохой или хорошей, будет для него возможностью совершенствования своего понимания. Любое происшествие даст ему возможность лучше понять то как действуют тотальные законы, и почему это привело именно к такому результату? У него появляется возможность пересмотреть какие-то свои установки, и подкорректировать их. Он перестает во всем обвинять окружающий мир.

Он больше не мечтает о том чего еще нет, и не сожалеет о том что уже прошло. Это требует усилий, и это сложно. Карма йог же пребывает в состоянии “здесь и сейчас”, и не отвлекаясь полностью соответствует ситуации. Он делает то что должно, и по мере того как этот момент сужается, от него требуется все меньше и меньше усилий. Поддерживая такое соответствие моменту, карма йог становится со-творцом, он становится частью тотального закона, который действует посредством него. Он проявляется в нем без искажающих фильтров индивидуальных желаний. Карма йог сам становится этим законом. Тотальный закон это и есть творец, это сам Ишвара. Карма йог не отделен от этого закона, он перестает быть его жертвой, и становится самим законом.....**ПРОПАЛ ЗВУК.....**

Если я знаю и принимаю закон тотальности, то любое мое действие будет соответствовать закону Ишвары. И я с благодарностью буду принимать приходящие ко мне результаты. Будь это дождь или снег. Какая бы погода не при-

шла, страданий и отдельности не будет. Приятие будет наполнять каждое мгновение моей жизни. Это требует осознанности, но эта осознанность приносит мне спокойствие, которое не позволяет мне страдать по поводу того что индивидуум изменить не может. Да и менять этот тотальный закон, индивидууму на самом деле никакой необходимости нет. Индивидуум может понять себя как часть этого закона, и в следствии чего стать менее индивидуальным. Чем меньше индивидуальности, тем меньше страданий по этому поводу. Отдавая результаты действия, карма йогин стремится полностью соответствовать тотальному закону. Он стремится быть соавтором, а не потребителем. Он перестает быть жертвой этого закона. В этом его отличие от того, кто не практикует карма йогу. Приходящие результаты у таких людей будут очень разными. Тот кто практикует карма йогу, достигает высшего спокойствия.

Карма йога — это процесс обучения пребывания в моменте здесь и сейчас. Если такая осознанность отсутствует, значит человек не практикует карма йогу. Если он считает что он что-то практикует, то он практикует что-то другое. Карма йога — это не какое-то определенное действие. Ты не можешь делать что-то, и говорить что я практикую карма йогу. **Карма йога — это осознанное следование правильности в действии.** При таком понимании становится ясно, что ты не можешь за один день практики возместить года ее отсутствия. Это очень постепенный процесс. Ты постепенно учишься видеть правильность, и постепенно учишься действовать в соответствии с ней. Ты не можешь этому научиться за один день, даже если ты и приложишь огромные усилия. Это требует изменения многих привычек, и постепенной перестройки всей системы мышления. А мышление человека очень инерционно!

Карма йога должна стать твоей жизнью, ориентированность на тотальный закон должно стать твоим постоянным мировосприятием. Это постоянное осознание присутствия тотального в твоей жизни. Его можно называть тотальными законами, или Богом, или Истиной, или Абсолютом. В зависимости от того какое понимание мне ближе. Но такая ориентация на глобальное, должна присутствовать постоянно. По мере этой практики, воспитывается умиротворение, и постепенно углубляющееся спокойствие разума. .....ПРОПАЛ ЗВУК.....

Постепенно возрастает способность к пониманию и сосредоточению, и появляется возможность направлять усилия разума на решение конкретной проблемы.

После обретения знания, карма йог становится гьяна йогом, он становится абсолютным спокойствием, Брахманом. Сначала он стремился к пониманию истины, а затем он сам становится истиной, он становится абсолютном, Брахма-

ном. Относительное спокойствие которое он обрел в результате практики карма йоги, помогает ему обрести понимание, и пребывать в абсолютном спокойствии. Относительное спокойствие — это метод для достижения спокойствия абсолютного, а абсолютное спокойствие — это моя природа. Мое пребывание в ней естественно. Когда мой разум перестает волноваться, в абсолютном спокойствии я узнаю самого себя, после чего истина видится во всем. Есть только истина, есть только Брахман, а все остальное не существует.

Это спокойствие и есть то к чему стремится карма йогин. Это не результат совпадения каких-то факторов и условий, это моя природа, которая всегда со мной. Карма йог стремится к тому чтобы узнать ее. И разница между знающим и незнающим в том, что один может жить исходя из этого знания, а другой нет. Не знающий живет как страдающая ограниченная личность, которая всегда не недостаточна. А узнавший истину карма йогин, живет как безграничность. Он неограничен своим телом, его тело становится одним из проявлений всемогущества.

А человек не сосредоточенный, не собранный, действующий по своему желанию и не принимающий во внимание долженствование, является рабом своих желаний. В таком понимании нет места тотальному закону. Есть только я. Я делаю, я достигаю. И в результате такого понимания, человек привязывается к результату, он становится зависимым от него. Это называется самсара. Вместо правильности и долженствования, его движущей силой являются желания. Он не различает правильность. Он делает то что ему хочется.....ПРОПАЛ ЗВУК.....

Если желаемое не получено, такой человек переживает вспышку гнева и раздражения. Он связывается раджасом и тамасом, и все больше погружается в самсару, из которой его может освободить лишь саттва, т.е. чистота и спокойствие. **До тех пор пока человек не задумается о том что он делает в этом мире, и каким образом можно отсюда выйти, он будет возвращаться в это колесо раз за разом, потому что его главная задача рождения не решена.** Высшая цель человеческой жизни — это осознание истины. Пока существо не решило эту задачу, оно постоянно возвращается в этот круг повторяющийся рождений и смертей.

Путь следования карма йоги, и путь следования своим желаниям, это два совершенно разных пути, ведущих человека в противоположных направлениях. Совершаемые действия, внешне могут выглядеть абсолютно одинаково, но понимание с которым они совершается, разное. Следовательно, и приходящий результат будет отличаться. Или оно (действие), становится средством дальнейшего погружения в самсару, или же средством спасения из нее. Поэтому

будь сосредоточен на карма йоге, потому что ее результатом будет достижение высшей цели человеческого существования.

सर्वकर्माणि मनसा संन्यस्यास्ते सुखं वशी ।  
नवद्वारे पुरे देही नैव कुर्वन्न कारयन् ॥ १३ ॥

sarva-karmANi manasA saMnyasya-Aste sukhaM vazI |  
nava-dvAre pure dehl naiva kurvan-na kAryan || 13 ||

*Пониманием оставив все действия, владеющий собой,  
воплощенный в теле, счастливо остается  
в городе девяти врат (в теле), воистину,  
не действуя и не заставляя действовать других. (5.13)*

В этой шлоке речь идет о саньясине, который оставил действия с помощью понимания. .....ПРОПАЛ ЗВУК.....его слова не расходятся с действиями, и над этим он имеет полный контроль. На самом деле, человек ничем другим и не владеет. Он властен только над своим пониманием, и над всем тем что зависит от этого понимания. Даже над телом, человек имеет лишь частичный контроль. Тело ему было дано, тело рождается и умирает вне зависимости от его желаний. Большинство процессов в теле происходит без нашего участия, равно как и все процессы в окружающем нас мире. Царем и королем человек может быть только внутри своего тела. Его контроль начинается с понимания, с интеллектуальных настроек, с мыслей и понятий.

Мудрый знает себя с абсолютной точки зрения как чистое сознание. А с относительной точки зрения, он сознание которое проявляется как этот мир, через отражение в разуме чувства я. Сознание + чувство я, которое проявляется через это тело, это и есть dehl. dehl это тот, кто обладает телом, тот, кто проявляется посредством его. Это не чистое абсолютное сознание, это сознание которое кажущимся образом отражающееся через это физическое тело. Где и как пребывает dehl? Он пребывает в городе девяти врат. Семь врат находятся сверху, двое снизу. Сравнение пребывания в городе относится исключительно к знающему. Может появиться сомнение что любой человек пребывает в теле как в городе. Потому что если любого человека спросить где ты находишься, он скажет что я нахожусь в доме, или в таком то городе. Никто не скажет, что я нахожусь в теле. Потому не знающий считает, что он и есть тело. И свое местоположение он определяет его посредством. Где находится тело, там же нахожусь и я.

У человека знающего свою природу, после того как ему задают подобный вопрос, первым делом возникнут ощущения *я нахожусь в теле*. Это понимание человека более понимающего, человека который не путает себя с телом. Такой человек сравнивается с правителем который пребывает в городе из девяти врат. В этом и заключается его разница с человеком невежественным, который чувствует *я есть тело*. На тело воздействует прарабдха карма, и это воздействие продолжается пока тело не умрет. А когда тело умирает, знающий не считает что я умираю, он просто прекращает взаимодействие с миром.

На самом деле, взаимодействие тела с миром прекращается так же и в глубоком сне, но это не значит что я там умираю. Если бы человек задумался об этом, он увидел бы несоответствие между ощущениями, и его знанием себя как тела. В глубоком сне нет ощущения тела, но тем не менее я не умираю, я просыпаюсь на следующее утро, и продолжаю свое существование. Просто создается небольшой промежуток в ощущении себя телом, но ведь это не значит, что со мной что-то происходит? Это значит только одно, я могу существовать независимо от тела!

Знающий свою природу, знает что с ним ничего не происходит не только в глубоком сне, но и в смерти. Смерть принадлежит телу, и, следовательно, смерть тела — это не смерть меня. Поэтому смерть воспринимается спокойно, ведь у него нет ощущения *я умираю*. Как после глубокого сна человек просыпается, так же и после смерти, если есть чему возвращаться в этот мир, оно возвращается в него. А вот когда понимается своя природа, тогда уже и возвращаться некому. Тому кто понял свою природу, тому кто знает кто он есть на самом деле, возвращение в этот мир не грозит. Он остается в блаженстве, зная себя как недействующего, и не умирающего когда умирает тело.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати**

**160 Глава 5 Шлока 13**

sarva-karmANi manasA saMnyasya-Aste sukhaM vazI |  
nava-dvAre pure dehl naiva kurvan-na kAryan || 13 ||

*Пониманием оставив все действия, владеющий собой,  
воплощенный в теле, счастливо остается  
в городе девяти врат (в теле), воистину,  
не действуя и не заставляя действовать других. (5.13)*

Эта строфа рассказывает нам о мудреце владеющим собой. С помощью разума он оставляет действия, и пребывает в блаженстве в городе с девятью вратами. Он оставил действия пониманием того что он не является деятелем, он оставил все возможные причины для потенциального возникновения несчастья и страданий. Он не определяет себя посредством ограничений. Он познал свою истинную природу. Он не совершает ошибки принимая себя за что-то ограниченное, и не страдает от ограничений. Тело, разум, интеллект, праны и органы чувств ограничены. Они всегда будут временны, они всегда будут появляться и пропадать, они всегда подвержены рождению, смерти, росту, болезням, существованию и не существованию. Человеческое тело, и все что оно в себя включает, ограничено. Если человек принимает себя за что-то ограниченное, то у него всегда будет огромное количество причин для зависти, для сравнения и страха перед тем у кого больше, или перед тем у кого у кого эти инструменты более развиты.

Узнавая свою природу, человек перестает допускать ошибку отождествления себя с телом. Он знает себя не как тело, он знает себя как того, кто *пребывает* в теле. Он знает себя как чистое сознание, функционирующее и пребывающее в теле, которое еще называю городом девяти врат. Мудрый не отождествляется с городом, он функционирует через него. И проблемы инструмента, хозяина не затрагивают! Хозяин не зависим от этих инструментов. Когда это тело будет изношено и выполнит свои функции, оно будет оставлено, и хозяин будет свободен принять следующее тело. Мудрому же нет причины принимать даже следующее тело. Знание своей природы дает ему абсолютную свободу, и он освобождается от будущих рождений. Покинув тело, он более по своей воле не вернется в мир где правит невежество.

Такую свободу ему дает знание. Знание — это не просто интеллектуальное понимание. Освобождение не достигается повторением мантры: я не тело, я не тело, я не тело. Мудрый на самом деле обладает этим знанием. Это ключевой момент в его мудрости, это именно то что и делает его мудрым. Знание истины самого себя. Он узнает себя как сознание, пребывающее повсюду. И это сознание не ограничено телом, потому что оно пребывает в абсолютно любом теле. Но в этом конкретном теле, которое у окружающих ассоциируется с мудрым, оно пребывает в нем с чувством я. Сознание, которым мудрый знает себя, пре-

бывает, и одинаково выражается посредством любого тела. Но только через занимаемое им конкретное тело, оно выражается с чувством я.

Так как сознание пребывает в любом теле, то можно с уверенностью сказать, что любое существо является сознанием которое пребывает в теле, или как сказано в этой строфе, пребывает в городе девяти врат. Но если ты не знаешь себя как чистое сознание, тогда ты неизбежно будешь ассоциировать себя с телом. И утверждение что я пребываю в городе девяти врат, будет ложным. Мудрый ощущает себя в теле, а обычный человек ощущает себя телом! Между ними огромная разница. Мудрый ощущает себя в теле, обладая знанием своей природы, и поэтому он блажен и счастлив. А мирской человек не зная своей природы, ощущает себя телом, что неизбежно связано с ощущением страданий. Такая разница обусловлена наличием и отсутствием знания. Если я ощущаю себя телом, то вполне естественно, что проблемы тела в силу его ограниченности будут моими проблемами. Если такого человека спросить: где ты? Он вам ответит, что он находится я в комнате, в магазине или на работе. Но он никогда вам не скажет я нахожусь в теле. Потому что он ощущает себя телом. Знающий же себя вездесущим сознанием мудрый, пребывает везде. А сознание которое одинаково пребывает во всех телах, через его конкретное тело выражается с чувством я. Но при этом от наличия или отсутствия тела оно абсолютно не зависит.

Разница между ощущением себя в теле, и ощущением себя телом, имеет огромные последствия. Казалось бы, это всего лишь не большое изменение формулировки, но то как я ощущаю себя на самом деле, невозможно подделать! Это ощущение строится на понимании, а понимание в свою очередь выстраивается не за один раз. Для того чтобы разобрать свою систему не верных понятий которая компилировалась в течении длительного времени, приходится очень долго работать. Необходимо провести максимально честный анализ своего тонкого и плотного тела. Каждый уровень должен быть множество раз исследован и проанализирован на наличие в нем я. Я должен на собственном опыте убедиться что его там нет. Не поверить тому кто об этом говорит, а проверить, и убедиться в этом самостоятельно.

После чего останется только узнать то что остается, когда все наложения и не верные проекции убраны. Это далеко не тривиальная задача, потому что привычки и ощущения себя телом или мыслями, неизбежно будут препятствовать такому анализу. Они не хотят меняться. Они настаивают на своей истинности, ведь они же работали до сих пор на протяжении двадцати, тридцати или сорока лет! Но адвайтин честно разбирает эту систему, которая верой и правдой ему служила долгое время. И только полностью разобрав ее, он сможет видеть

то что остается, когда она разобрана. После чего построить новую систему, на основе верных знаний.

Сделав это, мудрый убеждается в том, что он не является тем чем он считал себя ранее. Он не тело, он не разум, он не интеллект, он узнает себя как чистое сознание, которое не поддается никаким описаниям. Описать можно только что-то ограниченное, а знание себя безграничностью, это выход за пределы любой системы описаний. Истина называется Сат-Чит-Анандой, только в качестве указателя на истину. Само слово истина, истиной не является! Мудрый узнает себя как сознание, которое пребывает за пределом любых слов. И его ощущения меняются вследствие этого понимания. Он не ощущает себя телом которое содержит в себе сознание, он ощущает себя сознанием, которое проявляется посредством тела. Это огромная разница.

Если мои ценности относятся к категории которая постоянно меняется, это говорит о том что я обречен на разочарование, на страдания и разрушенные надежды. Причина всех причин, это то что никогда не меняется, это то что никогда не рождается и не умирает. Это то что не может меня покинуть, и именно эту причину я и должен в конце концов узнать. Причину, освобожденную от всех изменяющихся аспектов. Моя цель узнать то что не подвержено изменению. Это тема для медитации не на один год, над ней можно размышлять всю жизнь, постепенно, шаг за шагом приближаясь к ней. И если я знаю это неизменное и полагаюсь на него, а не на изменяющиеся объекты, моя жизнь будет очень сильно другой. Она будет исходить из совершенно других принципов. Такой человек будет счастливым человеком, потому что он пребывает в своей природе. Эта природа никогда его не покинет и не предаст. Она никогда не изменится. **Если ты полагаешься на свою природу, значит ты полагаешься на самое надежное из того что у тебя есть.** Такое полагание никогда не принесет тебе страданий, потому что ты полагаешься на то что тебя никогда не покинет. Вне зависимости от того обладаешь ли ты физическим телом, есть ли этот мир, нет ли этого мира. Это настолько близко мне, что ничто не может встать между нами. Это и есть настоящий я, это и есть моя настоящая природа. Мудрый знает это, и поэтому его счастье безусловно, оно не зависит от чего-то еще.

Ему более не нужен разум, так как его знание непосредственно. Тело было прекрасным инструментом которое позволяло разуму работать через него, оно доставило мудрого к высшей цели человеческого существования, к знанию собственной природы. Без тела обретение этого знания невозможно. Более того, обретение знания возможно только посредством человеческого тела.

Все это последствия смены точки зрения с не верной на верную. Неверная точка зрения, точка зрения которая заставляет страдать, она создана исключи-



тельно невежеством в человеческом разуме. Она вызвана невежественным принятием чувства эго за самого себя. И человек имеет свободу как совершать эту ошибку, так и освободиться от нее. Все его внутренние препятствия — это только привычка, с которой можно разобраться используя методы предлагаемые Адвайта Ведантой. Именно этот метод и объяснят Бхагаван Кришна Арджуне, когда говорит о мудреце владеющим собой, и пребывающим в городе девяти врат.

Мудрый знает себя как сознание проявляющееся через это тело. Он бессмертен, он понял что он не является действующей личностью, и он не заставляет никого действовать. Что действует? Действует тело под воздействием прарабдха кармы. На совершение действия его толкают его прошлые действия, и не исполненные желания. Мудрый посредством знанием отрывается от тела и от всех действий. Такая смена перспективы полностью меняет понимание себя самого, и вслед за этим рушится привычная картина мира. Но такая смена точки зрения возможна только при действительном понимании. Не бывает так что я понял что я не тело, и по прежнему я хожу в магазин. Должно поменяться все. Когда я знаю свою природу, я знаю что это не я хожу в магазин, я знаю что это тело ходит в магазин. У тела возникает потребность в пище и сне. Но сам я не затрагиваюсь этим.

Пока я ощущаю себя деятелем, у меня будет множество беспокойств о том, что я должен сделать. И этот деятель будет ограниченной личностью, он будет стареть, болеть и умирать. Он будет страдать о том что он не успел сделать, что надо было бы поторопиться. Такова типичная болезнь самсары, болезнь привязанности к действиям. С точки зрения эго которое ощущает себя деятелем, у него будут огромные проблемы. Ему постоянно будет чего-то не хватать, он постоянно будет хотеть делать что-то еще и еще. Это типичные проблемы ограниченного эго.

А с точки зрения безграничного сознания, такое количество проблем — это вообще ничто. Их попросту не существует. Вся разница в масштабах. По сравнению с безграничностью которой я себя узнаю, никакие проблемы не могут быть важными, и чувство эго попросту сдувается. Раньше оно было огромным как воздушный шар в корзине которого находится человек, и вся эта конструкция повинувшись порыву ветра неконтролируемо двигается в пространстве. У мудрого же чувство эго так же остается, но оно состоит из чистой саттвы, и более не имеет власти над ним. То же самое чувство которое ранее было огромным воздушным шаром сдувается, и становится маленьким шариком, который просто лежит в кармане у мудрого. Пока есть тело, чувство я будет появляться, но у мудрого это чувство не обладает реальностью, и, следовательно, не обладает властью над ним. Для него чувство я, это следствие продолжения существ-

вованья тела. Чувство я появляется, но мудрый не принимает себя за него. Он знает, что настоящее я это безграничное сознание. Обычный же человек, который никогда не задумывался о том кем он является на самом деле, принимает чувство эго за себя, и безоговорочно верит этому. Вследствие чего в его жизни появляются многочисленные проблемы. А в жизни мудрого, который знает себя как бесконечность, никаких проблем не возникает. Потому что бесконечность не затронута ограничениями.

Если совершается ошибка принятия себя за чувство эго, человек не в состоянии оставить действие и стать счастливым. Потому что ошибка остается не исправленной. Он мечтает полежать на диване после долгой трудовой недели, или расслабиться на берегу моря лежа на горячем песке. Его счастье связывается с ничего не деланием. Но на самом деле, счастливым человек будет только в результате понимания! И тогда будет совершенно не важно, делает ли что-то его тело, или нет. Ограниченно оно, или не ограничено. Какие у него возможности? Чем оно украшено? Все это абсолютно не имеет отношения к чистому сознанию которым я являюсь. Удачи и неудачи тела не представляют проблемы для чистого сознания. Оно никак не затрагивается тем что происходит с телом, потому что тело — это иллюзия. Ощущение себя телом — это следствие неверного понимания того чем я являюсь. Это ошибка поддерживается обществом, поддерживается книгами которые мы читаем с детства, она поддерживается нашим окружением. Поддерживается школьными и университетскими учителями. Но тем не менее, это ошибка! И от этой ошибки надо избавиться если ты ставишь перед собой высшую цель человеческого существования, осознание собственной природы. Но если такой цели не стоит, то все слова Адвайты будут совершенно лишены смысла.

Мудрый не присваивает чувство деятеля, он вообще ничего не присваивает. Присвоение любой идеи это самсара. Даже знание что я есть чистое сознание, не должно быть идеей которую я присвоил, это должно быть непосредственным знанием! Не нужно присваивать идею, ее нужно понять и использовать в качестве указателя. Присваивание — это проявление ограниченного я. Мудрый не присваивает себе идей, он знает что ограниченного я не существует. И с таким знанием он остается в том, что остается, когда не остается никаких идей. В его присутствии действия просто происходят. Чистое сознание не действует, и не заставляет действовать никого. Оно просто есть.

Чистое сознание дает тот свет, в котором видится все происходящее. В Атмане, в сознании, нет ни действий, нет ни их оценок. В нем нет как хорошего, так и плохого. С точки зрения чистого сознания, есть только то что есть. И нет никаких иллюзий и невежества. Все есть как есть.

Смерть тела не значит смерти мудрого, она значит просто прекращение его проявления. Нет повода для того чтобы радоваться или плакать, если тело умирает. Это просто одно проявление сменяется другим. Смерти не существует, существует просто прекращение локальной точки восприятия. Сознание не рождается и не умирает. Оно не может быть разрезано, сожжено или намочено. И никогда не было такого чтобы оно не существовало, и никогда не будет такого чтобы оно перестало существовать. Это строки из Бхагавад Гиты, которые говорят нам об чистом сознании в котором нет никаких границ.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати 161**

**Глава 5 Шлока 14**

sarva-karmANi manasA saMnyasya-Aste sukhaM vazI |  
nava-dvAre pure dehl naiva kurvan-na kAryan || 13 ||

*Пониманием оставив все действия, владеющий собой,  
воплощенный в теле, счастливо остается*

*в городе девяти врат (в теле), воистину,  
не действуя и не заставляя действовать других. (5.13)*

Знающий себя как сознание мудрый, не совершает ошибку принимая себя за тело. Он ощущает себя сознанием действующим через все тела, и в том числе через то тело, в котором возникает его чувство я. Но мудрый не верит этому чувству. Он знает, что он не чувство эго, и не мысль я. Он знает себя как сознание. Смена точки зрения с *я есть тело*, на *я есть безграничное сознание*, имеет огромные последствия. Все ситуации и вся жизнь таким человеком воспринимается совершенно по-другому. Это происходит благодаря тому, что он понял кем он является. Знающий себя телом будет ощущать себя ограниченным в пространстве и времени. Он будет маленьким существом в огромном мире где всегда есть чего бояться, и всегда есть что защищать. Это существо будет рождаться и умирать, оно будет бояться и страдать. А мудрый, знающий себя как бесконечное сознание, он проявляется посредством всех тела. Он смотрит через все глаза и слышит через все уши. Даже спотыкаясь об камень, он спотыкается об самого себя. Пребывая в теле, у него тоже возникает чувство я, но он не верит этому чувству. Он знает, что он одинаково проявляется через все тела и объекты.

Знающий себя как сознание, всегда будет полон, он всегда будет удовлетворен, потому что он всегда знает себя как бессмертное существование во всех объектах, и во всех живых существах. И он твердо знает, что он не действует и никого не побуждает к действию. Он не может испытывать недостаток, потому что он узнает себя во всем. **Куда бы он не пришел, он уже там.** Он чистое сознание которое одинаково пронизывает и наполняет собой все. У него ни в чем нет недостатка. Желание в привычном смысле этого слова, свойственное ограниченному существу, у него никогда не возникнет, просто потому что он знает себя как полноту и безграничность. Он является тем что делает возможным все действия и ощущения. Благодаря ему существуют все ситуации, которые не являются ни хорошими, ни плохими. Они такие какие они есть. Все в мире такое какое есть, и мудрый не определяет это ни как плохое, ни как хорошее. И поэтому страдать ему не из-за чего.

Когда у человека есть чувство эго, когда он верит этому чувству, у него сразу же возникает огромное количество проблем. Любое его действие возникает далеко не спонтанно, оно возникает как ответ на проблему. Подобное действие неизбежно создают еще больше проблем. В отличии от человека знающего себя бесконечностью, у которого проблемы не могут возникнуть в принципе!

Мудрец знающий свою природу отрекается от действий, он оставляет их при помощи понимания. С таким подходом вопрос о действиях и о их принадлеж-

ности к тебе вообще не будет иметь возможности возникновения. Ты просто будешь знать себя как то что дает возможность действиям происходить. На самом деле, любое присвоение это самсара. Самсара это когда на бесконечность навешиваются ярлыки, и эти ярлыки принимаются за нечто самосуществующее и реальное. Вера в реальность ярлыков это детская вера. Мудрый же не определяет себя как что-то ограниченное. **Он не дает определений самому себе.** И он не верит ярлыкам, он видит их такими какие они есть. Стол для него не стол, это Брахман которого люди называли столом. Дом — это не дом, это Брахман которого люди называли домом. И действие, равно как и чувство я, для него тоже не действие. Все есть Брахман. Мудрый понимает, что ярлыки необходимы для удобства коммуникации, как и понимает то, что они не имеют собственной независимой реальности. Следствием веры в которую является возникновение множества проблем.

Адвайта веданта дает нам способ которым можно присмотреться к окружению, и пытаться увидеть больше чем то что ты привык видеть всегда. Стол — это не просто стол, дом — это не просто дом, тело — это совсем не то чем оно тебе кажется вот уже тридцать или сорок лет твоей жизни. Это всего лишь ярлык, название, которое наложено на Брахмана. Брахман, чистое сознание, которым я являюсь, одним своим присутствием дает возможно происходящему происходить. И знающий себя как пребывающее в теле чистое сознание, приводит в движение праны, разум, интеллект, органы действия и органы чувств. Именно этот процесс мы и привыкли называть жизнью.

Так как Брахман по своей природе есть Сат, он дает свет сознания, в свете которого становится возможным существование и осознание. Потому что природа Сат является Чит, осознанием. Брахман это осознающее существование, или существующее осознание. Это одновременно и Сат и Чит, которые не отличны друг от друга. В то же время Брахман — это полнота, в которой нет недостаточности ни в чем. Он не хороший и не плохой, в нем нет никаких качеств. Все качества определяются несуществующим чувством эго, наличие которого и порождает все возможные проблемы. Сам Брахман непреходящ и неизменен. А вот все то что находится и видится в нем, имеет начало и конец. В отличии от самого Брахмана, который не подвержен ни рождению, ни смерти. Когда ты знаешь себя как что-то пребывающее в Брахмане, ты становишься ограниченным, а когда ты узнаешь себя как самого Брахмана, ты понимаешь что ты бессмертен. И более того, твое существование не затронуто действиями, и не заставляет действовать других.

न कर्तृत्वं न कर्माणि लोकस्य सृजति प्रभुः ।

न कर्मफलसंयोगं स्वभावस्तु प्रवर्तते ॥ १४ ॥

na kartRtvaM na karmANi lokasya sRjati prabhuH |  
na karma-phala-saMyogaM svabhAvas-tu pravartate || 14 ||

*Атман не создает ни чувства деятеля, ни действия человека,  
ни связи с результатами действия.  
Но собственная природа приводит к действию. (5.14)*

Причинно следственные связи имеют отношения к творению, к пространству и времени. Наличие этих трех факторов, создает окружающий нас мир. Существование мира — это первейшее наложение на Брахмана. Это значит, что его уже приняли за то чем он не является. Как веревку посредством невежества приняли за змею. После этого воображаемую змею уже можно разглядывать более подробно. Можно измерить ее длину, и можно даже попытаться ее как-то классифицировать. Именно так, и в видимом посредством невежества мире, возникает возможность появления чувства деятеля, чувства действия, и ощущения связанности их с результатом.

В возникновении змеи, логика, как и причинно следственные связи, отсутствует. Равно как они отсутствуют и в возникновении мира. Он вполне мог бы и не возникнуть, или же возникнуть как-то по-другому. Но как только он появился, неверное восприятие змеи уже определяет то что в нем происходит. Появляется чувство деятеля, чувство действия, и появляются причинно следственные связи как логическая взаимосвязь между всеми компонентами этого мира. Но! В возникновении мира никакой логики нет! Он мог бы и не возникнуть, точно так же, как и веревку можно было и не узнать в виде змеи. Как только я увидел змею, я сразу же испытываю следствия встречи себя с этой змеей. У меня возникает страх и желание убежать. Мое воображение сразу же рисует отравленные клыки впиваются в мое горло. Точно такая же логика применима и к ощущению реальности этого мира.

В этой шлоке, мудрый, знающий как чистое сознание, назван prabhuH, т.е. знающий свою самоочевидную природу. **Атман - это существование, которому для существования себя не требует поддержки других факторов.** Это то что существует само по себе, и то что самоочевидно потому что оно само является сознанием. Это есть моя природа, которая в себе не создает чувства деятеля, и не побуждает другого к действию. Атман не приказывает, не упрашивает, не просит и не требует как от себя, так и от других.

Мудрый точно так же не создает чувство деятеля, и самого действия. Но если вспомнить, то Атман описывается как разум разума, и как глаз глаза. Он описывается как нечто находящееся за всеми действиями, именно поэтому и воз-

никает ощущение его вовлеченности в действие. Поэтому поводу существует очень много сомнений и недопониманий, которые пропадают при узнавании собственной природы. На самом деле Атман не действует ни прямо, ни опосредованно. Он как не толкает на действие, так ничего и не создает. Он не создает даже этот мир, и уж тем более не соединяет деятеля с результатом действий. Это соединение происходит согласно законам Ишвары, природа которого есть сам Атман. Сам же он не создает этого соединения, соединение — это результат неверного понимания дживой причинно следственных связей.

Как происходит непонимание? Например, человек говорит своим друзьям и знакомым: “Я построил дом”. У него достаточно денег чтобы оплатить как стройматериалы, так и все строительные работы. Но сам он не держал в руках ни единого кирпича. Он искренне заблуждается в своем утверждении. Потому что дом проектировал один человек, материалы покупали другие люди, а строили его третьи. Но чувство *я построил дом*, не покидает этого человека. Этот пример можно развить еще больше. Например, утверждение *я вырастил картошку*. Картофель на нашем столе — это результат миллионов лет эволюции, и миллионов людей начиная от Колумба который открыл Америку, и заканчивая продавцом в магазине.

Присваивание себе результата, это непростительное заужение точки зрения. Это ошибка. Это оставление за скобками огромного тотального процесса. Если такому человеку не посчастливится, то он никогда не заметит сколько он вычеркивает из своей жизни, оставляя себе лишь маленькую и незначительную ее часть. Более того, зачастую забывая о тотальной картине и присваивая себе результат, человек гордится этим! Это огромное невежество. Ведь он не просто говорит *я сделал это*. Он верит в то что это сделал именно он! Это весьма глупое и ограничивающее чувство.

Ну и на самом деле, чем меньше твоя картина мира соответствует тому как оно есть на самом деле, тем больше у тебя в жизни будет проблем. А если ты самостоятельно вычеркиваешь большую часть происходящего из своей картины мира, то вполне логично, что ты сам себя и обрекаешь на проблемы. **Тот кто не видит то как есть, а предпочитает видеть то как он хочет видеть, неизбежно обречен на разочарование!** Потому что так или иначе, но он в результате своих действий не будет получать то на что он рассчитывает. Это происходит из-за того, что он не видит тотальной картины мира.

Вполне естественно может возникнуть вопрос, а кто тогда делает? В разбираемой нами шлоке говорится, что к действию приводит собственная природа. Под которой подразумеваются органы чувств и действий, взаимодействующие с объектами чувств и действий. Если взглянуть на этот пример внимательней,

то мы увидим, что к действию приводят качества саттвы, раджаса и тамаса, которые взаимодействуют между собой. На самом деле не важно, кто действует и что действует. Важно, что не действую я. А для этого нужно всего лишь немного расширить свою точку зрения.

На настоящего меня, на безграничное сознание, накладывается не верное чувство отдельного я, которое и ощущает себя деятелем, который действует и может заставить действовать других. Это неверно понимаемое чувство я, является тем самым фактором, который вызывает все дальнейшие заблуждения. То что никогда не было отдельным и ограниченным, начинает принимать себя за отдельность. Это результат непонимания. Но когда это непонимание убирается, заблуждение пропадает вместе с чувством деятеля. Человеческий разум совершает эту ошибку, и человеческий же разум может избавиться от нее. Но так как разум — это иллюзорная ограниченность, то получается, что иллюзия совершает ошибку, вследствие чего я ощущаю себя страдающим, действующим и подверженным всевозможным ситуациям.

С точки зрения мира сознание понимается как экран на фоне которого происходит движение не существующих, но видимых проекций. Эти проекции являются качествами *пракрити*. Саттва раджаса и тамаса перетекают из одного в другое, вследствие чего и случается кажущаяся видимость этого мира. И следствия игры этих качеств, к самому миру не относятся. То, что происходит на экране, сам экран никак не затрагивает. Если бы это было не так, то чистое сознание которое является всем, стало бы суммой невежества, суммой всех ошибок ограниченных сознаний, которые существовали, существуют, и будут существовать во вселенной.

Таким образом, чистое сознание стало бы массой невежества, и перестало бы быть полнотой блаженства и сознания. Но это не так, потому что чистое сознание остается не затронутым. А ощущение индивидуальности и его ответственности за свои действия — это эффект заблуждающегося чувства эго. Это ошибка которую совершает разум человека. Это движение качеств материальной природы, которое называется *свабхава*, происходящее в присутствии сознания. Но само сознание не посредственно не ответственно за это, оно свободно от любого вовлечения. Сознание превосходит собой абсолютно все случающееся, оно превосходит все объекты и всех существ, при этом оставаясь незатронутым. Это не тот уровень реальности, к которому принадлежит мир объектов и понятий. Это то что превосходит его! Привычный нам уровень реальности, это уровень действительности, это уровень этого мира. И действительность поддерживается реальностью, реальностью настоящей, Реальностью с большой буквы, которая не затронута происходящим.



Получается, что с одной стороны Сат-Чит-Ананда ответственна за все, а с другой стороны свободна от любой вовлеченности, из-за того, что она собой превосходит все. С одной стороны, с точки зрения мира, она ответственна за все. С другой стороны, с точки зрения сознания, она не ответственна ни что что. Сознание не имеет никаких качеств которые пребывают в этом мире. И в то же время, все пребывает в сознании, которое дает всему возможность существовать и быть осознанным.

Веревка не становится змеёй, но в то же время и змеи не было бы, если бы не было бы веревки! Но веревка не ответственна за то, что ее увидели в виде змеи, и в то же время без веревки этого виденья не было бы. С одной стороны, веревка ответственна за появление змеи, а с другой стороны, веревка не ответственна за змею. Точно так же и сознание ответственно за то, что случается в этом мире, потому что оно является его основой, и в то же время, случающееся никак не затрагивает его. С одной стороны, сознание делает все, а с другой стороны, не делает ничего. Именно это странное отношение без отношений, и описывается в этой шлоке.

Чувство эго — это отражение в разуме и интеллекте чистого сознания. Чувство эго взволнованно, и ощущает себя чем-то другим. В то время как само чистое сознание остается незатронутым. В результате этого, оригинал который не обладает качествами, принимается за отражение которое качествами обладает. Поэтому оригинал который находится повсюду, кажется ограниченным, действующим и существующим в виде чувства я. Поэтому и создается иллюзия что Атман, чистое сознание, то чем я на самом деле являюсь, становится страдающим, наслаждающимся и действующим. В то время, как Атман не создает ни чувство деятеля, ни самих действий, ни связи с результатом действия.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Свами Видьянанды Сарасвати 162**

**Глава 5 Шлока 15**

na kartRtvaM na karmANi lokasya sRjati prabhuH |  
na karma-phala-saMyogaM svabhAvas-tu pravartate || 14 ||

*Атман не создает ни чувства деятеля, ни действия человека,  
ни связи с результатами действия.  
Но собственная природа приводит к действию. (5.14)*

Атман не действует сам, и не заставляет действовать другого. Он одним своим присутствием делает возможным иллюзию существования отдельности этого мира. После чего в нем появляются отражения, пространство, время, причинно следственные связи, и все то что принадлежит этому творению. Чувство деятеля, само действие, цели, ощущение я желаю, я хочу достичь или я хочу сделать. Возникает ощущение что я получаю результат, и наслаждаюсь им. Все эти иллюзии принадлежат миру, но они не принадлежат моей природе. Чувство *я делаю* не является моей истинной природой. Чувство деятеля, результаты и ощущения *я делаю* и *я получаю результат*, они принадлежат миру, а мир никак не затрагивает мою природу. Он не затрагивает то чем я являюсь в действительности.

Такие ощущения лишь порождения невежества. Ощущение результата своих действий, это очень обманчивое и ограниченное ощущение. Для того чтобы у человека действительно появилась возможность так ощущать, ему нужно отгородиться от большого количества очевидных фактов. И выбрать какую-то часть истории, в границах которой у него появляется ощущение *я действую*, или *я наслаждаюсь* результатом. Ведь даже дождь за окном кто-то может считать результатом своих действий. Ведь я молил Бога о дожде, и он ответил на мои молитвы.

Другой человек тот же самый дождь будет считать наказанием за свои грехи. Ну сколько можно! Почему мне все время не везет! Он не принимает идущий дождь как атмосферное явление, которое случается вне зависимости от того что ему захотелось или нет. Он ощущает свою вовлеченность в это. Мне не везет, я не люблю дожди, и вот он опять пошел. Третий человек будет думать, что это природа плачет вместе со мной. У него случилось какое-то горе, он плачет, и природа плачет вместе с ним. Он ошибочно чувствует, что это имеет к нему какое-то отношение. Каждый из этих людей каким-то образом принимает на свой счет то, что к нему совершенно никак не относится, и начинает из-за этого страдать или радоваться.

А простая лягушка сидя под кустом просто радуется не относя ничего к себе. Она не считает себя причиной дождя, ей просто хорошо. В отличии от человека, она не может совершить ошибку, и начать страдать. Природа человека и природа лягушки, совершенно одна и та же. Но человек заблуждается относительно того чем он является, а у лягушки нет возможности заблудиться, потому что у нее нет возможности осознать себя правильной или неправильной. В данном случае лягушка будет более права. Потому что дождь — это дождь. Он идет по законам свыше, а ошибку совершает человек который пытается его как-то присвоить, и как-то связать себя с этим действием. На самом деле никакой его связи с происходящим дождем нет. Человек просто воображает ее. И

когда он на полном серьезе считает это фактом, когда он выстраивает у себя в голове не верную причинно следственную связь, она начинает влиять на него. Она может портить или поднимать ему настроение. Но в любом случае это будет иллюзия. Это то чего нет, и оно влияет на человека. А это в любом случае приводит к страданиям.

Все в этом творении просто происходит, и для того чтобы выстроить какую-то связь, для того чтобы начать считать что результат приходит благодаря каким то моим действиям, у человека в голове должна сложиться определенная система. Он начинает предугадывать какое действие может привести к нужному ему результату. На самом деле никакой взаимосвязи между его действиями и результатом нет, и быть не может. Эта взаимосвязь воображаемая. В способности человека выстраивать взаимосвязи даже там где их нет, заключается как его сила, так и его слабость. В свое время был даже проведен эксперимент, где в качестве подопытных выступали человек и крыса. Было две лампочки, красная и зеленая, которые в произвольном порядке время от времени загорались. И нужно было предугадать какая из них загорится в следующий момент. Если ты угадываешь, то получаешь поощрение в виде кусочка сыра для крысы, или же положительного балла для человека. Если ты не угадал, то крыса получает небольшой удар током, а человек получает один штрафной балл.

Это был тест на предвидение результата поведения системы. Если все время загорается лампочка какого-то одного, определенного цвета, то предугадать результат достаточно просто. Но если этих лампочек две, и иногда начинает загораться другая лампочка, то вероятность ошибки повышается. В нашем случае лампочки загорались совершенно случайно. Никакой последовательности, и уж тем более системы в их загорании не было. В качестве испытуемых присутствует крыса и человек. Что делает человек? У человека в голове постоянно возникают идеи и предположения о том, какая лампочка должна загореться в следующий момент. Подряд было три зеленых, значит сейчас обязательно будет красная. И он действует в соответствии с этим предположением. Он давит кнопку в соответствии с идеей! А идея основана на том, что человеческий разум постоянно ищет закономерности, и пытается действовать в соответствии с ними.

А закономерностей нет, и лампочки по условию эксперимента загораются в абсолютно случайном порядке. Человек ищет закономерность, а крыса, не способная к выстраиванию закономерности, выбирает оптимальную стратегию. Она начинает постоянно жать на одну и ту же кнопку. И вероятность того что она получает что-то вкусное, равняется 50%. Потому что лампочки загораются случайным образом! А человек, который гонится за несуществующей закономерностью, ошибается гораздо чаще. Потому что его разум ищет систему которой нет, и пытается действовать на ее основе. Следование воображаемой сис-

теме, которая не отражает действительность, приводит его к тому что он ошибается чаще. В случае когда системы нет, человеческий разум работает хуже разума крысы, которая не пытается выдумывать того чего нет.

То же самое происходит, когда человек пытается предугадать результат своего действия в мире, где большинство законов ему неизвестны. Огромное количество факторов в этом мире от человека скрыто, он их просто не знает. И в условиях, когда он не знает большинства факторов которые влияют на преходящее к нему, он совершает ошибку. Это свойство разума, который всегда ищет систему, вне зависимости от того есть ли она там на самом деле, или ее нет. Часть системы не может знать всю систему. Для того чтобы знать все законы по которым функционирует система, нужно быть вне ее. А человек как часть творения находится внутри, и поэтому всю систему он обзреть не в состоянии. В результате такого подхода мы получаем интересный факт, что процесс присваивания себе результата достаточно случаен. Человек приписывая себе результат, полагается не на то что есть, а полагается на множество случайных факторов и связей, которые возникли у него в голове.

Для того чтобы определенно какой-то фактор объявить причиной, необходимо установить границы. Когда я объявляю что-то результатом своих действий, я на самом деле за скобками оставляю кучу условий. Соединение чувства я с результатом действия, это очень хитрый процесс, который зависит от способности человека расставлять границы в соответствии с собственными, пусть даже и с скрытыми желаниями. Если полученный результат соответствует им, то возникает большой соблазн, объявить себя ответственным за него. Но если результат не такой какой мне хочется, то зачастую ответственным за него объявляется кто-то другой. Процесс объявления обнаружения причины и следствия — это очень случайный процесс, который зависит от той каши, которая варится у человека в голове. От его настроения и желаний. А есть просто последовательность происходящего, есть поток действий и результатов, где одна волна формирует другую, и не имеет четких границ. Каждая причина постоянно приводит ко множеству следствий, которые тут же становятся причинами для следующих следствий. И для того чтобы назвать какую-то волну причиной, а какую-то следствием, их нужно вычлениить из потока, и умственно значить их таковыми.

Это систематическая ошибка обрезания и заужение картины мира, будучи повторенная тысячи раз в течении жизни, приводит к накоплению ошибок, которые складывается у человека в голове, создавая абсолютно не соответствующую действительности картину мира. На самом деле есть просто последовательность происходящего, поток действий и поток результатов. И не объявлять себя причиной того или иного результата или события, это гораздо более правдивая позиция. Крыса не может совершить ошибку присваивания резуль-

тата. Она не совершает ее. А человек, неверными представлениями искажая свою собственную картину мира, впадает в заблуждение, не смотря на свой развитый ум.

Но если он обратиться к правильной линии размышлений и начнет выяснять за что он действительно ответственен, он способен сознательным образом избавиться от совершаемой им ошибки. Кришна в этой шлоке показывает нам правильный метод мышления. Кришна говорит что Атман, т.е. то чем я являюсь по своей природе, не создает чувства *я делаю*, он не создает действия и его результата, равно как и не создает ощущения что я получаю результат своего действия. Атман, я сам, не действует. Он лишь позволяет всему существовать и осознаваться. Он позволяет как существование ошибки, так и ее исправление. В его присутствии происходит и мудрость и глупость, и правильные размышления, и заблуждения. Все происходит по тотальным законам Ишвары, как поток происходящего. И пребывая в этом потоке, джива не верно расставляет границы, и рассказывает историю о том как как ему видится окружающий мир. Как он действует в нем, и наслаждается результатами действия.

Тотальность происходящего им упускается из вида, и в соответствии с личными предпочтениями берется ограниченный отрезок случающегося. Проблема возникает если верить этим границам. Потому что получаемая картина мира не соответствует действительности. Верной точкой зрения будет даже при мытье посуды замечать, что в этот процесс вовлечен весь мир с его законами. А ты при этом остаешься лишь наблюдателем который не является деятелем, и не создает связь с результатом действия. Атман просто пребывает не затронутым тем что происходит. Быть таким незатронутым наблюдателем можно совершая абсолютно любое действие. Мыть полы, гулять в парке, играть с детьми. Внешне действие не изменится, изменится его понимание тобой.

Ты должен увидеть, что оснований для ощущения *я действую* и *я получаю результаты действия*, нет. Для этого нужно увидеть весь поток существующего, целиком. И ты не плывешь в этом потоке, ты являешься его основой и созерцаешь его. В любое даже небольшое действие вовлечена вся вселенная А я, Атман, остаюсь не действующим, не вовлеченным, и не получающим результаты. Я не заставляю никого действовать, и никого не принуждаю к действию. Ощущения *я делаю*, *я думаю*, *я чувствую*, *я наслаждаюсь*, появляются из-за неразличения! Это искажающие факторы которые не дают видеть то что есть на самом деле. По ошибке принимаемые за реальность, они вызывают искажения восприятия реальности. И картина окружающего меня мира все меньше и меньше соответствует тому что есть на самом деле.

Мысль я действую, верна только с точки зрения мира ограничений. И само это чувство создает еще большие ограничения. А вот точки зрения истины, никаких границ в тотальной проявленности нет, как и самой отдельной тотальной проявленности. Нет никакого отдельного меня, который мог бы действовать. Получается, что Сат-Чит-Ананда, Атман, то чем я являюсь, ответственен за все, потому что без него ничего невозможно, и именно он дает возможность всему существовать. И тем не менее он не ответственен ни за что, потому что он не действует и не наслаждается. Действует тело, разум думает, глаза видят, уши слышат, только потому что это обусловлено их природой. Сознание, то чем я в действительности являюсь, просто благословляет их своим присутствием. Просто освещает их своим светом. Оно дает возможность глазу видеть, ушам слышать, разуму думать, рукам делать, ногам ходить.

नादत्ते कस्यचित्पापं न चैव सुकृतं विभुः ।

अज्ञानेनावृतं ज्ञानं तेन मुह्यन्ति जन्तवः ॥ १५ ॥

na-Adatte kasyacit-pApam na caiva sukRtaM vibhuH |  
ajJAnena-AvRtaM jJAnaM tena muhyanti jantavaH || 15 ||

*Вездесущий Атман не принимает ничьего греха или благой заслуги.  
Знание скрыто невежеством, из-за которого люди заблуждаются. (5.15)*

Даже самый большой грешник, и самый преданный бхакта, не может надеяться на то что Атман будет им как-либо затронут. Атман не деятель, он не инструмент и не объект действия, он не цель которая достигается с помощью действия. Он не создает связи между деятелем и результатом действия. Именно поэтому он не присваивает ни грехов, не заслуг. Атман, вездесущий, vibhuH это сознание и бытие, без которого действие, осознанность, и само существование, невозможно. Такого Атмана невозможно улучшить с помощью посвящения ему своих благих заслуг, или ухудшить отдаванием ему своих грехов. Потому что он не затронут ни благими заслугами, ни грехами.

На самом деле это весьма революционное утверждение. И это не мысль самого Кришны как человека. Это мысль которая подтверждается Ведами и Упанишадами. И для тех кто привык видеть в Боге отдельное разумное от себя существо, это действительно революционное утверждение. Потому что бхакты практикуют благие действия с надеждой на то что этими действиями они улаживают Бога. Они совершают пуджи, раздают подаяния, они стараются быть хорошими людьми. Своими действиями они всячески пытаются задобрить Бога. Но эта шлока утверждает, что Бог не принимает ничьего греха и ничьей благой заслуги. Ты не можешь обратить его внимание на себя своими хороши-

ми действиями. Равно как ты не можешь отвратить его внимание от себя действиями плохими.

Зачем же тогда практиковать карма йогу? Зачем практиковать поклонения? Человек делает это не потому это нужно Богу. В первую очередь это необходимо самому человеку, для того чтобы избавиться от неверного понимания себя, и последующих страданий. Индивидуум является частью тотальной системы, и осознание своей безграничной природы, приводит к тому что он избавляется от всех проблем присущих индивидуальности. **Избавление от всех проблем ограниченности, это окончательная цель человеческого существования.** Когда человек поклоняется тотальному в виде Бога, действуя в духе карма йоги, и отдавая результат действия Высшему, он использует замечательное средство для очищения разума, и для установления связи с Тотальностью.

Это все очень актуально и полезно до тех пор, пока Атман не известен, и человек не знает своей природы. Карма йога не нужна Богу, она в первую очередь необходима человеку, для того чтобы избавиться от заблуждения относительно своей природы, которое его приводит к страданиям. Можно конечно и не избавляться, можно продолжать считать себя отдельным, но результатом такой практики неизбежно будут страдания, и продолжение самсары. Человек же может сделать выбор, и встать на путь избавления от страданий. Но никто не может заставить его сделать это. Атман не заставляет никого делать то или иное, он не заставляет совершать ошибку, равно как и не заставляет исправлять ее. У человека есть выбор. Совершать ошибку, или не совершать ошибку. Совершать ошибку, это значит страдать как отдельная личность. Не совершать ошибку, это значит избавиться от нее, и увидеть мир таким какой он есть, при этом избавив себя от страданий.

Вездесущий Атман не принимает на себя благих заслуг, поэтому старания по очищению разума не имеют к нему абсолютно никакого отношения. **Заслуги и грехи имеют смысл только в ограниченном существовании, когда есть понимание себя как отдельной личности, которая действует в отдельном от нее мире. В таком случае понятия о грехах и заслугах, о том что правильно и не правильно будут иметь место.** Потому что есть отдельная личность, которой они могут принадлежать. Но Атман не действует посредством органов чувств и тела, поэтому как благие заслуги, так и грехи ему не принадлежат. Все то что принадлежит телу, разуму и интеллекту, не имеет никакого отношения к Атману.

Такое понимание будет совершенно дико и неприемлемо для тех кто считает себя отдельностью, которая поклоняется отдельному Богу. Ему совершенно не

интересно будет читать Бхагавад Гиту, он будет читать истории о Кришне с дочкой, или о маленьком мальчике Вриндавана танцующем с гопи. Такие истории очень понятны, и они нравятся людям. Потому что Боги в них очень похожи на людей. У них есть руки и ноги, они испытывают эмоции, они совершают ошибки. Конечно, такое представление гораздо лучше, чем отсутствие вообще каких-либо понятий о Боге. Но Бхагавад Гита ведет искателя гораздо дальше! Она показывает направление к окончательной истине, в которой нет отдельного Кришны или отдельного Шивы, равно как в ней нет и отдельного меня. Природа меня как личности, и природа Шивы, Кришны, Брахмы или любого другого Бога, это одна и та же природа. Это одно и то же безграничное сознание. И именно этот Атман, который является природой всего, не принимает никаких заслуг, и никаких грехов.

Но система наказания, как и тот кто страдает, конечно же существует. Совершающий грех страдает, но он наказан не какой-то божественной сущностью свыше. Он не наказывается Богом, который судит его за совершенные им грехи. Он наказан самим грехом! Благие заслуги являются шагом навстречу к истине, и отдельная личность поощряется или благословляется этими благими заслугами. Грех - это движение в сторону противоположную истине, тогда как заслуга, это шаг навстречу к ней. Сама близость к истине дает огромный позитивный эффект, а удаленность от нее, приводит к страданиям. Чем дальше от истины, тем больше страданий. Чем ближе в истине, тем страданий меньше. Нет никакого отдельного от меня вершителя судеб, который выносит свое решение. Движение человека в ту или иную сторону приносит облегчение, или же наоборот, усугубляет его страдания. Человек сам ответственен за движение в ту или иную сторону.

Ранее Кришна говорил нам о карма йоге, теперь он говорит о чистой джняна йоге, как о заключительной стадии духовного пути. На стадии карма йоги у искателя есть чувство я, и он *делает*. Он делает и отдает результаты своего труда Богу, таким образом уменьшая чувство я. На стадии карма йоги должно быть сделано то, что должно быть сделано. И оно должно быть сделано правильно. А на стадии джняна йоги, оно должно быть уже понято. Это совсем разные стадии. На самом деле, даже на уровне карма йоги уже необходимо знание. Но там необходимо знание другого порядка. Это знание о том как действовать, и как правильно отдавать. Что такое результат действия? Откуда он приходит? **Необходимо понимание того что результат действия приходит в полном соответствии с тотальным законом.** Поняв это, можно приступить к практике карма йоги. После того как разум будет очищен, обретается знание своей природы, именно о нем нам и говорит эта шлока.



Не существует как действий, так и их результатов. Равно как не существует и странных отношений дживы с результатами. Более того, с точки зрения Абсолюта, не существует даже самого дживы. **Истина безграничного не имеет никакого отношения к невежеству ограниченного мира, а ограниченность не имеет доступа к истине, до тех пор, пока она не перестанет быть ограниченностью.** Истина не является частью ограниченного мира. Там где есть ограничение и невежество, пребывание истины невозможно. Но там где осознается истина, невежество пропадает. Когда понята основа всего, дальнейшего понимания не требуется.

Что имеется в виду, когда утверждается что знание скрыто невежеством? Имеется в виду что оно скрыто индивидуальным невежеством, которое приводит человека к заблуждению, и он совершает ошибку думая *я делаю*, или *я ставляю* кого-то делать. Заблуждаясь, человек думает *я наслаждаюсь*, или *я вызываю наслаждение*. Подобные люди в этой шлоке даже не называются людьми, они сравниваются с неразумным существом, *джянту*. У такого человека происходит отождествление с телом, разумом и интеллектом. А осознавший свою природу, уже не *джянту*, он Сат-Чит-Ананда, которая не рождается и не умирает, в которой нет отождествлений с телом и разумом. Он не имеет рождения и смерти, он Брахман, он чистое сознание, он основа всего, в присутствии которого это все получает возможность существовать и осознаваться.

На самом деле каждый является Сат-Чит-Анандой, и это Божественное кажется отдельным существом, и всем что есть в этом мире. Божественное как бы выбирает отождествление с телом, и играет в игру “я забуду свою истинную природу”. Как будто. Но это игра сопровождается страданиями, и тотальность получает возможность вспомнить что она не является ограниченным существом. Она вспоминает что это был ее выбор. Каждая наша лекция по Бхагавад Гите — это своего рода локальное пробуждение. Но проблема в том, что сразу после лекции человек забывает об этом, и снова погружается в свой иллюзорный мир. Именно поэтому нужно не останавливаться, и пробуждаться снова и снова. По благословию Кришны у нас еще впереди еще целых 13 глав. Это множество отдельных шлок и лекций, которые неизбежно будут нас одергивать к истинной реальности. К тому что уже есть. Она уже существует, и все что нам нужно сделать, это только ее узнать. Для этого мы и изучаем Бхагавад Гиту, в которой Кришна нам говорит, что вездесущий Атман не принимает ни греха, ни благой заслуги. Это знание скрыто невежеством, избавится от которого можно лишь осознание собственной природы.

OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Свамини Видьянанды Сарасвати – 163**

**Глава 5 Шлока 16**

na-Adatte kasyacit-pAraM na caiva sukRtaM vibhuH |  
ajJAnena-AvRtaM jJAnaM tena muhyanti jantavaH || 15 ||

*Вездесущий Атман не принимает ничего греха или благой заслуги.  
Знание скрыто невежеством, из-за которого люди заблуждаются. (5.15)*

Атман — это не некий объект находящийся вне меня, Атман это я сам, это моя природа, это моя истинная реальность. Эта реальность которая не имеет никакого отношения к мысли я, к индивидууму, к тому что я сейчас считаю собой. Соответственно, она (реальность) не имеет никакого отношения ко всем грехам индивидуума, равно как и ко всем его героическим заслугам. Атман не действует и не заставляет действовать других, в нем нет понятия я делаю или я сделал. Я (Атман, безуильно позволяю происходящему происходить. Осознаваемому осознаваться, а существующему существовать, просто потому что они не отличны от меня. Они только *кажутся* происходящими, существующими, осознаваемыми. Точно так же, как и человеческое тело безуильно позволяет быть пальцам, ногтям и волосам. Оно не считает их отдельными от себя, это и есть само тело. И я сам всему позволяю быть именно таким образом, все есть я, все есть безграничное сознание.

С одной стороны, получается, что чистое сознание ответственно за все потому что без него ничего не может быть, и только оно этому всему и дает возможность существовать. А с другой стороны, оно не ответственно ни за что, потому что оно активно ничего не делает. Оно просто есть, и это есть, это не *есть* какого-то отдельного объекта. Это *естьность* всего и во всем. *Стакан есть*, книга *есть*, кошка *есть*. Вот это вот *есть*, оно от чистого сознания, от моей природы которая не противоречит ничему в этом мире. Ничему тому что есть в нем. Как пространство не противостоит ничему тому что находится в нем. Пространство — это очень хороший пример. Попробуйте *вообразить*, как это быть пространством? Это очень хороший указатель на направление в котором должно двигаться ощущение себя. Как только я ощущаю себя пространством, пусть даже и воображаю это себе, ощущения органов чувств, мысли, разум, сразу перестают ко мне относиться, потому что все это существует во мне, лишь благодаря мне! Волнения разума, болезни и беспокойства не могут затронуть пространство.

Это очень полезное упражнение, чтобы представить и понять направление в котором тебе необходимо двигаться. Но нужно понимать, что пространство — это объект, это нечто сотворенное и осознаваемое. А Атман, моя природа, он гораздо тоньше пространства. Бесконечное сознание — это основа абсолютно всего, и пространства в том числе. Именно из-за того что это объект, можно вообразить себя пространством. А Атманом себя вообразить невозможно, потому что Атман — это не объект. Пространство принадлежит этому миру, это тонкий объект, а чистое сознание, моя природа, это то что превосходит материальный мир и выходит за его пределы. Это то что неопишимо словами, и то

что не поддается воображению разума. Именно поэтому с помощью воображения себя пространством, невозможно познать окончательной истины. Ее, (истину) невозможно вообразить разумом. **Но можно понять правильное направление по утончению восприятия и ощущений себя самого, в котором необходимо двигаться.**

С точки зрения пространства разделения не существует, и объекты которые пребывают в нем, не делят его. Точно так же, с точки зрения сознания, нет как отдельной личности, нет действий этой отдельной личности, и нет существующего мира. С точки зрения абсолютного сознания не существует никакого разделения. И осознание этого избавляет от всех проблем личности. Но избавляет не решая каждую проблему по отдельности, не леча личность, а избавляет пониманием того что эта личность не реальна! А если личность не реальна, то и все что принадлежало этой личности, оно тоже не реально. Реальность индивидуальности сфальсифицирована, и поэтому все то что ранее занимало эту личность, мгновенно теряет смысл.

Теряют смысл проблемы, действия и результат действий этой личности. Теряется смысл всех предыдущих практик, теряется смысл карма йоги. Но пока этого осознания нет, пока личность себя ощущает реальной, пока я чувствую себя находящимся в физическом теле, карма йога имеет смысл. Эту стадию невозможно обойти и приступить к упасане, к размышлениям о своей собственной природе. Попытаться конечно можно, но эти усилия будут приносить очень мало результата, потому что карма йога очищает разум. Без очищения разума, размышления о том кто же на самом деле действует и существует, теряют всякий смысл. До тех пор пока личность считает себя реальной, она должна продолжать действовать, но при этом изменив направление своего действия. Если раньше она действовала для себя, исходя из своих желаний и чувства недостаточности которое она хотела удовлетворить достижением каких-то объектов, То теперь эта личность должна начать действовать по-другому. Она должна начать действовать размышляя о смысле действия и о тотальных законах, которые ответственны за приходящий результат.

Каким образом приходит результат? Как действуют эти тотальные законы? **Таким образом индивидуальному действию придается дополнительная размерность, и индивидуум начинает понимать, что у любого результата есть множество причин, и большинство из этих причин находится вне зоны контроля любого индивидуума, и любой группы индивидуумов.** Любое количество людей не сможет изменить ход тотального закона. Тотальный закон, который включает в себя всю систему сотворенного мира, он всегда будет сильнее, и для личности, которая является частью этой системы, он никогда не будет известен полностью.

То что я посадил картошку, и то что она у меня выросла, вовсе не означает что это именно я вырастил эту картошку. Хотя все ощущения моей прошлой жизни подсказывают мне обратное. Индивидуум, который занимается карма йогой, в факте выросшего картофеля замечает участие солнца которое светит, и дождя который проливается на землю. Он видит в нем воду которая течет в реке, он видит землю которая сформировалась в момент большого взрыва. Он понимает, что саму картошку ему кто-то доставил, и какие-то неизвестные ему ученые выводили различные сорта этой картошки. Объективно говоря, все это было дано ему. Он не сделал это!

И когда он замечает и понимает это огромное количество факторов за которые он не ответственен, он просто уже не может с чистым сердцем сказать *я вырастил картошку*. Он видит, что он вместе со всей вселенной он постепенно растил ее, и вот она получилась! Он знает об этих множественных факторах, и ему не обязательно их воображать. Надо просто знать что они есть, нужно знать что в любом действии участвует вся вселенная. При таком мировоззрения, даже поедание колорадским жуком этой картошки, не становится моей личной проблемой. Это значит, что я просто в какой-то определенный момент не сделал необходимое действие в соответствии с тотальным законом, который привел бы меня к тому, что картошка осталась бы целой. Я где то что-то упустил, и вселенная мне просто преподнесла урок, из которого я должен сделать определенные выводы. Поэтому в следующий раз, мое индивидуальное действие будет более соответствовать тотальному закону, вследствие чего результат неизбежно будет лучше.

При таком понимании, на первое место у индивидуальности выходит не желание обретения результата своего действия, а возможность извлечения уроков, которые он может извлечь из любой ситуации. Любая ситуация, какой бы результат она не принесла, дает возможность больше узнать о тотальном законе. И человек который ко всем своим действиям относится именно таким образом, он начинает учиться! Он больше не сосредоточен на своих эгоистичных желаниях, он разворачивает свое внимание на понимание тотального закона. Он видит, что это не он вырастил картошку, а он видит, что это творение помогло ему вырастить ее. Обладая такой точкой зрения, он отдает приходящий результат тотальному. Он перестает присваивать его себе, он видит, что его индивидуальный вклад очень мал, по сравнению с вкладом тотального. Таким образом его старое понимание *я вырастил картошку*, становится просто смешным. И это касается конечно не только картошки, это касается абсолютно всего чего угодно.

Получил повышение по работе, сварил суп, пошел в магазин, купил машину, все эти действия ничем не отличаются от выращивания картошки. Каждое действие дает возможность обратиться к тотальному, и лучше понять его. Вне зависимости от того что купил или сделал индивидуум. Правильное использование ситуации для того чтобы больше понять о тотальном, это и есть небольшой шаг по направлению приближения к истине. Это изменение картины мира от неверной индивидуальной точки зрения, где есть только я и мои интересы, к картине мира, в которую включено все творение.

До осознания своей природы, пока личность остается реальной, необходимо избавляться от неверных понятий о том как все устроено, о том как все работает, и о том где находится и что делает отдельная личность. Не верные понятия могут касаться совершенно всего чего угодно. Что такое мир? Что такое я в этом мире? Что такое Бог? Неверные понятия относительно этих вопросов, это и есть прегрешения. **Прегрешение — это непонимание.** И чем больше непонимания, тем больше я грешу против своей собственной природы. Прегрешения всегда относятся к отдельной индивидуальной личности. Пока нет понимания того что я есть то в чем нет никаких границ, пока есть личность, прегрешение состоит в том что я отделен от своей природы, и не понимаю этого! И чем больше этого непонимания, тем больше прегрешение. Грех — это не преступление против какого-то Бога который отделен от меня, грех — это то что я делаю против себя самого, и против своей природы, путем ее непонимания!

А благая заслуга — это наоборот, это то что приближает меня в направлении понимания своей природы. К чему относятся прегрешения и благие заслуги? Они относятся только к индивидууму, который не знает своей природы. Не к Атману, а к индивидууму. И прегрешения, и благие заслуги имеют смысл только до тех пор, пока этот индивидуум не знает своей природы. А знающий свою природу Атман не затронут ничем. К нему не относятся как прегрешения, так и благие заслуги, он не является деятелем, и не заставляет действовать другого. Он не создает причинно следственных связей, он не затронут ничем. Атман, чистое сознание, это и есть моя реальная природа.

Чувство деятеля, грехи, заслуги, все это существуют только на уровне разделения. А когда осознается что этого разделения нет, что это разделение — это плод моего невежества, все эти понятия теряют смысл. И получается, что вездущий Атман который есть я, не принимает ничьего греха и ничьей благой заслуги. До тех пор пока я не знаю себя как вездущего Атмана, и моя личность остается реальной, от прегрешений необходимо избавляться. Но когда разум полностью очищен, когда осознается собственная природа, тогда это теряет смысл. Пока не обретено понимание, карма йога — это необходимая практика для очищения разума благими заслугами, благими делами, благим

пониманием, и избавлением от прегрешений. Конечно же всем этим можно и не заниматься, потому что нет такого закона, за неисполнение которого к тебе придут полицейские и назначат какое то страшное наказание. Нет такого закона что я должен узнавать свою природу. Можно и не узнавать. Можно не избавляться от прегрешений. Но нужно понимать, что у этого будет результат, и что жизнь индивидуума, который противоречит тотальному закону, неизбежно приведет к страданиям. Инстанции, которая тебя будет наказывать, не существует. Наказывать себя будешь ты сам! Потому что твои неправильные действия будут приносить результат в виде страдания. И личность будет страдать!

Нет необходимости в отдельной инстанции. Нет необходимости в Боге который сидя на облаке и следит за всем происходящим на земле, записывая твои прегрешения и заслуги в специальную тетрадь. Наказывает тебя само движение в сторону противоположную тотальному закону. Потому что это движение в неправильную сторону, неизбежно будет приносить страдания. Невежество наказывает самим фактом своего наличия. Движение против тотального закона, подобно движению против течения реки. Ограниченная личность не сможет долго противостоять движению тотальности. Нужно также и понимать, что движение может быть разной степени противоречия. Человек может двигаться в этом потоке перпендикулярно или диагонали, и степень отклонения от тотального потока будет соответствовать степени обретаемых им страданий.

Сильные страдания, которые говорят о полном непонимании тотальных законов, они обычно маскируются невежеством. Как алкоголик у которого уже отваливается печень и пропита двухкомнатная квартира, ощущает радость от того что его кто-то угостил этанолом. С точки зрения не пьющего человека он страдает, потому что ему негде жить, и нечего есть. А с точки зрения алкоголика, все ок! Он не видит проблем со своим здоровьем и образом жизни. У него есть бутылка!

Получается, что страдания, к счастью самого страдающего, замаскированы невежеством. Невежественный человек даже не может заметить насколько сильно он страдает. Он замечает страдания, но в них виноват кто угодно, кроме него! Не та страна, не то правительство, не тот продавец в магазине, не такие соседи. В то же время он смотрит по сторонам, и считает, что все остальные живут точно так же, и уровень страданий который он испытывает, им считается нормой! Своего рода базовые, дефолтные человеческие страдания. Опираясь на это невежество, он не делает ничего для того чтобы избавиться от них.

Но чем более осознан человек, тем более он чувствителен к такому страданию. И человек который размышляет о тотальном, и видит как противоречие с то-

тальному закону приводит к страданиям, он становится все более и более чувствительным, и терпеть даже небольшие страдания становится невыносимо! Поэтому у него появляется стремление двигаться в соответствии с тотальным потоком. А для этого нужно понять этот поток! Куда он течет? На что он указывает? Как он работает? Задаваясь такими вопросами, человек пытается понять тотальный закон, для того чтобы жить в соответствии с ним. Он делает шаг за шагом по направлению к истине, и каждый его шаг сопровождается тем что страдания уменьшаются. Само уменьшение страданий, показывает ему то что он движется в верном направлении. Он получает положительную обратную связь, ему становится лучше, поэтому движение в правильную сторону поддерживается самим избавлением от страданий. Нет дополнительной инстанции которая раздает заслуги и уменьшает страдания. Сами действия человека приводят к тому что он или действует все более и более в соответствии с тотальным законом, или же все более и более нарушает этот закон. Само это действие в соответствии или не в соответствии, приносит соответствующий результат. Движение в сторону истины, поощряется этим самым приближением к истине.

Так же нужно понимать, что движение в ту или иную сторону, всегда относится исключительно к индивидууму, к ограниченности, к телу, к разуму и интеллекту. А Атман, это сама истина, которая не может быть более истинной, или менее истинной. Она и есть этот тотальный закон. И индивидуум приближается к этому закону до тех пор, пока он не поймет что он сам и есть этот поток, в котором нет никаких разделений.

Осознание истины и своей природы, приводит к тому что двигаясь к ней или от нее, я все равно оказываюсь в ней. На самом деле приближения или отдаления от истины не существует. Так как ничего кроме истины нет, а есть только сама истина. Понимание этого, это результат заключительного этапа, следующего за карма йогой. Это результат гьяна йоги. Результат джняна, или гьяна йоги, знание истины, полностью разрушает невежество. Когда известна истина, невежество пропадает. Потому что истина — это то что противостоит невежеству. А до тех пор, пока истина не известна, нам *кажется*, что невежество скрывает ее. Но истина на самом деле не скрыта, потому что невежество не в состоянии заслонить ее. Скрыта не истина, скрыто ее понимание! У индивидуума или есть понимание, или нет понимания. Отсутствие понимания и скрывает истину. Каждый смотрит на истину, она есть всегда, она самоочевидна. Даже в самом глубоком заблуждении истина очевидна. Но из-за заблуждения, она кажется чем-то другим. И вот эта ее *кажемость*, с точки зрения индивидуума чем то другим, и есть невежество. Истина знает, но знает другой.



Узнавание истины, это не узнавание чего-то нового, это не обретение чего-то не достигнутого. Это обнаружение уже существующего, обнаружение того что всегда было, но узнавалось не правильным образом. Это не знание еще одного языка, это узнавание того что уже известно. С одной стороны получается, что узнавание истины меняет все, потому что оно меняет понимание индивидуума, вследствие чего сам индивидуум пропадает, и осознает свою безграничную природу. Но в то же время не меняется ничего. То что есть и было всегда, просто понимается по другому.

jJAnena tu tad-ajJAnaM yeSAM nAzitam-AtmanaH |  
teSAm-Adityavaj-jJAnaM prakAzayati tat-param || 16 ||

*Но у тех, чье невежество относительно себя разрушено знанием,  
знание являет высшего Брахмана, подобно солнцу. (5.16)*

Невежество — это то что противостоит знанию, и оно существует до тех пор, пока знание не обретается. С обретением знания, невежество вызывающее проблемы, разрушается. Если ты исследуешь это невежество, это значит, что ты пытаешься его понять, и таким образом ты увеличиваешь количество знания. Постепенно, все больше и больше обретая понимание, ты замечаешь, что исследовать нечего. Потому что сам процесс исследования разрушает невежество. В знаменитом примере, человек который хотел рассмотреть тьму, взял в руки фонарь. И по мере того как он приближался к этой тьме, она пропадала. Тьме противостоит только свет. От нее невозможно избавиться каким-то другим образом. Ее невозможно вымести метлой, или накричав на нее, прогнать вон. Ее невозможно уговорить, можно только выяснить ее природу, и понять то что противостоит ей. Чтобы потом использовать это.

Тьме противостоит только свет, и вооруженный светом ты идешь во тьму, где она пропадает. Куда же пропадает тьма невежества? В свете знания оказывается, что эта тьма никогда и не существовала. Без знания невежество — это страшная сила которая запутывает людей, а в свете знания оказывается, что ее никогда не существовало. Главное выбрать правильный инструмент, с помощью которого можно избавиться от тьмы, и использовать его.

Невежество относительно себя, это без-начальное невежество. Каждый рожден с ним, но никто не знает откуда оно пришло. Но тем не менее, это невежество может пропасть в один миг! Длительность его существования не придает ему какой-то дополнительной устойчивости. Это подобно тому как в глубокой пещере, где тьма существовала в течении многих миллионов лет, стоит только зажечь огонь, и она моментально пропадет. Длительность существования не добавляет ей какой-то особой силы. Поэтому и без начальное невежество отно-

сительно своей природы, в свете знания пропадает полностью. И пропадает мгновенно. Моя вера чувству я пропадает вместе с этим невежеством, само чувство продолжает оставаться, но пропадает вера этому чувству! Я больше не считаю себя мыслью которая возникает в разуме как отражение чистого сознания. Я знаю свою изначальную природу, и поэтому чувство я больше не обманывает меня.

Вместе с верой чувству я, пропадают и все его проблемы. Я не успел, я не смог, я хочу, меня обидели, а как же то, а как же это? Это типичные мысли чувства я, за которое человек принимает самого себя. Это базовый фон неверной работы разума. Обычно человек этого не замечает, и не воспринимает его как что-то неверное, и вызывающее страдание. Но у того кто познал свою природу, чувство я пропадает, и вместе с ним пропадает этот бесконечный фон сравнения себя с кем то или чем то. У него пропадают волнения о том что сделано, или о том что не сделано. Осознание своей природы сопровождается мгновенным облегчением. Не стоит тащить на себе груз неверных понятий. По отдельности каждое такое понятие может быть и не имеет большого веса, но в сумме они создают реальные проблемы. Узнавание своей природы лишает веса неверно понимаемое чувство я, и вместе с этим неверным пониманием, пропадают и все последствия его.

До возникновения знания человек считает себя отдельным, и если ему что то надо, он обращается к миру с помощью действий, стараясь получить желаемое тем или иным образом. В результате он или получает его, или не получает. Такие взаимоотношения с миром кажутся ему единственно возможным, потому что другие подходы ему неизвестны. Действия кажутся ему естественным и единственным методом достижения желаемого. Поэтому такому человеку обычно очень сложно понять принцип работы с невежеством. Почему с ним вообще надо работать? Он даже не может допустить мысли, что понимание может иметь такие далеко идущие последствия. Человек который привык работать с объектами, не может даже представить себе всю эффективность работы с пониманием И при этом, окончательная цель человеческого существования, обретается исключительно с помощью понимания истины которая кардинально меняет понимание самого себя.

Знание — это единственное лекарство от болезни невежества, потому то действие невежеству противостоять не в состоянии. Можно совершить миллионы действий, но при этом неверное понимание себя не изменится. Потому что действие не противостоит невежеству, наоборот, каждое действие лишь подтверждает его. Потому что у действий есть результат, и есть тот кто присваивает себе этот результат. Обычный человек не может совершать действие без ощущения *я делаю*. Но при достаточном понимании, действие может быть

превращено в карма йогу. Карма йога — это действие отдельного индивидуума, но с более широким пониманием контекста. Это действие с пониманием того что результат не принадлежит индивидууму. Это действие с включением себя в тотальную картину мира, это действие ставшее очищающим инструментом. Именно такое действие и называется карма йогой. Действие в духе карма йоги вместо подтверждения невежества очищает разум искателя, и подготавливает его к знанию которое уничтожает невежество. Но само невежество при этом уничтожается не с помощью карма йоги, не с помощью действия, а оно уничтожается знанием. И знанием не любым, а лишь знанием своей природы.

Знание того что я являюсь источником всего существования, всего блаженства и сознания. Ничего из этого мне больше не нужно искать где-то вовне, потому что все это обнаруживается внутри, после чего само понятие о внутри и снаружи пропадает. Все то к чему я стремился, все то чего я искал и пытался достичь, оно уже найдено и обретено. Больше не надо быть маленьким нуждающимся человеком, я могу жить исходя из полноты. Обретенное знание являет мою высшую природу, и прекращает зависимость от ограниченного. У человека есть огромная зависимость от мнения других. Человеку хочется, чтобы его признали и поняли какой он красивый внутри. Он хочет, чтобы общество видело и принимало его красоту.

Стремление к признанию настолько сильно, что многие даже просветление ищут для того чтобы им сказали, о да! Теперь то ты действительно просветлен! Это неверное понимание. Просветление — это внутреннее знание. Оно должно быть настолько твердым чтобы не требовать подтверждения от кого-то еще. Это полная независимость от мнения других. Знание своей природы сравнивается с солнцем. Это очень красивое сравнение, потому что с восходом солнца тьма постепенно пропадает.

Первые лучи света, которые предвещают появление солнца, это появление у искателя необходимых качеств. Это постепенное очищение разума, постепенное вслушивание, и постепенное понимание смысла писаний. Искатель с чистым разумом еще до восхождения солнца знания, начинает видеть более ясно, потому что тьма для него уже не такая густая. По мере того как приближается восход, объекты начинают обретать объем и цвет, искатель понимает что он приближается к истине, и его желание понять достигает апогея. Но все же, когда солнце всходит окончательно, контраст по сравнению с темнотой очень разительный. Цветы начинают распускаться, люди просыпаются, и в мире начинает проходить множество действий. Когда человек понимает свою природу, все то о чем он раньше мог только догадываться, становится ясным и очевидным. Именно поэтому сомнения невозможны, и обретенное знание невозможно поколебать.

Когда искатель узнает свою природу, он становится собой которым он и был всегда. Сон, в котором он принимал себя за что-то ограниченное прекращается, как прекращается и не реальность. Мысль я продолжает существовать в разуме, но она больше не принимается за себя. Мир продолжается, но он знается как не реальный. Искатель пропадает, и появляется Знающий себя бесконечностью. А так как бесконечность никогда и не была не знающей, то не происходит ровным счетом ничего! Есть только то что есть. Я есть Брахман — это окончательное знание, это факт, эта истина которую не может пошатнуть никакое другое знание. Потому что любое другое знание, существует в свете изначального сознания, которое вне всех качеств, вне изменений, вне границ, вне материальности. И мудрый познавший это никогда не рождался, и поэтому он никогда не умрет.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Свамини Видьянанды Сарасвати – 164 Глава 5 Шлока**

**17**

jJAnena tu tad-ajJAnaM yeSAM nAzitam-AtmanaH |

*Но у тех, чье невежество относительно себя разрушено знанием, знание являет высшего Брахмана, подобно солнцу. (5.16)*

Как солнце освещает землю и делает видимыми объекты находящиеся на ней, также и узнавание собственной природы являет истину, и делает очевидным понимание высшего Брахмана. Осознав это, я понимаю, что моя природа это и есть основа всего. Поэтому знание себя, являет Брахмана. Я узнаю, что я и есть Брахман. Без-начальное невежество относительно того кем я являюсь, моментально пропадает при узнавании своей высшей сущности. Вместе с невежеством так же пропадают и все его последствия. Я считал себя страдающей и непонимающей отдельностью, которая к чему-то стремится, и что-то делает. Когда я понимаю что это не так, моя картина мира полностью меняется. **Сущность Адвайта Веданты заключается в изменении точки взгляда на окружающий меня мир, и его понимание.** Нужно четко уяснить, что в мире ничего не меняется, и он остается тем же самым. Я смотрю туда же, куда я смотрел и раньше, но вижу это по-другому. Это похоже на то, как человек учится смотреть на стерео картинки. Нужно усвоить достаточно простую технику, чтобы изображение приобрело третье измерение.

Точно так же и при познании себя. Я смотрю на мир, и пытаюсь понять его. Сначала он видится мне хаосом со множеством привлекательных объектов, которые всем своим видом кричат попробуй меня! Посмотри на меня! Послушай меня! А я маленький и ограниченный, нахожусь посреди этого хаоса. Адвайта Веданта дает методологию при помощи которой можно постепенно научиться выделять в этом хаосе нечто более существенное и значимое. Заметив которое, можно начать постепенно продвигаться по причинно следственной цепочке, к первопричине всего. Адвайта Веданта учит смотреть не на следствие, а на причину. Например, можно увидеть в стакане не просто стакан, а стекло в виде стакана. Вооружившись таким методом, я постепенно начинаю видеть что окружающий меня мир наполнен не разнообразными объектами, а меня окружает *существование*, в виде того или иного объекта! После чего практикуя медитацию, я пытаюсь понять, а кто же все это видит?

Узнавание своей природы, являет понимание того что то что я пытаюсь увидеть в медитации, и то что я вижу вокруг себя, имеет одну и ту же основу. Это сознание, это Сат Сат-Чит-Ананда, это Брахман. Как только я понимаю это, все является мне в своем истинном свете. И то что до восхода солнца виделось лишь намеками, мгновенно обретает краски и объем. После чего обретенное знание больше не требует доказательств. Потому что я ясно вижу это, и никакие сомнения меня более не посещают.

Сомнения возможны лишь тогда когда разум не уверен, и в следствии этой неуверенности, он считает что у него есть выбор. А когда он знает точно, сомнения невозможны. Никакой человек не может прийти, и предоставив свои доказательства, заставить тебя сомневаться. В отношении любого мирского знания сомнения возможны. Потому что любое знание о мире изменяемо. Потому что это знание об объектах которые имеют начало и конец. Вполне естественно, что знание о не вечных объектах, всегда будет не вечным. Но знание истины — это знание с которым мы не встречались в этом мире. Это совсем другое знание. Это знание относительно которого сомнения невозможны, настолько оно ясно и очевидно. И никто не может переубедить человека познавшего его, в обратном.

Это знание невозможно вообразить, или как то описать, потому что в следствии такого подхода, у него появятся границы. Описание этого знания, является всего на всего указателем на него! Над этим нужно размышлять, постоянно имея в виду что любые мои размышления будут сметены ураганом знания. Медитировать на эту тему очень полезно, потому что медитация очищает разум, и делает его более восприимчивым к истине. Но принимать за окончательное знание то что я об этом думаю, будет большой ошибкой. Разница между указателем и знанием, огромна! Указатель лишь позволяет продвинуться в правильном направлении. Но если принять указатель за истину, ты остаешься с указателем. Ты остаешься с объектом который имеет начало и конец.

Следовать направлению указателя, это процесс подобный постепенному восхождению солнца над линией горизонта. Искатель очищает свой разум, он занимается интеллектуальным саморазвитием, и пытается понять окружающий его мир. Он постепенно отказывается от эгоистических действий, вследствие замечания возникновения проблем не соответствия тотальным законом. У него внутри просто возникает некое неудобство, от которого он стремится избавиться. Если он сделал что-то плохое, он всей душой стремится это исправить. Такие действия — это то что предвещает восход солнца. Но когда оно поднимается над горизонтом, все резко меняется. Ты больше не прилагаешь усилий, потому что все становится очевидным, и знание само разгоняет остатки невежества.

До восхода солнца, процесс идет в привычном мире, где работает логика и указатели Ориентируясь на них, можно разбирать причинно следственные связи, очищая таким образом свой разум, для того чтобы постепенно видеть все больше и больше. Это процесс правильного всматривания в нужном направлении, а результатом этого процесса становятся события, которые из процесса как бы логически не проистекают. Замечая и постепенно всматриваясь в ка-

жущуюся очевидной змею, в какой-то момент ты понимаешь, что это всего на всего веревка! И никаких сомнений касательно природы веревки у тебя не остается! Ты ее больше не боишься и можешь запросто положить в карман, хотя окружающие тебя люди еще не раз могут сказать - *а вдруг это все-таки змея?* Точно так же, и после обретения знания реальности, я узнаю, что отдельность мира от меня — это иллюзия. И только действительно поняв это, я смогу обращаться с ним как с иллюзией. Я могу его запросто засунуть к себе в карман. Все. Он больше меня не пугает. Я осознал что мир во мне это иллюзия, основой которой являюсь я сам.

Теперь мир перестает вызывать во мне страх, в нем не остается стремлений и опасений. Как он может что-то со мной сделать, если он во мне, и я вижу его как не отдельную от себя истину? Все проблемы снимаются с пониманием того, кем является индивидуум. Изменение точки зрения очень сильно меняет понимание мира. До обретения знания собственной природы, человек привык взаимодействовать с миром с помощью действий. Если ему чего-то не хватало, он шел и брал. А сейчас все изменилось. Во-первых, в тебе уже нет недостаточности, вследствие чего у тебя не возникает желания. А во-вторых, ты и не можешь ничего сделать, потому что все действия совершаешь не ты, а все действия совершаются в тебе силами майи, и ты видишь что майя, иллюзия, взаимодействует внутри себя сама с собой.

С точки зрения привычного двойственного восприятия, это невозможно осознать и представить. Любое воображение будет образовано какими-то знаковыми образами, взятыми или придуманными на основе каких то личных воспоминаний и переживаний. Знание же, дает возможность не зависеть от таких случайных вещей. Ты узнаешь истину которая абсолютно непоколебима, и при этом ты узнаешь её не таким образом как ты узнал множество окружающих тебя объектов, а ты узнаешь ее с помощью очищения разума, и повышения его чувствительности.

Человеческий разум воспитывается, и его внимание направляется на то что он обычно не замечает. Используя логику, он может вплотную подойти к определенному пределу, и резко увидеть мир совсем по-другому. Имена и формы становятся второстепенными, и уходят на второй план. Они становятся совершенно не важными, и происходит узнавание основы, которую я пытаюсь увидеть в себе, погружаясь в медитацию. Пребывая в медитации, я пытаюсь увидеть ее без искажений разума и органов чувств, я пытаюсь осознать ее напрямую. И когда мне это удастся, никакие разделения, никакие имена и формы, не могут скрыть от меня истину, и все ведические махавакьи тут же приобретают смысл. С исчезновением невежества, человек перестает терять из вида Истину, и она становится доступной ему постоянно, она известна ему не как

объект, он знает ее как самого себя. Оказывается, что безграничную истину от него заслоняло только невежество относительно его самого.

Иллюзорное и не существующее невежество может собою закрыть целый мир. Но у индивидуума есть возможность работать с ним, и избавляться от него. Работа по избавлению от невежества является процессом, в котором есть возможность подразделения на фазы. А узнавание собственной природы — это одномоментное событие. Процесс имеет некую продолжительность, а событие происходит мгновенно. Но нужно четко понимать, что без постоянного и планомерного приложения усилий — это событие никогда не произойдет. Если человек не работает над превращением своих действий в средство очищения разума, то он остается человеком, пребывающим в самсаре. А другого выхода, кроме как через очищение разума, из самсары нет. А что противостоит невежеству? Невежеству противостоит только знание. Я должен все больше и больше медитировать, и правильным образом размышлять над тем кто я есть. Правильный метод размышлений нам подсказывает Адвайта Веданта.

tad-buddhayas-tad-AtmAnas-tan-niSThAs-tat-parAyaNAH |  
gacchanty-apunar-AvRttiM jJAna-nirdhUta-kalmaSAH || 17 ||

*Пробужденные к тому Брахману, для кого он – их сущность,  
утвержденные в Том, принявшие прибежище в Том,  
очищенные знанием от грехов  
обретают состояние, из которого нет возвращения. (5.17)*

Их интеллект растворился в Брахмане, они пробуждены, Брахман — это их сущность, они утвердились в этом знании. Все их усилия направлены не на то чтобы пребывать в этом осознании, а на то чтобы отбросить то что отвлекает их от этого. Такие мудрые более не возвращаются в самсару, потому что для этого у них не осталось ни малейшего повода. Считается, что после смерти физического тела, в этот мир может вернуться тонкая оболочка, содержащая в себе какие-то желания и привязанности к этому ограниченному миру. И она возвращается, получая новое рождение, для того чтобы продолжить действовать в соответствии со своими склонностями. Такая личность может родиться кем угодно, в отличии от мудрого, который понял свою природу, и у которого не осталось привязанности к телу. Он больше не является той личностью, которой принадлежат его кармы. Следовательно, у него больше нет повода возвращаться в мир самсары. Знание реальности уничтожает личность, и поэтому пробужденный к Брахману, тот кто понял что Брахман это его сущность, тот кто твердо пребывает в нем, и тот кто очистился знанием от грехов, он обретают состояние из которого нет возвращения!



Такие люди обнаружили истину, они знают то, кем они являются на самом деле, и им больше не нужен этот мир, для того чтобы удовлетворить свои ограниченные желания. У них их нет, они проснулись, они пробудились. Слово пробуждение, возвращает нас к примеру со сном. Во сне тебе может сниться все что угодно. Но когда ты просыпаешься, то все то что во сне было недоделано, отбрасывается тобою без сожаления. Ты не стремишься продолжить действовать согласно приснившемуся наяву. Все это быстро забывается, и больше не имеет ко мне отношения. Мудрый пробуждается из мира самсары, она теряет свою реальность для него. Он продолжает ее видеть и ощущать, но как реальность он ее более не воспринимает. Ведь то что это ощущается, совсем не обязательно будет реальностью. Ощущается лишь имя и форма. Имя ощущается на уровне тонкого тела с помощью разума, а форма ощущается посредством органов чувств. А Сат-Чит-Ананда, это то что существует до органов чувств и разума. Это то позволяет им действовать.

Мудрый видит Сат-Чит-Ананду во всем. Она пребывает во всех объектах, мыслях и состояниях. Есть только Сат-Чит-Ананда, которая для органов чувств и разума принимает разные формы. Истина, находящаяся до органов чувств и разума, она как бы становится разумом и органами чувств, она является их способностями к восприятию. Чистое сознание смотрит само на себя, и видит только чистое сознание, но видит его с помощью фильтра который есть чистое сознание. И поэтому в нем возникает образ чего-то отдельного от него. Истина, существующая в истине, благодаря истине, которая в момент помутнения узнается как что-то другое.

Но для знающего человека, истина выходит на первый план. Его разум и интеллект устремлены к ней. И благодаря этому стремлению они пропадают, и человек теряет свою отдельность, растворяясь в Брахмане. Для того чей разум и интеллект растворились в Брахмане, все становится Брахманом. Если человек честен перед самим собой в своих желаниях, то он не сможет обойти или заглушить это стремление в себе. Чем бы он не занимался, он всегда будет ощущать необходимость найти ответ на вопрос кто я? У того, кто нашел ответ на этот вопрос не остается ни разума, ни интеллекта. Остается только Брахман.

Все есть Брахман, кроме невежества, потому что невежества на самом деле не существует. Невежество — это иллюзия, это кажимость, это майя. Сама майя не может существовать в отдельности от Брахмана, потому что она не имеет собственного существования. Майя — это иллюзия из которой построен весь окружающий нас мир. В этом мире нет ничего кроме иллюзии, и существование находящееся в ней, это не ее собственное существование, это существование взятое взаймы у Брахмана. Осознавая это, мы открываем третий глаз мудрости

и понимания. tad-AtmAnaH и tad-buddhayaH - это очень интересные указатели для размышлений. Те, кто осознали Брахмана как самого себя, те, кто устремились к нему свой интеллект и растворили его в нем. Они поняли что я, Атман, это не тело, не разум и не интеллект. Они узнали себя как Брахмана, как наивысшую реальность, как истину. У них не осталось ограниченного я, которое существует в теле, и которое обладает разумом и интеллектом.

Все желания ограниченного человека принадлежат к одному из уровней тела, разума или интеллекта. Но я настоящий не имеет этих отличий. Настоящий я, это абсолютно безкачественное существование-сознание-блаженство. Для того чтобы появилась возможность осознать эту истину, нужно обладать смелостью отказаться от всего того чем я считал себя ранее. А быть может я был не просто инженером, а я был очень хорошим инженером! Такой человек определяет себя как того, кто имеет какие-то качества, отличающие его от других людей. У него есть дом, жена, дети, работа и любимое хобби. Он состоявшийся социализированный человек. И вдруг ему говорят, что для того чтобы познать то, кем ты есть на самом деле, тебе нужно отказаться от любых качеств. Например от тех, которые отличают тебя от антисоциального элемента. Не каждый согласится на это. Ведь этот груз отличий заработан непосильным трудом. Но отказавшись от этого, ты обнаруживаешь, что на самом деле ты отказываешься не от каких-то материальных объектов, ты отказываешься от глупости, которая заставляла тебя считать себя обладающим какими-то качествами. Отказываясь от глупости, ты получаешь наивысшее блаженство которое только доступно человеку. Ты осознаешь, что ты и есть источник всякого блаженства, существования и сознания. Но пока человек не готов к истине, он будет бояться потерять свои отличия.

Научная картина мира, это всего лишь альтернативная точка зрения, и принимать ее как единственно верную, будет ошибкой. На это нужно смотреть как на еще одну модель, описывающую окружающий мир. Адвайта Веданта тоже дает тебе модель восприятия, которая объясняет окружающий тебя мир. И эта модель совершенно противоположна модели которую дает тебе научная точка зрения. Она не противоречит ей, она просто другая. Таким образом, у тебя может быть две одинаково верные картины мира, и когда это случается, тебя автоматически выносит за пределы любой модели мироздания. Цель Адвайта Веданты и заключается в том, чтобы выйти за границы любой модели, описывающей окружающую тебя вселенную, потому что реальность находится вне любых моделей. И когда я осознаю ее, они мне становятся больше не нужны. Я не завишу от них. Именно поэтому и говорится, что Веды для знающего не имеют значения. Он очищается от всех грехов, потому что грехи принадлежат личности, которая существует в системе координат, предлагаемой жизненной моделью.

Такой человек обретает состояние из которого нет возвращения. Ничто из происходящего в мире не может повлиять на осознаваемую им истину. Никакие события, и ничьи мнения не могут поколебать этого знания, ведь он пребывает в неизменном Брахмане. С его точки зрения не происходит абсолютно ничего. Даже если это будет атомная война и человечество прекратит свое существование, с его точки зрения ровно ничего не меняется. В Брахмане вообще ничего не может случиться. Все что видится в Брахмане, это иллюзия. И познавший себя как Брахмана, он уже не отец, не мать, не муж, не сын и не ученик. Он даже не сумма всего этого. Он основа любых проекций. Об этом нам и говорит семнадцатая шлока.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Свами Видьянанды Сарасвати – 165**  
**Глава 5 Шлока 18**

tad-buddhayas-tad-AtmAnas-tan-niSThAs-tat-parAyaNAH |  
gacchanty-apunar-AvRttiM jJAna-nirdhUta-kalmaSAH || 17 ||

*Пробужденные к тому Брахману, для кого он – их сущность,  
утвержденные в Том, принявшие прибежище в Том,  
очищенные знанием от грехов  
обретают состояние, из которого нет возвращения. (5.17)*

Эта шлока говорит об одних и тех же людях, и их характеристиках. tad-buddhayaH, tad-AtmAnaH, tan-niSThAH, tat-parAyaNAH, jJAna-nirdhUta-kalmaSAH. Они обретают состояние из которого нет возвращения в океан самсары. tad-buddhayaH это люди, чей интеллект устремлен к Брахману. Когда это происходит, он пропадает. Потому что отдельного интеллекта который мог бы осознавать Брахмана не существует. Они поняли свою природу, и осознали основу мира как самого себя. tan-niSThAH - те кто утвердились в Брахмане, и их знание стало твердым и непоколебимым. Они не имеют сомнений относительно своего знания, и это знание не может поколебать привычка считать себя ограниченным существом. tat-parAyaNAH - принявшие убежище в нем. Такой человек глядя на окружающий его мир, видит то же самое что видит и обычный человек, но видит он это совершенно по-другому. Во всех своих действиях и объектах он видит единство. Никакие из совершающихся действий не отвлекают его. Эти действия не его действия, они лишь происходят в его присутствии. И вместо того чтобы увлекать его за собой во внешний мир, они возвращают его к себе.

Каждый объект является для него лишь напоминанием о том, что он является природой всего, и окружающий его мир перестает быть фактором который выводит его из состояния равновесия. Мир постоянно напоминает ему о своей природе. Это непрекращающееся и постоянное свидетельство единого Брахмана. Он смотрит на мир, и его глаза видят имена и формы. Он знает себя тем что дает его глазам возможность видеть, и существовать всему тому что он видит этими глазами. Он пребывает в своей природе, он не отвлекается от нее. Узнавание себя во всем, имеет одно замечательное свойство. Я не могу плохо относиться к нему, потому что я не могу плохо относиться к себе. Это и есть настоящая, тотальная любовь, о которой говорят все религии. Без знания себя во всем, такая любовь невозможна. Адвайтин, постепенно все больше и больше обживает в этом знании, и вскоре сама идея о мире отдельном от него, становится далекой и непонятной. Потому что он видит, как человек который является Сат-Чит-Анандой вредит самому себе, считая себя чем-то ограниченным. И страдая из-за этой ограниченности.

Эти страдания непонятны, и очень распространены. Они характерны для материального мира самсары. Самсара заключается в том, что человек что-то во-

ображает, и позволяет этому воображению вредить самому себя. Самая первая ошибка заключается в том, что он считает себя человеком для которого эти страдания реальны. Но ведь так думать совершенно не обязательно. Мудрый видит это, и удивляется насколько глупым нужно быть, чтобы опуститься до такого состояния. Ведь с появлением отдельного человека начинаются все отношения, основанные на ограниченности, и само-вреде. Это тем более странно, что это совершенно не обязательно. Можно остановиться и задуматься, можно сделать выводы, и начать выходить из страданий. Но большинство людей этого не делают. Они полагают что раздражение, злоба, обман, желания и претензии к миру, все это в порядке вещей. Ведь все так живут!

Понимание в котором утверждён мудрый, это результат постепенного процесса вживания в это понимание. Это процесс с положительной обратной связью, потому что позиция на которой человек считает себя ограниченным и отдельным, приносит страдания. А позиция которую занимает безграничность, эти страдания убирает. Когда у тебя есть выбор между двумя опциями, бесконечно страдать, или бесконечно не страдать, какую ты выберешь? Утверждение в понимании что ты есть безграничность, постепенно меняет абсолютно все. Потому что когда истина известна, ты уже больше не будешь заниматься самовредящими себе глупостями. А большинство действий ограниченного человека, продиктованы именно глупостью и непониманием, которыми мудрый человек заниматься никогда не будет. Потому что он четко понимает что ему нужно, а что ему только воображается что нужно.

У физического тела есть потребности, и это факт. Белки, жиры, углеводы, восемь часов сна, и т.д. А есть то что только кажется, что надо. Кажется, что надо доставить блаженство своему телу, и поехать на Красное море, или посетить Париж. Надо, очень надо, сходить в пятизвездочный ресторан, выпить шампанского и кидаться лобстерами в оркестр. Потребности это четко очерчены, их не много, и больше их не становится. А то что нужно разуму и органам чувств, это бесконечный хвост желаний, которые гораздо выше этих потребностей. Более того, иногда случается и так, что мудрый человек отказывается даже от необходимых потребностей тела, и не возвращается в этот мир из медитации. Об этих людях мы никогда ничего не узнаем. Они не расскажут нам о своем состоянии, они входят в медитацию, и не выходят из нее. Это их осознанный выбор.

Но большинство все-таки остается в этом мире, потому что время существования тела определяется не желанием, а прарабдха кармой. Человек не вернувшийся из медитации, исчерпал свою прарабдха карму, и более может не заботиться о поддержании своего физического тела. Но пока прарабдха карма продолжается, продолжается и существование тела, которое должно быть поддер-

жано. Тотальность предоставляет все необходимое для такого поддержания. Воздух, солнце, земля, какая то одежда и немного еды, всегда будет у такого человека. Но по мере того как он утверждает в знании, это будет казаться ему все большей и большей глупостью. И в какой-то момент он оставляет действия, как глупые и не нужные.

Когда из действия убирается компонент глупости, оно пропадает, и я вижу что не я действую, а все происходит в моем присутствии. Есть только я, Брахман, который своим светом освещает все случающееся. Все остальное это видимость, это иллюзия. Мне не надо никому это доказывать, у меня нет сомнений в этом знании. Знающий Брахмана, сам становится Брахманом.

Я есть то существование, которое дает возможность существовать всему. Это одна и та же основа, пребывающая во всем. Человек, который таким образом понимает себя, он приходит к состоянию *apunar-AvRttiM*, состояние из которого нет возвращения. У него нет привязанности к этому миру, у него нет в нем каких-то недоделанных дел. Он не зависит ни от чего, он дживан мукта, он освобожденный при жизни, он знает, что он является Брахманом. А людьми не знающими, этот Брахман видится как человеческое тело. И в этом нет ничего плохого или хорошего. Потому что себя они тоже не видят как Брахмана. Они смотрят на Брахмана, но совершая ошибку, видят его по-другому. Освобождение, мокша, это отсутствие такой ошибки.

vidyA-vinaya-sampanne brAhmaNe gavi hastini |  
zuni caiva zvarAke ca paNDitAH samadarzinaH || 18

*Воистину, знающие истину видят того же Брахмана  
в брахмине, обладающем знанием и смирением,  
в корове, в слоне, собаке и в неприкасаемом,  
питающемся собачьим мясом. (5.18)*

Эта шлока приводит нам несколько примеров, каждый из которых далеко не случаен. Брамин обладающий знанием и смирением, однозначно является лучшим из людей. По отношению ко всем остальным существам, человек обладает самым развитым разумом и интеллектом. Человек является носителем наибольшего количества саттвы, т.е. само по себе, обладание человеческим телом является наилучшим воплощением относительно других существ. А брамин, обладающий знанием и терпением, это лучший среди всех людей. Это самое саттвическое человеческое проявление в этом мире. Следующим упомянутым существом является корова. Корова в Индии считается самым саттвичным из всех животных, так как она собой воплощает Веды, священное знание.

Но тем не менее это животное, и количество саттвы по сравнению с человеком в ней гораздо меньше.

hastini - *хастин* это слон. Он большой и достаточно медленный. Это умное животное, но в силу своей медлительности считается что в нем достаточно много тамаса. zuni - это собака, которая в Индии считается нечистым животным, и в этом примере она олицетворяет собой тамас. zvarAke это человек, это деклассированный элемент который не следует никаким общественным нормам, и находится вне всех каст. У него даже нет обязанностей. Единственная его обязанность, это не бросаться и не прикасаться к другим. Это существо еще более низкое чем собака.

Так вот, с точки зрения Брахмана, между ними нет никаких различий. Потому что даже брамин и собакоед, это единое нераздельное, безкачественное *To*. И с точки зрения Брахмана, он одинаково пребывает как в брамине, так и в корове, и в слоне, и в собаке, и с даже в сабакоеде. Те люди которые способны увидеть недвойственного Брахмана во всех его проявлениях, от самых прекрасных до самых безобразных, называются samadarzinaH. Те, кто обладают равным виденьем. Такую способность видеть то что неизменно во всем, дает знание Истины. Мудрые люди способны узнавать Брахмана в любых проявлениях, и никакие одежды, цвета, формы, имена и характеристики не вводят их в заблуждение. Истина неизменна, даже если она одевается в одежды брамина, или собакоеда.

Брахман всегда чист и не затронут, и мудрый знает его как то что наполняет собой все. И это знание не чего то постороннего и отдельного от себя, а это знание своей собственной безначальной природы. Такое понимание означает, что у него не было рождения, а раз не было рождения, значит не было и детства, юности, каких-то умений и качеств. У него не было ничего отличающего его от брамина или собакоеда. Он ничего не может объявить своим, и что-то присвоить себе. Он одинаково пребывает во всем, он Брахман, и для него все есть Брахман. Мудрый знает себя как истину которая проявляется во всем как огромное разнообразие. И это не какое-то временное понимание, это его постоянное виденье.

Подобную равность виденья мудрого, очень сложно понять человеку мирскому, который не обладает этим виденьем. Потому что когда такой человек начинает рассуждать о том что такое равность, ему кажется что все цвета должны быть смешаны. Равное виденье для него означает, что все должно обладать одной и той же формой, и одним и тем же названием. Такая реальность существует лишь в воображении невежественного. Мудрый видит различия. Он не

забывает о разнице в обязанностях, в качествах, в проявлениях, в потребностях и в местах. Он видит разницу, но он знает, что основой всего является один и тот же Брахман. При взаимодействии разница учитывается, и ложку мимо рта мудрец не проносит.

Есть знаменитая история про одного из учеников Шанкары, который видя что на него бежит слон, сказал что раз все есть Брахман, то зачем же мне уступать слону дорогу? Конечно же слон основательно его потоптал. С трудом поднимаясь, ученик был очень удивлен. Как так? Ведь я старался следовать знанию, почему Брахман со мной так не хорошо поступил?

Его ошибка заключалась в том, что отсутствие различия нужно осознавать на уровне знания, а не на уровне действия. Самым разумным, в таком случае, было бы отойти в сторону, и уступить слону дорогу, не смотря на то что это Брахман. Ведь *уйти в сторону* это тоже Брахман! Знание невозможно заменить действием. Действия должны совершаться в соответствии с миром и его законами, а знание должно быть в соответствии с истиной. Действия принадлежат миру, а знание принадлежит истине. Мир нереален, реальна истина, реален Брахман. Богу богово, кесарю кесарево. И путать их, это означает отсутствие различения. Подмена знания действиями, всегда заводит в ловушку глупости.

Ищущий должен понимать эту строфу, как указатель на то что Брахман пребывает во всем. И это еще одно доказательство того, что проблема не в различиях и не в мире. Проблема всегда заключается не в верном восприятии. Мудрый видит и знает разделение, потому что глаза и разум устроены определенным образом. Но он знает, что этого разделения на уровне Брахмана нет. Это только видимость, это иллюзия, а не действительность. Обладающий таким видением человек, сам равно присутствует во всем. И те ситуации где большинство других людей испытывают страдания, для искателя являются призывом обратить внимание на то что проблема находится не в мире, а в его понимании.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!



*Воистину, знающие истину видят того же Брахмана  
в брахмине, обладающем знанием и смирением,  
в корове, в слоне, собаке и в неприкасаемом,  
питающемся собачьим мясом. (5.18)*

Эта шлока говорит нам о том, что мудрый человек равно смотрит как на самых худших из людей, так и на животных. В прошлой лекции я говорила вам, что из-за того что слон большой и медлительный, он считается тамасическим животным. Но все же здесь явно заложен несколько другой смысл. Корова, слон и собака — это все представители разных гун. Корова это саттвическое животное, собака тамасическое. Получается, что слон олицетворяет собой раджас. В следствии этого, получается очень красивая система с гораздо более глубоким смыслом, чем может показаться с первого взгляда. На одной стороне представляемого нам спектра находятся брахмины, лучшие из людей, а на другой его стороне расположились собакоеды, отверженные, деклассированные элементы. А вот между ними находятся животные, олицетворяющие собой три гуны, саттву, раджас и тамас.

Собакоед считается хуже собаки, потому что является человеком, а человек может принимать осознанные решения. В отличии от собаки, которая ничего со своей тамасической природой сделать не может, она такая какая она есть. И вот этот конкретный человек, он ответственен за принимаемые им решения. В юности он конечно может оказаться под влиянием среды. Если он поневоле оказывается ввергнут в окружение воров, наркоманов и алкоголиков, то бывает достаточно сложно устоять чтобы не поддаться их влиянию. Но если этот человек и в зрелом возрасте продолжает поддерживать подобные низкие склонности, когда он уже в силу своего нажитого житейского опыта мог бы и отказаться от них, это уже является его непосредственным выбором. И если он выбирает поддерживать свои низкие склонности, он ведет себя хуже собаки, которая в индийской культуре считается нечистым животным. Это zvarAke, употребляющий в пищу собачье мясо, т.е. питающийся чем-то нечистым, совсем не тем чем должно питаться человеку.

С точки зрения общества, между мудрецом обладающим знанием, и собакоедом, лежит огромная пропасть. Но мудрый, знающий истину, смотрит на них одинаково. Потому что он знает, что он равно присутствует в них всех. Он видит лишь Брахмана, который в равной степени наполняет собой все. Во всем и каждом, мудрый видит Сат-Чит-Ананду. А качества, имена и формы — это лишь временные наложения на чистое сознание, *упадхи*. Не мудрый, мирской

человек, он смешивает качества реальности, которая одинаково пребывает во всем, и которая дает всему возможность существования.

Возможность чему-либо быть осознанным в качестве субъекта или в качестве объекта, позаимствована у Сат-Чит-Ананды. Не мудрый человек смешивает качества Сат-Чит-Ананды, и качества иллюзорной действительности, и придает реальность этим качествам. Это подобно металлическому шару, брошенному в огонь. У него есть форма, есть цвет, есть вес, и есть какая-то присущая ему температура. Т.е. в своем обычном состоянии это прохладный шар определенного размера. Огонь обладает совершенно другими качествами, он бесформенный, он горячий, и он имеет определенный цвет, который придает ему продукты горения. И вот когда металлический шар помещен в огонь, он как бы принимает некоторые его качества. Он становится красным и горячим из-за того, что огонь обжигает его.

Если посмотреть на происходящее с точки зрения огня, то получается, что огонь как бы принял некоторые качества шара. Он как бы обрел форму и вес. Получается, как бы взаимное смешение качеств огня и качеств шара. И это смешение, со стороны воспринимается как нечто целое и нераздельное. И тот, кто дотронется до него, говорит *меня обжигает металлический шар*. Хотя на самом деле металлический шар не имеет качества обжигания, так как это качество пришло к нему от огня. Не знающий истину человек смешивает качества огня и шара, и впадая в заблуждение относительно их, рождает третью сущность, которая отличается и от огня, и от металлического шара. По своей природе, металлический шар не может быть обжигающим, это качество им приобретаемо, и оно не удержится в нем без внешней поддержки. **То, что не соответствует природе вещей, оно рано или поздно покидает их, т.к. оно не постоянно.** И если шар немного полежит в обычных условиях, он остынет, снова вернется к своей природе.

Так и человек заблуждающийся, человек не знающий своей природы, он находится в состоянии не соответствующем ей. И то что он начинает задавать вопросы о том кто есть я, и что такое окружающий меня мир, это естественный эволюционный процесс. Качества ограниченности, которые наложены на него, приводят его к страданию. **Потому что они не характерны для его природы. Они должны уйти, так как они конечны.** Процесс самопознания, это совершенно естественный процесс остывания металлического шара. Это процесс возвращения к своей собственной природе. И это процесс неизбежен. Кто-то приходит к этому состоянию в этой жизни, а кому-то, чтобы дойти и понять необходимость этого, понадобятся десятки, а то и сотни жизней. Есть качества которые приходят к нам от Сат-Чит-Ананды-Брахмана. Это *Сат*, существование, *Чит*, способность осознавать, и *Ананда*, полнота и блаженство. А

есть качества которые накладываются на это. Это качества имени и формы, качества раджаса, тамаса, и саттвы.

Приходит время, когда человеку надо вернуться к своей природе, и он осознает что Сат-Чит-Ананда это и есть настоящий он, это и есть его истинная природа. А все остальное это только временные наложения. То что отличает брамина обладающего скромностью, смирением и знанием, от неприкасаемого собакоеда, то что отличает корову, слона и собаку от этих людей, и от любых других объектов, это все приходящие качества, которые отсутствуют в моей природе. И мудрый, знающий истину, он видит, он знает, и никогда не упускает из вида, эту неизменную часть во всем.

Он практиковал *вивеку*, размышление, он слушал учителей и их указания, он медитировал и осознал Брахмана как самого себя. Он видит реальность как реальность, он знает истину как истину, а преходящее как преходящее. Реальность становится для него главной и определяющей, а различия в качествах, становятся второстепенны и иллюзорны. Тот, кто утвердился в этом знании, более не совершает ошибку относительно себя самого, и относительно всего того что окружает его в мире. Он во всем знает Брахмана. Он понимает, что лишь Брахман дает возможность любому объекту быть осознаваемым, и желаемым кем-то.

Обычный человек считает, что счастье заключено в том или ином объекте. Например, в этом объекте больше счастья, а в этом меньше. В то время как это лишь отблески ананды, Брахмана, который дает возможность объекту существовать, осознаваться и быть желаемым. Потому что он сам есть полнота и блаженство. И когда я знаю Брахмана как самого себя, меня больше не интересуют отблески этой полноты в отдельных от меня объектах. Потому что весь мир, со всеми его объектами, я знаю как себя самого. Мне нет необходимости к чему-то стремиться, ибо я сам есть та полнота, которая дает любому объекту качества желаемости, и возможность существования.

Все что обладает качествами, оно существует в мире относительности. **И человек знающий истину, он отличает то что относительно, от того что постоянно.** И не подменяет одно другим. Знание это одно, а действие — это совсем другое. Действие относится к домену относительности, и то что брамин, собакоед, корова и собака являются одним и тем же Брахманом, совсем не значит, что к ним надо относиться одинаково. Видеть и знать их природу, совсем не значит, что с собакой нужно обниматься и есть с ней из одной миски. Мудрый обладает различением, в том числе и в мире относительности. Он учитывает разницу между формами, и он не путает человека и корову. Он знает где видимые различия, а где знаемое единство. Знание невозможно

заменить действиями. Обладание знанием единства, не означает что действия во всех условиях будут одинаковыми. Если на тебя бежит слон, или едет машина, то тело необходимо убрать с пути движения этого объекта. Тело должно совершать действие, соответствующее моменту.

Посредством органов чувств мудрый видит разницу, а третьим глазом мудрости, он знает единство которое наполняет собой все. Как раз относительно момента действия и знания, Шанкара в своих комментариях поднимает один из возможных вопросов. В некоторых писаниях есть указания, относительно того как вести себя после встречи или после контакта с неприкасаемым. Там, например, может быть написано, что мудрому нужно поклоняться, а после встречи с неприкасаемым срочно принять омовение. И тот кто не оказывает уважения брамину, или тот кто оказывает уважение тому кто его недостоин, он совершает грех. И на это сомнение, Шанкара отвечает в комментарии к следующей строфе. Следующая строфа как раз является ответом на такую неоднозначную ситуацию.

इहैव तैर्जितः सर्गो येषां साम्ये स्थितं मनः ।

निर्दोषं हि समं ब्रह्म तस्माद्ब्रह्मणि ते स्थिताः ॥ १९ ॥

ihaiVa tair-jitaH sargo yeSAM sAmye sthitaM manaH |  
nirdoSaM hi samaM brahma tasmAd brahmaNi te sthitaH || 19 ||

*Теми, чей разум пребывает в равности,  
прямо в этой жизни побеждена самсара.*

*Так как Брахман неизменен, то они пребывают в Брахмане. (5.19)*

Смысл комментария Шанкары в том, что те, кто пребывают в Брахмане, никогда не совершают ошибки. Потому что они не являются телом. Они знают себя как безграничность. В Брахмане нет прегрешений, в нем нет *дош*. В нем нет никакой грязи. А указания писаний о том, что необходимо поклоняться тому, кто заслуживает поклонения, и запрет на поклонение тому, кто поклонения не заслуживают, относится только к тому, кто считает себя телом. Ведь сам факт, сам акт поклонения, он совершается физическим телом. **И пока человек существует на уровне физического тела, ему даются предписания, соответствующие этому уровню!** Не знающему истины человеку, будет не просто вредно, но и опасно для его духовного развития, поклонение тому кто поклонения не заслуживает. Поэтому, первоначально, для пребывающих в самсаре людей, предлагается научиться различать хорошее и плохое, с помощью компании мудрых, которым ты поклоняешься и служишь. И таким образом, ты очищаешь свой разум. **А если ты путаешься в компании с соба-**

**коедами, то скорее всего ты обрешь качества твоих друзей собакоедов, чем сам себе и закроешь путь к дальнейшему духовному развитию.**

Указания писаний о том, что не нужно проявлять уважение к тем кто не мудр, адресовано человеку пребывающему в самсаре. К тому чей разум пребывает в наблюдении разнообразия качеств этого мира. Такой разум нуждается в очищении, и ему еще предстоит научиться различать то что достойно поклонения и порицания. А те чей разум очищен пребывают в Брахмане. Они не являются ни телом, ни разумом, и, следовательно, указания писаний к ним не относятся. Это мудрые люди знающие свою природу, и утвердившиеся в этом знании. Они не совершают ошибку принимая себя за что-то другое. Они знают, что все качества принадлежат телу, разуму и интеллекту, а не им самим. Их я не отождествляется с телом, оно пребывает в бесконечности, которая присутствует и в этом теле тоже. Они равно видят Брахмана как в ученом, так и в корове, как в собаке, так и в собакоеде. Они знают, что Брахман, чистое сознание, одинаково пребывает во всем, что это одно и то же сознание. Вне зависимости от того чист, или нечист разум, чисты или не чисты действия. Чистое сознание одно, и оно не затронуто никакими кажущимися ограничениями.

В качестве примера можно привести ситуацию, когда человек покупает квартиру. Но если присмотреться к этому действию повнимательней, то станет заметно, что на самом деле им покупается пространство. И деньги платятся именно за него. Но вот с точки зрения пространства, ничего не происходит, оно даже не знает о том что его покупают и продают. Равно как и с точки зрения невежественного человека, не происходит ничего странного. Он покупает пространство, он передает его по наследству, он завещает его своим детям и внукам. И как только он принимает безграничное за ограниченное, появляются проблемы. Тебе нужно об этом беспокоиться. Купив пространство, которое прекрасно себя чувствует и без твоего вмешательства, ты принимает его за квартиру, и видишь в нем средоточие своего счастья. Ты с большим трудом обрел желаемое, и теперь должен заботиться и охранять его. Если бы у пространства было чувство юмора, оно бы посмеялось над человеком. Но так как это его совершенно не затрагивает, оно относится к этим бессмысленным действиям совершенно спокойно.

Человек, сам будучи Сат-Чит-Анандой, гоняется за счастьем и вечной жизнью, он гоняется за знанием, видя все это где угодно, но только не в себе самом, принимая наложения на бесконечного Брахмана за реальность, и этим совершая грубейшую ошибку. Бесконечное сознание, Брахман, это природа как

мудрого человека, так и не мудрого. Разница только в том, что мудрый знает об этом, и поэтому он не делает ошибку видя счастье в каком-то объекте. Следствием такого виденья, становится стремление человека к обладанию этим объектом, и страстное желание присоединить его к себе! Мудрый же, зная себя как источник существования, сознания и блаженства, не испытывает таких чувств. Он не

тратит силы и энергии на овладение им, понимая, что счастье в этом объекте нет. Он сам является источником этого блаженства, и ему нет необходимости защищать его от самого себя. Это его природа, которую у него никто не может отнять, потому что это и есть он сам.

Разница в последствиях таких подходов просто огромная! Тот, кто совершает ошибку, будет постоянно пребывать в волнении. Он постоянно будет к чему-то стремиться, и желать сохранить достигнутое. А отобрать таким трудом обретенное им, всегда будет большое количество желающих. Даже сам факт, что кто-то еще хочет овладеть тем что у тебя есть, уже говорит о совершенной ошибке. Это значит, что ты присвоил себе то что принадлежит миру разделения, и то что не принадлежит твоей природе. То, что является иллюзией, то что является наложением на Сат-Чит-Ананду.

Мудрый знает себя как бесконечность, от которой нельзя ничего ни убавить, ни добавить. Сколько бы объектов он не получал, сколько бы объектов он не терял, эта полнота никак не затрагивается происходящими процессами. Потому что объекты являются лишь наложением на эту полноту, кажущимся образом ограничивая ее. А Брахман, который проявляется посредством всех тел, разумов и интеллектов, он свободен от любых недостатков, он nirdoSam, он лишен недостатков, и не обладает никакими качествами, равно как и не имеет никаких достоинств. Это не хорошо и не плохо, это так как есть. Зная Брахмана, мудрый видит, что все различения лишь кажутся различениями. Такой человек свободен от самсары прямо сейчас, а его физическое тело продолжает действовать под влиянием прарабдха кармы. Он не находится в теле, он Брахман который проявляется через все эти тела, без чувства я. В этом и заключается разница.

**Чувство я, это далеко не повод для того чтобы объявлять его собой. Чувство я, это просто мысль. Такая же мысль как и любая другая, просто, чуть более повторяющаяся. Мысли приходят и уходят, и мысль я тоже приходит и уходит. В сновидении она меняется на совсем другую мысль я, а в глубоком сне она просто пропадает. Сам факт того что она приходит и уходит, вроде бы каждого должен приводить к определенным выводам, что преходящее и уходящее не**

**может быть мной! А я должен быть тем, что поддерживает появление этой назойливо повторяющейся мысли.**

Я не бодрствующий, я не сновидящий, я не глубоко спящий, я тот кто поддерживает все эти три состояния. Логика этого вывода, проста как две копейки. Проще ничего не может быть. Но именно эту очевидность и упускают из вида, каждый день совершая одну и ту же ошибку. Я то что неизменно во всех трех состояниях. Я есть Брахман, или другими словами *турия*, четвертое состояние которое превосходит все три предыдущих.

Мудрый знает это, и знает это не теоретически, он знает это непосредственно. Знает это точно так же, как обычный человек знает себя пребывающим в теле. Это не логические выкладки, логические выкладки очень просты. **Нужно избавиться от застарелой ошибки отождествлять себя с ограниченным телом.** Когда это происходит, тогда истина, в силу своей самоочевидности, является сама по себе. И очевидней ее, в этом мире ничего нет. Она не требует никаких усилий, наоборот, она требует отсутствия усилий по поддержанию старых привычек, которые поддерживаются потом и кровью, и на которые человек тратит множество усилий, сам не замечая этого. Это очень энергозатратное чувство, и очень энергозатратная жизнь, приводящая к страданиям. Мудрому легче со всех сторон, потому что он не тратит усилия на поддержание глупости. Он находится в естественном состоянии, зная себя как то, чем он является на самом деле. Это проще чем жить в самсаре. Те кто смотря на мир видят его и себя как ограниченную реальность, смешивают понятия. Они тоже непосредственно знают Сат-Чит-Ананду-Брахмана, но они смешивают его с наложениями. Они видят обжигающий металлический шар, вместо того чтобы знать, что металлический шар это одно, а обжигание, это качество высокой температуры, наложенное на него огнем. Смотря на мир, они не делают этого простого ментального разделения.

Они смешивают бескачественного, не имеющего недостатков Брахмана, с иллюзиями которые принадлежат миру. И в результате этого смешения, у них получается нечто третье, которое обладает качествами и того и другого. Качества существования и осознания, они берут от Брахмана, а качества имен и форм, они берут от иллюзии. И не удивительно, что на выходе они придают реальности иллюзорным качествам, которые становятся для них очень важны.

Для узнавания того как оно есть на самом деле, необходимо избавиться от невежества, посредством очистки своего разума, и придания ему максимального количества саттвических качеств. Только такой разум способен узнать истину. Саттвический разум, это разум в котором количество раджаса и тамаса сведено к минимуму. Тамас это инерция, лень и непонимание, а раджас это волнение,

беспокойство и тревожность. Все это не дает нам увидеть истину. Карма йога, как раз и направлена на увеличение саттвы в нашем разуме. Все предварительные практики направлены на то, чтобы сделать разум более неподвижным, спокойным и менее отвлекающимся.

Искатель с очищенным разумом, который слушает, медитирует, размышляет и узнает свою природу, все видит равным. И когда он достигает такого видения мира, он освобождается от рождений и смертей, даже если существование его тела еще не закончено. Он освобождается от необходимости возвращаться в самсару. Он знает, что все признаки и качества принадлежат телу, разуму и интеллекту, а не ему самому. Он четко отделяет иллюзию от реальности. Кому принадлежит рождение и смерть? Они принадлежат телу, но не мне, Брахману. Поэтому тела появляются и пропадают, а Брахман остается. В Брахмане нет даже времени, потому что понятие о времени возникает в проявленном мире. И только тогда понятия о рождении и смерти имеют возможность для появления.

Равностность Брахмана, не означает равностности во внешнем мире и в действиях. Действия всегда строго подчиняются законам этого мира. Мудрый обладает различием, и не путает относительную реальность, и реальность абсолютную. По отношению к собаке, его тело будет действовать соответственно собаке, а по отношению к человеку, его тело будет действовать соответственно человеку. Брахман, одинаково присутствует в них обоих. Просто есть Брахман в виде собаки, а есть Брахман в виде человека. Разнообразие форм, не означает наличие двойственности. Двойственность возникает, когда эти разнообразные формы, по ошибке принимаются за реальностью. Состояние же не двойственности, это и есть знание Брахмана во всем.

Указания *смрити* касательно поклонения и запрета на поклонение, относятся к тем искателям, которые считают себя телом. Все логично. Пока ты считаешь себя телом, для тебя есть карма йога, посредством которой ты должен очищать свой разум. Ты должен различать плохую компанию от хорошей, и стремиться к ней. Такие указания максимально способствуют твоему духовному развитию, и направлены на то, чтобы сделать твое пребывание в этом мире максимально разумным. Так что указания писаний о том кто достоин уважения, а кто нет, к знающему Брахману не имеют никакого отношения. Вся прелесть того о чем говорит Адвайта, заключается в том, что это можно проверить уже в этой жизни, не откладывая решение столь важного вопроса на потом. Знающий Брахмана, сам становится Брахманом.



pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Свамини Видьянанды Сарасвати - 167**  
**Глава 5 Шлока 20**

ihaiva tair-jitaH sargo yeSAM sAmye sthitaM manaH |  
nirdoSaM hi samaM brahma tasmAd brahmaNi te sthitAH || 19 ||

*Теми, чей разум пребывает в равности,  
прямо в этой жизни побеждена самсара.*

*Так как Брахман неизменен, то они пребывают в Брахмане. (5.19)*

Давайте немного вспомним контекст, так как мы после долгого перерыва снова возвращаемся к изучению Бхагавад Гиты. Пятая глава началась с вопроса Арджуны, который звучал так:

*Арджуна сказал:*

*О Кришна, если ты считаешь, что знание лучше действия, тогда почему ты принуждаешь меня к этому ужасному действию, О Кришна? (3.1)*

На что Бхагаван ответил ему, что отречение, равно как и карма йога, ведет к освобождению, но из них двоих, лично для тебя, карма йога будет лучшим вариантом. Потому что тот кто отказывается от пар противоположностей, т.е. отказывается от желаемого и не желаемого, с легкостью обретает освобождение. А лучший способ оставить желаемое и не желаемое, это делать не то что хочется, а следовать тому что должно. Следующий одному из путей, обретает результат обоих. Еще Бхагаван Кришна говорит, что отречение от действий, т.е. саньяса или джняна йога, без практики карма йоги, очень сложна. Сначала необходимо научиться быть не затрагиваемым действиями, и жить с пониманием *я ничего не делаю*. Отдавай результаты своих действий, и сами действия Брахману, зная что действия совершаются исключительно телом, разумом и интеллектом. Действуя таким образом, ты будешь очищать свой разум. Оставь привязанность к результату, и обрети твердое спокойствие. Живи в теле, как в городе девяти врат, и не затрагивайся действиями. Потому что Атман, твоя природа, не действует. Действует лишь майя, или пракрити, а Атман не затронут ни действием, ни грехами, ни заслугами. Понимание своей природы скрыто от тебя невежеством, которое будучи разрушено, являет тебе знание Брахмана, т.е. освобождение.

Затем Кришна объясняет состояние освобожденного, который утвердился в этом знании, и равно смотрит на все что другими людьми считается хорошим или плохим. Он одинаково смотрит на корову, на собаку, слона, на брамина и собакоеда. Разум такого человека пребывает в равности, т.е. в спокойствии и в равновесии. Это состояние обретено им уже в этой жизни, такой человек побеждает самсару, он пребывает в Брахмане. И вот мы подошли к изучаемой нами строфе.

*Теми, чей разум пребывает в равности,  
прямо в этой жизни побеждена самсара.*

*Так как Брахман неизменен, то они пребывают в Брахмане. (5.19)*

Знающие свою природу понимают что они являются безграничностью. Ведь ограничено только то что иллюзорно, то что является результатом майи. **Видимость и осязаемость какого-то объекта не означает его реальности.** Тело, разум и интеллект, равно как и все объекты, ограничены и иллюзорны, и следовательно не является мной. Мудрый знает и видит чистое сознание во всем, в том числе и в этом конкретном теле, которое ассоциируется с ним в этой жизни. Он понимает, что чистое сознание это и есть его настоящая природа. Это и есть то чем я являюсь. Недвойственность, чистое сознание только кажется разделенным, оно лишь видится в виде множества отдельных частей мира, но мудрый во всем видит существование, сознание и блаженство, которое воплощается в постоянно меняющемся имя и форму.

Обычный, мирской человек обращает свое внимание только на это. А Сат-Чит-Ананда, неизменная основа мира, то что называется Брахманом, обнаруживается когда я пытаюсь осознать природу самого себя. Сат-Чит-Ананда неизменна, так как она истина, которая и есть я сам. И мудрый знает себя как реальность, как никогда не изменяемое чистое сознание. Как то что совершенно одинаково присутствует во всем. Практикой смещения фокуса внимания, мудрый человек в изменяемом и иллюзорном объекте, замечает то что никогда не изменится. Именно этим знанием он и побеждает самсару. Он становится независим от изменяющегося, он освобождается из этого плена прямо в этой жизни. Такое становится возможным только благодаря знанию. Невежественный человек придает исключительную важность миру имен и форм. Он видит в них цель своей жизни, и свою единственную радость. Совершая эту ошибку, он с точки зрения Адвайты обретает грех, не позволяющий ему понять истину. В отличии от мудрого, который этой ошибки не совершает. Он знает что он не тело, он знает что он Брахман в котором нет никаких качеств и недостатков. Он то что неизменно, он то что ни хорошо, ни плохо. Он то что есть как есть.

**Все качества принадлежат телу, разуму и интеллекту.** Сат-Чит-Ананда не имеет качеств, этот термин является всего лишь указателем на природу Брахмана. Мудрый равно пребывает во всем. Он видит различия, но не путает видимое с реальностью. Различия видятся, объекты взаимодействуют друг с другом, одна ограниченность взаимодействует с другой ограниченностью. Органы чувств и органы действия, также вступают в контакт со своими объектами. И мудрый видит все это, но он не путает видимый мир постоянных изменений и взаимодействий, с реальностью. Он пребывает в недвойственности, зная что окружающий его мир не реален. И он не заставил себя поверить в это, он осознал свою природу, и убедился в этом на собственном опыте.

Шанкара в своей комментарии приводит ответ на одно возможное сомнение, которое может возникнуть у человека изучающего Бхагавад Гиту. Он приводит цитату из смрити, что человеком совершается грех, если он равным образом оказывает уважение тем кто недостойн его, и тем кто достоин. Дело в том, что это указание адресовано тому кто считает себя комплексом тела, разума и интеллекта. Это инструкция для человека который считает окружающий его мир реальностью, и именно ему адресована карма канда Вед, со своим множеством описанных ритуалов, поклонений и указаний правильного выполнения действий. **Такому человеку предписывается оценка других.** Если пандит знает Веды, то ему необходимо поклоняться. А если перед тобой павший собаковод, то его нужно обойти стороной. Такие люди принимают неизменное за изменяемое, и в результате этого, их мир наполняется понятиями я хороший, а ты плохой. Я достоин уважения, а ты нет. Такой человек совершает ошибку, и именно к нему относятся указания смрити о том, что тому кто достоин уважения, должно поклоняться.

Такая практика будет способствовать очищению его разума на том уровне, который ему доступен. Находи мудрых людей, и поклоняйся им. Слушай их, следуй их указаниям, и таким образом ты не будешь совершать греха, или же будешь совершать его гораздо меньше, чем если бы ты слушал человека недостойного.

А Кришна нам сейчас говорит не о таких людях, он говорит о мудрых, виденье которых равно позволяет им во всем созерцать Брахмана. Поэтому сами понятия греха от смешивания достойного с недостойным, к ним не относятся. Для такого человека смерть тела это всего лишь окончание взаимодействия с миром, посредством этого тела. И не более того. Он не может умереть, так как он одинаково присутствует во всем. **И смерть для него, означает всего лишь прекращение взаимодействия с миром через эти органы чувств и этот разум.** Не знающий этого тоже является истиной. В нем тоже присутствует Брахман который одинаково наполняет собой все, и помимо которого бо-

лее ничего нет. Но не знающий путает себя с чем-то другим, и в результате этого смешения понятий, он принимает себя за ограниченность, он боится смерти и страдает в самсаре. Тот кто знает свою бесконечную, чистую, прекрасную и замечательную блаженную природу, никогда не захочет вернуться к своим старым понятиям, к приходящим наслаждениям и ценностям. Обнаружив свою природу, такие люди стремятся пребывать только в ней. Они могут продолжать заботиться о своем физическом теле как об инструменте с ограниченным сроком годности, но не более того.

न प्रहृष्येत् प्रियं प्राप्य नोद्विजेत्प्राप्य चाप्रियम् ।

स्थिरबुद्धिरसम्मूढो ब्रह्मविद्ब्रह्मणि स्थितः ॥ २० ॥

na prahRSyet priyaM prAprya nodvijet-prAprya ca-apriyam |  
sthira-buddhir-asaMmUDho brahmavid-brahmaNi sthitaH || 20 ||

*Познавший Брахмана, твердо пребывающий в Брахмане,  
чье знание твердо и кто свободен от заблуждений,  
не будет ликовать, обретя приятное,  
и не будет печалиться, получив неприятное. (5.20)*

Эта шлока продолжает раскрывать тему об освобожденном человеке. Она объясняет, как он ведет себя в различных приятных и неприятных ситуациях. Она объясняет, как он взаимодействует с миром, в то время пока он не пребывает в самадхи. При всем этом он не ведет себя как неподвижный камень который не радуется когда получает приятное, и не печалится когда получает неприятное. Это живой человек который знает истину, и который освобожден уже в этой жизни. У него просто отсутствуют бурные реакции по поводу обретения и потери чего-либо. Обретение приятного или неприятного, приносит радость или страдания человеку который считает телом. Только тело может получать что-то приятное или неприятное. Такой человек всегда будет находиться под воздействием множества внешних факторов. Мир очень сильно влияет на него, и поэтому он полностью находится под властью обстоятельств.

Хочет он этого или нет, но для маленького и ограниченного существа идет время, его тело меняется, оно стареет, и с каждым днем понемногу приближается к смерти. Все множество прошлых карм действует на такого человека. Даже находясь в одном месте и в одно время, разные люди с разными прошлыми действиями будут находиться в совершенно разных условиях. **Потому что каждое ограниченное существо обусловлено своей прошлой личной историей.** И хочешь ты этого или нет, но эти факторы будут влиять на твое тело, ровно в той же степени, как они будут влиять на тело мудрого.

Только мудрый не принимает это влияние за свои личные проблемы. Это проблемы тела. Не он стареет, не он зависит от окружения, не он получает приятное или неприятное. У него нет проблем.

Мудрый знает себя как недвойственный и неизменный абсолют, для которого не существует понятий о приятном и неприятном. Недвойственность, абсолютное сознание, это и есть неизменная реальность, которая что бы с ней не случилось, ничего не обретает и ничего не теряет. Она не меняется ни при каких условиях, и если я знаю себя как эту реальность, то для меня существует только полнота моей собственной природы, которая не зависит от случающихся ситуаций и приходящих объектов. Ситуации и объекты — это иллюзорные наложения которые приходят и уходят, которые просто не могут не прийти и не уйти. Если что-то пришло, если что-то имеет начало, то оно обязательно будет иметь и конец.

Как мы с вами видим, знание обретенное мудрым саму ситуацию не меняет, оно меняет лишь понимание ее. И это понимание дает ему виденье равности, виденье единого сознания, благодаря которому все что его окружает, имеет возможность существовать и быть осознанным. Познавший Брахмана будет тверд в своем понимании, он ни на секунду не сомневается в его истинности. Виденье истины — это не вспышка которая появилась и прошла, оставив в памяти какой то неясный след. Истина — это то что всегда было и есть, это то что остается незатронутым ни при каких условиях. У мудрого который осознал себя как бесконечность не остается никаких сомнений, он не просто осознал истину, он утвердился в ней. Познавший Брахмана сам становится Брахманом. А самого себя ты никогда не забываешь, и главная совершаемая человеком ошибка заключается в том, что на это знание накладывается на что-то еще, и в результате чего человек знает себя как что-то другое.

**Основное знание, являющееся основой для любых отождествлений, это знание я есть. Оно и является субстратом для любых отождествлений. Оно никогда не теряется. Это не память о случившемся событии, что мол я когда-то узнал Брахмана, и это было так хорошо и приятно. Нет. Я знаю это прямо сейчас!** Любая память — это знание об объекте, а знание себя как безграничности, это безобъектное знание. Утвердившийся в Брахмане избавился от невежества которое скрывало от него самоочевидное чистое сознание. Когда невежество уничтожено, познавший Брахмана, навсегда остается Брахманом. Он знает себя как то в чем возникает время и пространство. Он то в чем возникают любые ситуации, и творятся любые миры.

В процессе жизни у него конечно же будут случаются разные ситуации, которые для познавшего будут являться проверкой. Потому что даже не знающему у которого все хорошо, легко сказать что все есть Брахман, когда жизнь течет спокойно и не приносит никаких проблем. Но рано или поздно произойдет что-то такое, что действительно подвергнет очень жесткой проверке твою возможность со спокойным разумом оставаться в счастьях и несчастьях. Если такое спокойствие опирается на знание, ты без труда сохранишь его в любой ситуации. А если знание есть, но оно мгновенно теряется в трудных ситуациях, это значит, что относительно его еще остались сомнения. Это хороший повод обратить на это внимание, и пристальным размышлением сделать свое знание тверже. Это нужно не для того чтобы кого-то убедить, или что-то кому-то доказать. Это нужно для тебя самого.

Сложные ситуации всегда будут случаться, потому что жизнь состоит из пар противоположностей, и время от времени они будут проверять твое понимание на твердость. Если у тебя не осталось сомнений, то никакой жизненный кризис не сможет поколебать это знание. Боль и приятные ощущения, радость и страдания принадлежат телу, и не относятся ко мне. Они приходят и уходят, а я знаю себя как того, кто своим присутствием дает им возможность существования и осознания. Для мудрого который утвердился в знании, нет приятного или неприятного, нет желательного или нежелательного, потому что он во всем видит только недвойственное сознание. Он знает, что изменяющееся зависит от времени и места, от прошлой кармы, и он знает что все это пройдет. Будь оно хорошим или плохим. Не откуда взяться радости, не откуда взяться страданию по поводу того, что видится посредством органов чувств. Мудрый во всем видит полноту, достаточность, всемогущество и всепотенциальность проявления. Это не значит, что он не реагирует на окружающее, он осознал в себе спокойствие и нераздельность, которую не может затронуть ничто из изменяющегося. Ничто из того что проецируется на нее с помощью разума. Мудрый победил разум, и он своими проекциями не искажает его виденье.

*Познавший Брахмана, твердо пребывающий в Брахмане,  
чье знание твердо и кто свободен от заблуждений,  
не будет ликовать, обретя приятное,  
и не будет печалиться, получив неприятное. (5.20)*

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

## Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати 168

### Глава 5 Шлока 21

na prahRSyet priyaM prApya nodvijet-prApya sa-apriyam |  
sthira-buddhir-asaMmUDho brahmavid-brahmaNi sthitaH || 20 ||

*Познавший Брахмана, твердо пребывающий в Брахмане,  
чье знание твердо и кто свободен от заблуждений,  
не будет ликовать, обретя приятное,  
и не будет печалиться, получив неприятное. (5.20)*

Эта шлока рассказывает нам о мудреце познавшем истину. Такой человек не будет слишком радоваться приятном, и не будет очень огорчаться, если произойдет что-то неприятное. Так как он знает, что и то и другое, это лишь проходящие и уходящие иллюзии, а самого себя он знает как фон который дает возможность временно существовать этим иллюзиям. Приятные и неприятные ситуации подобны волнам на поверхности океана, которые катятся по нему, никак не затрагивают воду из которой он состоит. Мудрец знает себя как воду, и появление, или пропажа той или иной волны, не оказывает на него никакого влияния.

Он не ждет наступления какой-то особо желательной волны, и не торопит уйти волну нежелательную. Он знает свою природу, и он знает, что волны приходят по законам этой природы. Все происходящее случается в зависимости от прошлых карм, времени, места и обстоятельств. Приятное и неприятное влияет на его тело и разум, но не влияют на него самого. Обычный человек затрагивается приятным и неприятным. Все происходящее вокруг, напрямую оказывает на него свое воздействие. На него влияет погода, у него случаются перепады настроения, кто-то что-то сказал, кто-то как-то по-особому на него посмотрел. Такие мелочи способны влиять на человека который принимает себя за тело и разум. В отличии от мудреца, который не имеет ни малейшего повода быть затронутым ничем из преходящего. Будь это приятным или неприятным. Оно приходит и уходит, подобно волнам которые появляются и пропадают. Он знает себя как Сат-Чит-Ананду, к которой происходящие события не имеют никакого отношения. В любых условиях он остается неподвижным.

Он не теряет самообладания, он полностью избавился от невежества, которое более не скрывает для него самоочевидную истину. Он смотрит на тот же мир что и обычные люди, но видит и понимает его совершенно по-другому. Все проходящие образы и объекты не могут от него закрыть однажды узnanную

самоочевидную истину. Для мудрого нет приятного и неприятного, все происходящие события он видит такими какие они есть. И поэтому у него нет причин радоваться или огорчаться случающимся иллюзиям. За любой иллюзией он видит блаженство полноты и осознанности, и это виденье у него выходит на первый план. Все остальные имена и формы, приятное и неприятное, становятся для него несущественными.

В отличии от обычного человека, который придает этому огромное значение. Что будет лучше в такой ситуации? Какой объект выбрать? Что будет наиболее приятным для меня? Обычный человек придает реальность внешним видимым именам и формам. В отличии от мудрого, который видит реальность совершенно в другом. Он знает себя не как иллюзию, он знает себя как основу любой иллюзии. И это не какой-то холодный и бездушный абсолют, это живое и существующее сознание полное блаженства.

ये हि संस्पर्शजा भोगा दुःखयोनय एव ते ।

आद्यन्तवन्तः कौन्तेय न तेषु रमते बुधः ॥ २२ ॥

ye hi saMsparzajA bhogA duHkha-yonaya eva te |  
Ady-antavantaH kaunteya na teSu ramate budhaH || 22 ||

*Ибо наслаждения, порожденные контактом (чувств с объектами),  
приносят только страдания,  
они имеют начало и конец, О Арджуна.  
Мудрый не ищет в них радости. (5.22)*

Разум и интеллект такого человека не привязаны к контактам с внешними объектами. Внешние объекты — это область ответственности органов чувств. Это то что можно воспринять на слух, или увидеть с помощью глаза. Это то что можно понюхать, попробовать на вкус и пощупать. Мудрый не привязан к тому с чем соприкасаются органы чувств. Он не стремится к удовольствиям от объектов, и благодаря этому он обретает счастье, которое находится внутри него. Обычно человек считает, что счастье находится во внешних объектах. Вот я наконец то получу квартиру, куплю себе новую машину с кондиционером, и вот тогда то я уж точно стану счастливым! Но вот наступает момент, и человек получает все это, и оказывается, что счастье от обретения этого длится всего лишь краткий момент, и затем у него снова возникают новые желания.

И тут очень важно заметить, что ситуация в которой человек обретая желаемое и не обретает счастья — это не исключение, а правило. Это закон. Закон гласит,



что счастье в ограниченных объектах, также будет ограниченным. И даже если миллион раз чего-то достигать, то человек будет просто на просто миллион раз получать искорку счастья. Бег в колесе самсары будет продолжаться ровно до тех пор, пока человек будет надеяться на обретение счастья посредством достижения каких-то объектов.

**Для того чтобы можно было начать процесс настоящего решения этой проблемы, ее нужно сначала заметить, и задуматься о методах и целях которые я ставлю перед собой. Для того чтобы получить истинное счастье, а каждый человек на самом деле стремится к безусильному счастью которое будет всегда вместе с ним, и которое его никогда не покинет, нужно задуматься о том, в чем оно может состоять, а в чем нет. Какие методы меня могут привести к его обретению, а какие методы меня в принципе не приведут к нему никогда?**

Нужно заметить это, замедлится, и изменить свой подход. Не нужно стремиться к каким-то особенным объектам, или стремиться к ним как-то по особенному. Нужно подумать, послушать мудрых, затем еще раз подумать по поводу услышанного, и прожить то что ты понял, как верное. Именно таким должен быть правильный подход. Человек сделавший это, неизбежно осознает себя источник как всего существующего счастья. И это источник блаженства не только внутри меня, это тот источник, который отражается во всех объектах, давая иллюзию того что счастье находится в этих объектах. Но как оказывается, я сам являюсь этим блаженством, я сам есть тот свет который разбрасывает отражение. Когда я понимаю это, отражения блаженства теряют свою власть надо мной, и я больше я не завишу от них, они не лишают меня покоя, я не обманываюсь ими. В обычном понимании счастье это нечто преходящее, а блаженство — это то было, есть, и будет всегда. Но пользоваться им, и ощущать его, мне ранее мешало невежество.

Теперь же я избавился от него, и препятствие которое мне ранее мешало быть единым с блаженством, отсутствует. Счастье это нечто преходящее, а блаженство — это то что есть всегда. Блаженство — это знание себя как источника любого удовольствия. Сат-Чит-Ананда это не холодный и безличностный Абсолют, это живое, теплое и сознательное счастье, которое никогда не покидает узнавшего его. Он не может его уменьшить или увеличить, он не может его никак модифицировать, он сам является источником этого непреходящего безграничного блаженства. Ограниченное счастье — это лишь отблески этого источника. До обретения знания человек гонялся за ним, но сейчас узнав оригинал, ему больше не интересны эти отблески. Мудрый человек знает свою природу как источник любого ограниченного счастья в этом мире. Но нужно понимать, что и ограниченный человек, и мудрец, имеют одну и ту же природу.

Но человеку ограниченному, познать ее мешает невежество и устремленность во вне, к внешним источникам, и соприкосновениям с объектами.

Поэтому и необходимо оставить стремление к внешним объектам. Но как это сделать? Это делается с помощью понимания и следования словам мудрых. Поставь себе цель узнать не зависящий ни от чего источник блаженства в самом себе. Этот источник никак не зависит от внешних объектов, более того, он находится задолго до них. Человек понимающий это, человек не привязанный к контактам с внешними объектами, называется человеком сосредоточенным на Брахмане. Такой узнавший не может отвести от него взгляда. Знающий человек постоянно сосредоточен на блаженстве которое есть он сам.

Радость получения удовольствия от объекта понятна даже ребенку, который легкостью совершает эту ошибку, в последствии кажущуюся ему совершенно естественной. Видя желаемое в объекте, он не понимает что такое наслаждение всегда связано с болью и разочарованием, он не в состоянии заметить его преходящую природу. **Обретая радость от наслаждения объектом, будь уверен, что в следующее мгновение ты потеряешь ее! Удовольствие и счастье, всегда и неизбежно связано с несчастьем!** Но в первой половине твоей жизни, это не кажется проблемой.

Наслаждение, получаемое от обладания совершенно любым объектом, обязательно когда-то заканчивается. И способа продлить его, не существует! За ощущением удовольствия, неизбежно следует ощущение неудовольствия, боль потери и страдания. На уровне мира доступно только такое удовольствие. А блаженство которое ощущает мудрый, это блаженство совершенно другого уровня. Оно непрерывно и бесконечно. Оно не надоедает и не прекращается. Оно не вызывает чувства пресыщения. Это совершенно другой уровень наслаждения, не связанный с удовлетворением желаний.

В Тайтирья упанишаде есть очень хорошая градация счастья. Например умный, молодой, обеспеченный и воспитанный человек, император, обладающий всевозможной властью в этом мире, принимается за единицу счастья. Следующий, стократный этому уровню уровень счастья, это уровень гандхарвов-небожителей. Им доступны более тонкие уровни удовольствия, которые в земном царстве даже и невозможно себе вообразить. Следующий уровень, который стократен уровню гандхарвов-небожителей, это уровень того кто изучил все Веды, и открыл источник счастья в самом себе. Следующий уровень — это уровень райского блаженства. Дальше перечисляются уровни различных Божеств, уровень Индры, уровень Брихаспати, и уровень творца вселенной Праджапати. Но выше всех этих уровней, блаженство Брахмана. И каждый их

этих уровней доступен тому кто осознал себя как Брахмана. Все небесные удовольствия различных уровней и степеней включены в блаженство Брахмана. Потому что все ограниченное, так или иначе пребывает в безграничном. Это как блаженство которое доступно младенцу, становится совершенно неактуальным и не реальным для взрослого, с его уровнем доступности наслаждений. Он вырос из них, но они доступны ему, хотя он на них и не обращает внимания. Потому что он наслаждается чем-то другим, чем-то гораздо большим.

И точно так же, обретая безграничное счастье, я не теряю счастье ограниченное. Оно просто уменьшается и становится настолько маленьким, что кажется нереальным. Все удовольствия от ограниченного больше не относятся ко мне, они относятся к моим органам чувств, которые тоже реальностью не являются. Сосредоточенность на объектах и их удовольствиях, исключает возможность узнать источник любого блаженства в себе самом. Если ты устремлен к ним, и полностью сосредоточен на них, ты никогда не откроешь блаженство в самом себе. Именно поэтому, для того чтобы узнать себя как безграничность, рекомендуется оставить привязанность к внешнему. Градация счастья, данная нам Упанишадами, позволяет представить насколько мало счастье которое доступно человеку, посредством наслаждения объектами и знанием себя как бесконечности.

Карма йогин перестает быть зависимым от исполнения желаний, он учится получать удовлетворение в процессе действия, вне зависимости от обретаемого результата, который он отдает Высшему. Таким образом, он не откладывает свое счастье на потом, он учится быть счастливым здесь и сейчас. Счастье, которое находится где-то там, в будущем, это иллюзия. Счастье никогда не было как в будущем, так и в прошлом. Счастье может быть только в настоящем. Прямо сейчас. И это становится возможным только когда ты перестаешь надеяться на будущий результат. Находясь в таком состоянии, разум пребывает в настоящем, и получает от этого удовольствие. Не убегая в будущее, и не проваливаясь в прошлое.

Это и есть процесс духовного взросления. Чем больше ты свободен от желаний и отвращений, чем больше ты не привязан к внешним объектам, тем больше ты можешь наслаждаться жизнью. Именно тогда начинает замечаться цветок, улыбка, солнце, ветер, и еще так много всего из того что было тобою ранее пропущено, когда ты был ведом страстями. Карма йога позволяет очистить разум, и освободиться от зависимостей, желаний и отвращений. Человек свободен ровно в той мере, в какой мере он не привязан к внешним объектам, и равно пропорционально этой свободе, ему становится доступным более постоянное, или менее постоянное счастье.

Блаженство никогда не приходит и не уходит, оно никогда не надоедает и не меняется. Оно неизменно, и при этом оно постоянно поворачивается к тебе различными гранями. Я наслаждаюсь тем что есть, тем что реально. И тот, кто осознает свою природу, из ограниченного мира, переходит в мир безграничный. Он понимает, что все приятное и неприятное, это всего лишь проявления на уровне объектов. Он понимает, что он сам есть потенциал для возникновения любых понятий и идей. И поэтому приятные и неприятные ситуации его не затрагивают. Я не деятель, я не наслаждающийся, у меня нет возможности и необходимости чего-либо желать! Нет привязанности и ненависти к чему-то другому. Это блаженство знания себя как основы всего, и путь к этому безграничному блаженству, которым являюсь я сам, возможен только с помощью понимания. И первым шагом на пути к этому, будет удержание органов чувств с помощью понимания от внешних объектов.

ОМ рUrNam-adaH рUrNam-idaM рUrNAt-pUrNam-udacyate |  
рUrNasya рUrNam-AdAya рUrNam-eva-avaziSyate ||  
ОМ zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

## Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати

### 169 Глава 5 Шлока 22

bAhya-sparzeSv-asakta-AtmA vindaty-Atmani yat-sukham |  
sa brahma-yoga-yukta-AtmA sukham-akSayam-aznute || 21 ||

*Тот, кто не привязан к контактам с внешними объектами,  
обнаруживает то счастье, что пребывает внутри.*

*Он, сосредоточенный на Брахмане, обретает непреходящее блаженство.*

*(5.21)*

Под понятием “объект”, эта шлока подразумевает весь воспринимаемый на плотном и тонком уровне мир. Наслаждение объектами на тонком уровне, это наслаждение мыслями и фантазиями. Мудрый не привязан к этому в силу очевидности того что внешние объекты не могут принести счастья. Но обычный человек никак не может расстаться с надеждой найти счастье вовне. Ему кажется, что он уже вот-вот достигнет его, но на пути встретилось какое-то небольшое внешнее препятствие, которое с легкостью можно устранить. Но нет, счастье снова ускользает от него, и он считает, что уж в следующий то раз, обязательно все сложится в его пользу.

Им не замечается что дело на самом деле в принципиальной невозможности обретения счастья вовне с помощью действий и объектов. И для того чтобы начать процесс настоящего решения проблемы, необходимо заметить, что невозможность достигнуть абсолютного счастья в мире, что это не везение и не случайность, а это закономерность. Счастье обрести с помощью объектов невозможно. Поэтому необходимо заметить существование этой проблемы, и замедлить свой бег в самсаре. Если такому человеку повезет, он поймет что для того чтобы разобраться в этом вопросе, необходимо обратиться к мудрому, чтобы затем размышлять и проживать сказанное им. Понимание слов мудрого ведет к обретению знания самого себя, к тому что я и есть само блаженство. Это совершенно невероятное открытие.

То счастье которым я узнал себя невозможно потерять, его невозможно улучшить, оно не зависит ни от каких ситуаций, оно не надоедает, оно всегда со мной. Потому что это моя природа. Моя природа никогда не будет вызывать во мне никаких противоречий, и мне не требуется никаких усилий для того чтобы быть ей. Все то что соответствует моей природе, не вызывает никакого возмущения, и желания избавиться от него. Познав себя как блаженство, разум и интеллект более не захотят отвлекаться на то что не является ими, они больше никогда не погрузятся в страдания, они всегда будут устремлены к источнику

счастья и наслаждений. Блаженство Брахмана — это блаженство совершенно другого уровня. Это блаженство непрерывное и не надоедающее. Оно не зависит от наличия или отсутствия каких-то объектов, и на него можно положиться абсолютно всегда. Оно никогда не обманет и не предаст, оно никогда не пропадет в самый и неожиданный момент. Оно всегда будет с тобой, с ним ничего не случится

Это блаженство превосходит любую способность разума его вообразить. Потому что разум может вообразить лишь только что то объектное. Он может обратиться к памяти, и вспомнить свое самое большое удовольствие, чтобы затем сравнить его с этим. Но то что превосходит любые описания, он вообразить не может. Принципиально не может! Поэтому понятия о таком огромном блаженстве у него нет, оно попросту превосходит человеческий разум. В это бесконечное, не имеющее конкретной формы, и не зависящее от конкретного объекта который имеет форму, включены все мирские наслаждения. И человека который знает его, объектные удовольствия более не привлекают. Он перерос их.

Мудрый знает свою природу как источник любого блаженства. Он сам и есть это блаженство, которое отражается в различных объектах, это и есть то что привлекает нас в них. То, что кажется нам искрой счастья в этих объектах, это наше собственное отражение. Именно поэтому объекты и привлекают нас. Человек хочет быть полным, он всегда стремится к своей нераздельной природе, к бесконечности которой он сам и является. Но зачастую, он не понимает метод с помощью которого к этому можно приблизиться, и поэтому использует не рабочие схемы. А когда ты используешь не работающие методы, к успеху ты не придешь. И поэтому поиск во внешнем мире продолжается и продолжается. Он никогда не будет остановлен нахождением чего-то во вне. Он завершается только когда человек приостанавливает его, и начинает искать совсем в другом направлении. Это случается только тогда, когда человек останавливается и начинает смотреть вовнутрь. То как это делать, ему должен объяснить мудрый человек, потому что даже заглянуть вовнутрь себя обычный человек не умеет.

Для перенаправления внимание своего разума, его необходимо сделать чистым и неподвижным. Подобное очищение начинается на уровне карма йоги. Карма йога — это обращение к Высшему, к Тотальному, к Божественному. И само это обращение уже дает намного больше чем ограниченное счастье от объектов. Когда человек открывает для себя это наслаждение обращения к Высшему, когда он понял, что это гораздо больше чем любое наслаждение от объектов, всматривайся в него и пытайся понять, что же это такое светит на тебя снаружи? Оказывается, что это отражение того что внутри. И когда это

осознается, не остается ни внутри ни снаружи, потому что само разделение на внутри и наружу, это проекция разума.

Таков процесс духовной эволюции. Когда человек постепенно начинает отвлекаться от объектов, и обращаться ко все более и более тотальному, это похоже на процесс роста ребенка. Ребенок растет и становится все менее зависимым от родителей. Так и здесь, искатель постепенно растет, и становится все менее и менее зависимым от объектов, обнаруживая все более и более тотальные принципы, на которые можно опираться. А когда ты перестаешь быть зависимым от желаний и отвращений, твое счастье становится постоянным, полным и неизменным. По мере отказа от опоры на объекты, ты опираешься на все менее приходящее, и открываешь для себя все большую истину. А абсолютное постоянство достигается тогда, когда ты узнаешь свою собственную природу безграничности, Брахмана, и осознаешь, что она не может тебя покинуть, потому что это ты и есть.

И на этой шлоке кончается тема джняна йоги, которая является главной темой пятой главы. Пятая глава называется йога отречения от действий, карма саньяса йога. До сих пор мы говорили об описании мудрости познавшего, а теперь Кришна постепенно переходит к описанию садханы. Он объяснит нам то, что необходимо для самопознания.

ye hi saMsparzajA bhogA duHkha-yonaya eva te |  
Adu-antavantaH kaunteya na teSu ramate budhaH || 22 ||

*Ибо наслаждения, порожденные контактом (чувств с объектами),  
приносят только страдания,  
они имеют начало и конец, О Арджуна.  
Мудрый не ищет в них радости. (5.22)*

Мудрый не ищет удовольствий от контактов органов чувств с их объектами. Почему так происходит? Потому что он понимает, что они имеют начало и конец, следовательно, они приводят только к страданию. Контакт желаемого объекта с органом чувств приводит к ощущению краткого удовольствия, которое неизбежно заканчивается ощущением страдания. Даже если объект приятен, то необходимо выполнить множество условий, в которых этот контакт приятен. Для того чтобы получить его, приходится трудиться. А на приложение усилий тратится невозобновимый ресурс в виде времени и сил. Человек ограничен, и усилия его так же ограничены, он не может насладиться всем сразу. И если ты выбираешь насладиться чем-то одним, это значит, что ты не можешь насладиться чем-то другим. У тебя попросту не хватит на это сил и времени.

Получение желаемого это всегда обмен. Ты меняешь деньги, усилия, или время на что-то другое. Ты всегда что-то теряешь, и что-то обретаешь. Каждое обретение желаемого, это потеря чего-то другого. В любом наслаждении уже заложена и потеря, и отказ от других наслаждений. Потому что ты не можешь наслаждаться сразу всем. Каждое обретение связано с потерей. То, что тебе нравится сейчас, тебе может перестать нравиться потом. То, что дает удовольствие одному, может с легкостью не подойти другому. А это означает, невозможность опереться на опыт другого человека. Ты не можешь понять что же даст максимальное наслаждение, анализируя опыт других. Человек вынужден сам пробовать то одно, то другое. Он должен перебирать наслаждения, которые раз за разом не оправдывают его ожиданий.

И даже в краткий миг контакта, не только объект должен идеально соответствовать моим представлениям о нем, но и органы чувств с разумом должны быть в полном порядке для его восприятия. Иначе правильного контакта попросту не получится. На вид что-то может быть прекрасным, но вкус у него может быть совершенно отвратительным. И тогда органы чувств будут конфликтовать между собой. Органу зрения нравится, а органу вкуса нет. Также, ты можешь устать от наслаждений, у тебя может поменяться настроение, и может захотеться совсем другого. Даже противоположного! Получив то что ты так страстно желал, ты можешь разочароваться в нем. И это происходит раз за разом. Краткое ощущение удовольствия быстро сменяется раздражением и апатией. А в момент наслаждения казалось бы все было идеально, но и тут тебя настигают мысли о том что это пройдет. И получается, что ты даже в процессе наслаждения не можешь насладиться. Удовольствия, которое не было бы смешано со страданием, в этом мире нет.

Появление желаемого, говорит о том, что мне чего-то не хватает, и я чувствую себя ограниченным. Ощущение себя ограниченным, это уже страдание. Когда тебе для счастья нужно что-то еще, это уже страдание. В процессе достижения вожеленного объекта, ты снова испытываешь страдания, потому что тратятся усилия, и идет постоянный размен. В процессе которого постоянно приходится отказываться от чего-то другого. Затем наступает краткий миг удовольствия смешанного с ограничением, а когда контакт органа чувств с объектом прекращается, наступает чистое страдание. Обрести желаемый объект сложно, но еще сложнее сохранить его! Очень болезненно потерять то что имеет начало и конец, потому что оно не способно надолго осчастливить тебя. Все в мире манит ощущением счастья, но не исполняет своего обещания. Да и обещания то никакого нет, я сам себе нафантазировал его!

Вместо того чтобы задуматься о том почему я придаю такую важность объектам, почему я ожидаю неизменности от того что по своей природе изменяемо,



человек начинает менять обстоятельства. В жизни постоянно происходят встречи и расставания. Это случается не только с не живыми объектами, но и с людьми. Это случается с друзьями, с родственниками, с любимыми. Все это достаточно случайные встречи, происходящие под влиянием тотальных сил. Встретившись, два объекта могут воскликнуть, О! Это встреча всей моей жизни! Это мой любимый человек! И под влиянием этих чувств создается семья, рождаются дети. Но спустя какое-то время, ветер дует в другую сторону, и человек меня или бросает, или умирает. Становится весьма очевидным, что контакт органа чувств с любым из окружающих меня в этом мире объектов временный, и лучшим для человека будет задуматься о природе этого контакта, чтобы понять откуда на самом деле приходит счастье.

Глупо ожидать, что приятный контакт будет продолжаться длительное время, и что неприятных контактов в жизни встречаться не будет. Шанкара говорит, что в мире нет даже аромата счастья. Человек, который долгое время был не чувствителен к тонким страданиям, которые постоянно сопровождают любое из испытываемых им удовольствия, поначалу может считать что страдания это обязательная часть жизни. Но для того, кто понял что избежать страданий сопряженных с удовольствиями в этом мире невозможно, появляется шанс задуматься, после чего еще множество шагов должно быть сделано для того, чтобы понять где на самом деле находится источник счастья.

Человека повсюду в этом мире окружают страдания, и даже если никто ему не мешает, то страдания приходят изнутри. Это могут быть болезни, волнения, отвлечения на какой-то внутренний раздражитель, голод или жажда. Это адхьятмика страдания, источник которых находится внутри моего физического тела. Страдания адхибхаутика, это страдания происходящие от внешнего мира, от существ, или от различных ситуаций возникающих вокруг меня. Шумные соседи, начальник сделал выговор, гости не вовремя пришли, дождь со снегом, или комары укусили. Адхидейвика страдания, это страдания которые не зависят от человека, и его окружения. Это некие глобальные процессы которые происходят свыше. Наводнение, землетрясение, войны, метеориты, глобальные изменения климата. Все это тоже способно приносить страдания. Получается, что счастье и страдания это две стороны одной и той же монеты. Но человек упорно не согласен с одной из этих сторон!

Но стоит только остановиться и начать размышлять, сразу же становится очевидным, что страдание — это непосредственный результат того что разум дает оценку тому что приятно и неприятно, тому что желательно и не желательно. Счастье и не счастье заключаются не во объектах, а в разуме который развешивает ярлыки. Необходимо задуматься о целесообразности этих оценок, и взглянуть на мир таким какой он есть на самом деле. Первым шагом на пути к

этому будет понимание природы проекции, и природы субстрата на который эта проекция накладывается. В процессе размышления над этим, появляется естественное бесстрашие. Духовный искатель не ищет наслаждений среди объектов, он хочет понять саму основу счастья, он хочет понять что такое объект, а что такое отражение наслаждения в нем. Он хочет понять то что является причиной всех отражений и объектов. Духовный искатель не бежит от объектов в испуге, потому что они вызывают боль и страдания, он спокойно и бесстрашно пытается исследовать их природу.

Для того чтобы полностью избавиться от проблемы, необходимо ее понимание, и искреннее желание избавиться от обусловленности. Нужно обрести стремление найти неизменную истину, которая не будет иметь начала и конца. Поняв что в самсаре нет даже аромата счастья, нужно постепенно начать забирать органы чувств от иллюзорных объектов. Простой отказ от них не будет верным решением, потому что он вызовет проблему пустоты и одиночества, где я буду скучать о вещах и отношениях. Почему это происходит? Потому что я не нахожу опоры в самом себе, и мне требуется поддержка от внешних объектов. Отказ от объектов должен происходить на основе понимания. Я должен понять чего я хочу, и что собственно происходит при желании объектов? Поняв это, можно научиться быть счастливым с самим собой, без помощи внешних объектов.

Ни одно желание не существует ради самого желания. Мы желаем не для того чтобы это желание продолжалось, а для того чтобы обрести желаемое. Когда это происходит, желание пропадает, и наступает момент счастья, которое заключено не в обретенном объекте, оно исходит изнутри человека. Если разум человека устремлен вовнутрь и не рыскает от объекта к объекту, тогда он пребывает в своем источнике. И именно это и дает ему ощущение счастья. Тогда мне не надо ничего менять, и не надо ни к чему стремиться. Такое ощущение длится до тех пор, пока не появится следующее желание, выводящее мой разум из равновесия, и он опять устремляется к следующему объекту. Не обратив внимание на то что счастье находится внутри. О сын Кунти! Мудрый не ищет радости в объектах, он знает источник счастья, он познал бесполезность стремлений к мирским удовольствиям. Он устремлен к Высшему счастью, которое достигается только посредством понимания.

Наслаждения объектами — это удел глупых существ. Шанкара в своем комментарии говорит, что стремление к объектам наблюдается у животных которые вследствие своей природы не обладают различением, и оно совершает естественную ошибку видя наслаждения в чем-то внешнем. Поступая подобным образом, человек становится на один уровень с животным, хотя в отличии от него, у него есть возможность об этом задуматься, и вырасти из таких простых

погремушек. Мудрый отказавшийся от наслаждений объектами, пребывает в естественном блаженстве и гармонии. Он может наслаждаться объектами, но он не привязан к ним. Он обрел внутреннюю полноту. У него все есть, ему всего хватает, он отдал зависимость от внешнего, и он получил гораздо больше чем окружающие его люди. Он получил то что превосходит собой все.

Стремление к наслаждениям — это болезненная проблема, являющейся большим препятствием на пути к освобождению и осознанию наивысшего блага. Потому что разум или устремлен в мир раздельностей и объектов, или же он старается понять его основу. Или-или. Разум не может быть одновременно устремлен и туда, и сюда. Серьезное исследование своей природы, требует понимания того что бесполезно искать счастья и наслаждений во вне, и полагаться на них. Такое понимание требует зрелости и размышлений. И совмещен такой поиск внутри, со стремлением насладиться в мире, быть не может. Стремление наслаждаться миром всегда будет связано с понятиями о желаемом и не желаемом. А стремление осознать природу самого себя, превосходит как желаемое, так и не желаемое. Это совершенно другой уровень.

Стремление полагаться на приятное и неприятное, должно быть превзойдено с помощью понимания. А потом это понимание еще больше затачивается для того чтобы осознать самые тончайшие истины, которые превосходят не только понятия о приятном и неприятном, но и все понятия о я и мое. Стремление к удовольствиям от внешних объектов, это большое препятствие на пути к освобождению, которое само по себе никогда не проходит. Необходимо думать и размышлять над тем, что во внешнем мире нет даже аромата счастья. Там есть только отражение, и солнечные зайчики.

*Ибо наслаждения, порожденные контактом (чувств с объектами),  
приносят только страдания,  
они имеют начало и конец, О Арджуна.  
Мудрый не ищет в них радости. (5.22)*

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

ye hi saMsparzajA bhogA duHkha-yonaya eva te |  
Adu-antavantaH kaunteya na teSu ramate budhaH || 22 ||

*Ибо наслаждения, порожденные контактом (чувств с объектами),  
приносят только страдания,  
они имеют начало и конец, О Арджуна.  
Мудрый не ищет в них радости. (5.22)*

Контакты органов чувств с объектами, могут быть как приятными, так и неприятными. Но даже приятные контакты, неизбежно приводят нас к страданиям. Потому что это контакт одной ограниченности с другой ограниченностью. Органы чувств в своей способности ощущать наслаждения ограничены, равно как ограничен и объект своей способностью давать наслаждения органам чувств. Достаточно большое количество условий должно совпасть, чтобы контакт даже с желательным объектом дал хоть какой-то аромат наслаждения. Назвать счастьем такой момент достаточно сложно, потому что это мгновение очень кратко, и неразрывно связано со страданием. Для того чтобы получить желаемый объект, нужно очень сильно постараться, нужно потратить время и усилия на приведение в соответствие всех необходимых условий для этого наслаждения. Потом следует краткий миг удовольствия, за которым неизбежно приходит страдание от того что этот миг очень быстро прошел.

Это как несколько часов готовить к праздничному столу сложное и изысканное блюдо, затем пригласить гостей, и в течении нескольких минут съесть все то что готовилось полдня. Затем напиться, поругаться с друзьями и соседями, перебить посуду и заснуть лицом в салате. А утром наскоро прибравшись бежать с больной головой на работу, где тебя ждет не готовый отчет, и злой по этому поводу начальник. Вроде бы и удовольствие было, но где и в какой момент оно закончилось, и почему же так тошно сейчас? Совершенно не ясно. Так будет ровно до тех пор, пока ты не начнешь размышлять о том где же на самом деле находится счастье, в чем оно состоит, и могут ли внешние объекты дать его мне? На самом деле каждому хочется счастья постоянного, и чтобы оно никогда не проходило, чтобы с ним никогда не расставаться, чтобы кончились не-счетные желания, и наконец то стало хорошо насовсем.

Пока что-то желается, человек будет ощущать что ему чего то не хватает, и он никогда не будет находиться в состоянии счастья. Он хочет не желать, он хочет чтобы у него все было, и он хочет чтобы ему больше ничего не хотелось. И самое главное, чтобы для этого не нужно было прилагать усилий. Постоянное и безуильное счастье — это цель любого человека. К этому стремится абсолютно каждый. Но дело в том, что эта цель преломляясь в сознании людей искажается, и человек начинает считать, что счастье напрямую связано с его достижениями в окружающем мире. Кому-то не хватает машины, а кому-то не хватает власти над всем человечеством. Кому-то жемчуг мелок, а кому-то борщ пустоват. И тот, и другой, очень редко задумываются, а могут ли вообще, в принципе, объекты сделать меня счастливым?

При условии, что вопрос поставлен правильно, на него можно найти ответ. Проблема в том, что люди обычно даже не могут правильно сформулировать вопрос, на который они ищут ответ! И не удивительно, что они всю жизнь не могут понять, что же им нужно на самом деле. Они не только не понимают что им надо, но они так же не понимают как этого добиться. Но если вопрос корректно сформулирован и правильно поставлен, то становится очевидным, что моя цель — это постоянное счастье, которого добиться путем достижение ограниченных объектов невозможно. В силу ограниченности этих объектов!

Все что имеет начало и конец, не способно осчастливить человека надолго. Сила майи проецирует счастье там, где его нет и никогда не было. Она дает лишь иллюзию счастья. Не видя подвоха, человек ищет счастье вовне, и постоянно испытывает горечь разочарования. Очень редкие люди направляют свой поиск на обнаружение причины всего. **Хотя казалось бы логика очень проста, обращаться нужно не к следствиям, а к причине от которой следствие наследует признаки желаемого.** Где находится источник всего счастья? Если вопрос поставлен таким образом, он решаем. В этом нам поможет философия.

Чем больше человек устремлен вовне, тем меньше он способен заметить проблему, тем меньше у него возможности обратить свое внимание на нее, и начать ее решать. Кришна прямо говорит нам, что совершенно бесполезно искать счастье в мире, но в этом каждый должен убедиться на собственном опыте. Необходимо научиться наблюдать и делать выводы. Необходимо учиться как на своем примере, так и на примере множества людей, которые меня окружают. Ведь они точно так же ставят цели, и точно так же достигая их, и не получают счастья вовне. Причин, причем очевидных причин, этому множество. То часов в сутках не хватает, то лето заканчивается, то годы бегут, то болезни приходят, то друзья умирают, и дети не слушаются.

Если я отдельно, и наслаждения в мире отдельно, то проблема непостоянства счастья неразрешима. Потому что в таком случае, это одна ограниченность пытается получить счастье от другой ограниченности. Одно ограниченное, в сумме с другой ограниченностью, безграничного счастья дать никогда не сможет. И пока я увлечен объектами, мне будет не хватать времени для того чтобы остановиться и подумать о том, что является моей целью, к чему же я на самом деле стремлюсь? Что является природой окружающих меня объектов? Что является природой меня самого, и природой всего мира? У меня не хватает времени остановиться и подумать об этом.

Но если ты замедляешь свой бег за объектами, и начинаешь размышлять, ты очищаешь свой разум и выходишь из замкнутого круга самсары. Поняв что в самсаре нет даже аромата счастья, ты забираешь свои органы чувств от иллюзий объектов с помощью понимания. Ты вырастаешь из надежд на объекты, и из состояния неразумного существа, которого влечет к этим объектам. Таким образом, ты начинаешь культивировать в себе качества человека разумного, и процесс с положительной обратной связью начинает раскручиваться в другую сторону.

zaknoti-ihaiiva yaH soDhuM prAk-zarIra-vimokSaNAAt |  
kAma-krodhodbhavaM vegaM sa yuktaH sa sukhl naraH || 23 ||

*Тот, кто способен обуздать силу, порожденную желанием и гневом,  
прямо здесь, до освобождения от тела,  
является карма-йогом. Он – счастливый человек. (5.23)*

Карма йог, этот тот кого можно назвать настоящим человеком. Все остальные могут выглядеть как человек, но в полном смысле человеком не являются. Потому что человек этот тот, кто может обуздать силу, которая порождена желанием и гневом. И может это сделать прямо здесь, в этом мире, еще до освобождения от тела. Смерть здесь обозначена пределом, потому что любой человек живущий в этом мире, будет ощущать на себе силу порожденную желанием и гневом. А человек способный победить ее до того, как освобождается от тела, он карма йогин, и после смерти тела, у него этот вопрос вообще не стоит. Но в течении жизни человек не должен расслабляться. Он должен помнить, и обращать внимание на постоянно проявленную силу, которая возникает благодаря множеству причин из прошлых жизней. Желание — это страсть к объекту, в котором видится источник счастья. Почему какой-то объект желается мной?

Потому что обладание каким то объектом ранее, закрепилось во мне в качестве положительно воспоминания источника счастья. Объект который я желаю, обязательно должен быть доступен органам чувств. Я должен знать о нем или

непосредственно, или же слышать о нем от других людей. Потому что желать что-либо, о чем ты не имеешь представления, невозможно. Получается, что до тех пор, пока твои органы чувств или разум не соприкоснулись с объектом, желание этого объекта возникнуть не может. Такая же логика верна для гнева или чувства отвращения, по отношению к какому-либо объекту. Отвращение — это оборотная сторона желания. Страдание может быть вызвано только тем что тобою когда-то было прочувствовано, или вспоминается как источник неприятностей. Желание или отвращение не может возникнуть без контакта с объектом. Если ты не знаешь, не видишь, не слышишь и не помнишь, то эти реакции невозможны.

Кама и кродха, страсть и гнев, всегда происходят из одного и того же заблуждения. Это заблуждение, что мир мне может дать как счастье, так и несчастье. Ничто временное на самом деле не может дать мне постоянного счастья, или постоянного страдания. Если бы счастье или несчастье было заключено в самом объекте, то один и тот же объект нравился бы всем, или был бы отвратителен для всех одинаково. Если бы счастье или несчастье было заключено в самом объекте, то отношение к нему всех остальных людей, было бы абсолютно одним и тем же. Но очевидно, что то что нравится одному, может заставить злиться и страдать другого. Поэтому становится ясно, что радость и страдания не находятся в мире, они находятся внутри нас самих. Это очень простое наблюдение, и оно доступно абсолютно каждому, но почему-то, так мало людей обращают на это внимание. Тот факт, что счастье и несчастье зависит от наших внутренних установок, приводит искателя к совершенно другому подходу к жизни.

Но если этого не замечать, то все мои действия будут основаны на неверных заключениях, и что неудивительно, будут приводить к неверным и непостоянным результатам. Сила порожденная желанием, выражается в виде волнения разума и интеллекта. Радость и гнев, проявляются на уровне тела в виде сияющих от восторга глаз, или же от прикушенных в злобе губ. Могут дрожать руки, выделяться пот, раздаваться неконтролируемый смех или же сжиматься кулаки. Это также зависит от личных привычек, и от общества в котором живет человек. Такая реакция показывает, что гнев или радость настолько сильны и неконтролируемы, что затронули разум, и уже проявляются на уровне тела. Желания приводящие к таким последствиям, делают тебя зависимым от объекта желания, и уже не ты имеешь эмоцию, а эмоция имеет тебя. В следствии чего ты становишься беспомощным, не ты живешь в такие момент, а тебя живут.

Но если желания не затрагивают твой разум, у человека не будет причин для волнений, и поэтому желания теряет свою связующую силу, и становятся без-

обидными предпочтениями. Они подобны змеям у которых вырваны ядовитые зубы. Они выглядят точно так же, но укусить и отравить тебя они уже не в состоянии.

Так вот, до момента смерти физического тела, у человека есть возможно победить силу желаний. И эта победа является показателем зрелости человека. Зрелость — это когда человек начинает решать свои проблемы, вместо того чтобы их копить. Ребенок приобретает множество предрассудков не имея сил и возможности с ними разобраться. Он копит установки задаваемые ему обществом, совершенно не подвергая их конструктивной критике. Это ставит его в позицию ведомого, которая неизбежно приведет к множественным конфликтам и проблемам в будущем. Пока он находится в детском возрасте, некоторые из этих установок помогают ему выжить. Он уже знает что пальцы в розетку совать нельзя, что паяльник горячий, что в речке можно утонуть, а дорогу нужно переходить только на зеленый свет.

Но когда он повзрослеет, у него появляется возможность пересмотреть и разобраться с множеством других установок, принятых на веру и не имеющих достаточных оснований чтобы слепо доверять им. Но далеко не у каждого появляется желание сделать это. Сила привычек этом возрасте уже достаточно сильна, и пересмотреть свои базовые установки становится с каждым годом все сложнее и сложнее. А ведь я уже давно не ребенок, я человек который самостоятельно зарабатывает себе на жизнь, я живу своим умом, и по идее давно уже должен был пересмотреть свои детские понятия и установки.

В детстве ребенок не может пересмотреть их в силу отсутствия самостоятельности мышления, в юности он зависим от гормональной эволюционной программы. Но зрелость уже должна ознаменоваться тем, что человек уже наконец то может задуматься, а в чем же смысл его жизни? Где находится мое счастье? Что есть Истина? Если человек об этом не задумывается, что бывает весьма часто, то он продолжает жить как ребенок, и зрелость в его случае не наступает. Он по-прежнему дрожит в экстазе от леденца, и топает ножкой если ему чего-то не купили. Конечно вместо леденца теперь у него что-то другое, но суть проблемы остается той же самой. Переход к зрелости — это пересмотр своих прошлых привычных установок о себе и мире. Я начинаю решать свои накопившиеся проблемы, и тот кто может устоять перед силой порожденной желанием и гневом, тот настоящий йогин, и настоящий человек в полном смысле этого слова.

Путь такого человека начинается с того, что его действия совершаются исходя не из того что ему хочется, а из того что должно. А то что должно, ему подсказывает обращение к Божественным силам. Такой человек не обращается за со-



ветом к своему эго, как он делал всю предыдущую жизнь, он обращается к тотальным законам все больше и больше замечая их, и действуя с ними в гармонии. Без обращения к Богу, победить силу желания и гнева очень сложно, потому что на силе воли ограниченному человеку долго держаться просто невозможно. Обращение к Богу — это первая небольшая ступенька на которую ты можешь взойти и опереться. Затем ты расчищаешь себе следующую и следующую ступень, всходя на которую ты постепенно взрослеешь и развиваешь свое понимание, приближаясь к тотальной истине, которая является основой всего и твоей ограниченной личности тоже.

По мере восхождения по этой лестнице, справиться с силами которые порождены желанием и гневом, вследствие эгоистической позиции в жизни, становится про проще и проще. Чем больше ты обращаешься к тотальному, тем меньше на тебя действуют эгоистические силы, проистекающие из твоего чувства отдельности. Именно обращением к тотальному, ты их и обезвреживаешь. Если ты не хочешь утонуть в самсаре, то ты должен понять, что это твоя единственная опора. Если ты обращаешься к Божественному источнику всех благ, тогда ты можешь отказаться от своего чувства эго. Никто не может отказаться от чего-то, пока не обретет чего-то большего. Обращение к тотальному и дает тебе это большее. У тебя появляется способность отказаться от мелкого и ограниченного индивидуального. Объекты перестают манить тебя, потому что когда обнаруживается океан, ты уже не боишься потерять стакан воды.

Разум хочет осознавать, он хочет пищи, и обращением к тотальному ты даешь ему пищу максимально грандиозную и благородную, увлекшись которой он забывает о мелком и связующем. И тогда желания пропадают естественным образом, а человеком обретает зрелость, он наконец то оставляет свое увлечение погремушками. Победить силу порожденную желанием и гневом, насильственным удержанием себя от них, невозможно! Эта сила побеждается только знанием единства. И причем это постепенный процесс. Чем больше я понимаю, тем больше я избавляюсь от невежества, и тем меньше меня влекут объекты.

Знание единства дает мне спокойствие и умиротворенность, и уже ничто не может вызвать у меня желание или гнев. По аналогии с телом, руки, ноги, глаза, и уши, вроде бы и отдельные части тела, но в то же время все вместе они являются человеком. И если у человека чешется нога, то рука не прося ничего взамен просто тянется, и чешет эту ногу. А если я случайно прикусил язык, или пальцем ткнул себе в глаз, я не наказываю язык и палец. Я сразу же прощаю их. Я не размышляю о том правильно я поступил или нет, потому что и палец, и язык и зубы которыми я его прикусил, это все я. И совершенно естественным образом все то что является мной, я люблю и не спешу с ним расста-

ваться. С точки зрения Атмана все находится во мне, и все играет само с собой. В совершенно любом взаимодействии я нахожусь как с одной, так и с другой стороны. И в виде солнца, и в виде дождя это все я, это все моя природа. Логично, что часть себя я не могу ненавидеть, и гневаться на нее. Зная свою природу, кама и кродха не имеют возможно возникновения. За гневом и желанием всегда стоит представление об отдельности, и предположение что я не там.

Узнавание единого происходит не так, как я отдельный медитатор, узнаю сознание в виде объекта, нет! Индивидуальность просто растворяется и пропадает в этом единстве. Человеком осознается, что я который считал себя отдельностью, есть на самом деле бесконечное сознание, которое всегда было, есть и будет. Отдельная личность узнает свою природу и пропадет. Остается только своя природа, которая растворяется в Брахмане, в тотальном. Когда она узнает его, она становится единым с ним. Ограниченное чувство эго, у которого могут возникать желания, страсти и отвращения, заканчивается и пропадает. Для того чтобы понять это, недостаточно это услышать или прочитать. Необходимо постоянное размышление о предмете, которое должно продолжаться до тех пор, пока понимание этого, не станет моим собственным пониманием. Оно продолжается ровно до тех пор, пока не останется даже воспоминание об отдельной личности.

Но до тех пор, пока я не знаю себя, я подобен собаке в зеркальной комнате. Собаке, которая мечется среди сотен отражений, и бросается на них с лаем. Она обеспокоена и защищает свое, она стремится отомстить обидчику. Но чем больше она это делает, тем яростнее ее атакуют тысячи собак, окружающих ее. Следовательно, поводов для страхов и беспокойств, у нее становится все больше и больше, а шансов увидеть что она воюет со своим отражением, становится все меньше и меньше. Все что меня окружает, это всего лишь мои собственные отражения, в которых я не узнаю себя. Не понимая их, мой разум проецирует на эти отражения какие-то отношения, вследствие чего оно может мне нравиться или же наоборот, пугать. Этим невежеством и скрыта моя собственная природа. Но как же оно видится? Оно видится только в свете сознания, как облака которые скрывают солнце, видны в свете самого солнца. Даже твое невежество и незнание, освещено божественным светом твоей собственной природы. И этот свет самоочевиден во всех своих проявлениях, это то что дает тебе возможность видеть свои собственные многочисленные отражения.

И только человек знающий этот мир как свое собственное отражение, может быть счастливым в этом мире, потому что он знает самого себя. Ему нечего желать и бояться, ему нечего и не от кого защищать, потому что все вокруг это только он сам. А тот кого уносят силы порожденные страстями и гневом, не может быть счастлив, он не может быть спокоен в этой зеркальной комнате в

окружении миллионов отражений. Он слишком зависим от множества факторов, которые провоцируют в нем ответную реакцию, провоцируют страсть, отвращение, страх и гнев. Вокруг него множество источников боли и страдания, а ему доступен лишь малый отблеск счастья, который так быстро проходит! И счастье обретенное йогом ему недоступно, он ударяется головой в окружающие его зеркала, и не понимает что с ним происходит. Такому человеку недоступно блаженство, которое известно тому кто познал свою природу. И вся философия Бхагавад Гиты — это искусство обращения с желаниями и отвращениями. Разобравшись с ними, человек решит все свои психологические проблемы. Начало же этого решения, это обращение к Высшему, это карма йога, описанная в третьей главе.

Пока тело живо и знание отсутствует, нужно быть очень внимательным, потому что желание и отвращение, гнев и страсть, имеют множество разных обликов и возникают снова и снова в разных ситуациях, потому что имеют бесчисленное множество причин. Пока отражение вокруг тебя реальны, каждое из них это потенциальный источник проблем. Невозможно победить эту силу страсти и отвращения один раз, и расслабиться. Эти силы возвращаются пока невежество не будет полностью разрушено. Поэтому до освобождения от тела надо быть очень и очень внимательным. Освобождением можно назвать как физическую смерть тела, так и просветление, когда происходит освобождение от неверного отождествления с ним.

У каждого из нас есть все необходимые инструменты для понимания и освобождения. Есть тело, есть голова, есть руки и ноги, чтобы донести это тело до стола. Руки чтобы включить компьютер, и послушать очередную лекцию. У каждого из нас есть разум, для того чтобы различать и понимать. Это самый важный инструмент данный каждому из нас, но зачастую за этим инструментом не ухаживали, и не проверяли его работу. Вот сейчас самое время для отладки и перезапуска этого прекрасного, и бесплатного инструмента.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

## Бхагавад Гита курс Свами Видьянанды Сарасвати - 171

### Глава 5 Шлока 24

zaknoti-ihaiṅva yaḥ soDhuM prAk-zarIra-vimokSaNAṅt |  
kAma-krodhodbhavaM vegaM sa yuktaḥ sa sukhl naraḥ || 23 ||

*Тот, кто способен обуздать силу, порожденную желанием и гневом,  
прямо здесь, до освобождения от тела,  
является карма-йогом. Он – счастливый человек. (5.23)*

Побеждая силу желания и гнева, карма йог становится счастливым человеком. Как мы уже знаем, карма йога — это первая ступень на пути к освобождению. Уже вступая на этот путь, человек становится счастливым, и счастье в этом случае это не какая-то отдаленная цель в конце туннеля. У вступившего на этот путь уменьшается зависимость от объектов, от ситуаций, настроений, и всевозможных изменяющихся факторов. Мир не может затронуть карма йога, что само по себе способствует увеличению способности быть счастливым. Окончательной победой на этом пути становится узнавание не реальности мира, и узнавание той реальности, которая является основой этой иллюзии. Таким образом, йогин узнает свою природу. Это становится окончательной победой над желаниями и гневом, и достигнув этого, мудрый обретает окончательное блаженство. Это уже будет называться не счастьем, а блаженством. Практикуя карма йогу, человек постоянно получает положительную обратную связь. Он не надеется на какое-то вознаграждение, которое его якобы ожидает в самом конце этой практики, он получает отдачу непосредственно в процессе. Таким образом он становится независимым, и его возможность ощущать счастье повышается.

Отказ от невежественного понятия что счастье находится где-то в окружающем меня мире, это большой и правильный шаг в направлении понимания истины. Совершив его, искатель откалывает огромный кусок от своей уверенности в реальности этого мира. Переставая надеяться на мир, карма йог перестает быть подверженным желаниям, отвращениям и гневу. В поисках реального, он все больше и больше убеждается в нереальности окружающего мира. Этот процесс должен продолжаться до тех пор, пока иллюзия реальности мира не рухнет. Благо в том, что мощь иллюзии так же иллюзорна, и не выдерживает пристального взгляда. По мере того как я исследую ощущение реальности ми-

ра, оно пропадает, в силу своей нереальности. Если внимательно присмотреться, то миф о том что счастье находится где-то в объектах, разрушить весьма просто. Другое дело, что это должно быть реальное, настоящее понимание, а не просто какое-то теоретическое согласие с теоретическими выкладками. Когда же понимание теоретическое, то только я перестаю размышлять на эту тему, как моментально начинаю действовать в соответствии со своими привычками, которые говорят мне что счастье заключается в окружающих меня объектах.

Теоретическое понимание — это когда я все понял, **но как только перестал размышлять и начал жить, жизнь сразу же пошла в соответствии с прошлыми привычками.** Такой человек по-прежнему очень зависит от мира. Не смотря на то что он сидел и думал, не смотря на то что он пришел к каким-то выводам, но он все так же по-прежнему пытается изменить окружающий его мир, чтобы он соответствовал его представлениям о том, что такое хорошо, а что такое плохо. Он по-прежнему смотрит вовне, вместо того чтобы смотреть вовнутрь себя. **Такое понимание не считается пониманием, потому что оно никак не меняет мои жизненные установки, и не влияет на мое мировоззрение.**

Такое теоретическое понимание не может привести к освобождению. Но если я действительно понял что счастье не заключается в объектах, если я понял что искать счастье вовне совершенно бесполезно, тогда мое мировоззрение действительно меняется, и объекты мира меня более не манят. Совершенно честно не манят, и я не пытаюсь удержаться от их привлекательности. В случае возникновения желания, я сразу же способен вспомнить свои выводы, и руководствоваться ими, и менять направление своих мыслей в соответствии с правильным пониманием. Я способен изменить свое мировоззрение, и то как я отношусь к объектам, я способен изменить понимание самого себя, и то как я понимаю где находится счастье, и как его можно достичь. Дело не том чтобы механически отказаться от объектов, а в том чтобы с помощью понимания перерасти власть импульсов желания и гнева. И когда это действительно понимается, появляется настоящий интерес узнать, а где же на самом деле находится счастье и его источник?

Понимание не должно быть теоретическим, оно должно быть непосредственным. Непосредственное понимание, это понимание которым я руководствуюсь в жизни, всегда со мной. И пока сила желаний и отвращений не побеждена, она будет приводит к волнению разума и интеллекта. Это проявляется самыми различным образами, как на уровне физического тела, так и на уровне тела тонкого. Такие волнения искажают понимание человека, что в свою очередь приводит к тому, что желания и гнев способны окрасить его понимание в соот-

ветствии с собой. Если мне нравится какой-то объект, то он мне кажется гораздо красивее и желаннее, чем он есть на самом деле. Так же и наоборот. Если мне что-то не нравится, то разум использует самые черные краски для того что составить образ который возникнет у меня в голове.

Чем больше проявлений желания и гнева, тем больше волнений разума, и тем больше искажения которые влияют на восприятие мира человеком. Эти волнения не дают ему даже возможности обратиться к истине. Когда волнений очень много, то желания и отвращения принимаются за реальность, а то что находится за ними, заметить совершенно невозможно. Желания и отвращения, приводящие к волнению разума и интеллекта, они связывают человека, и делают его зависимым от них, потому что он видит мир как бы сквозь фильтры созданный ими. Таким образом, они управляют твоим виденьем, и поэтому у тебя в руках оказывается совершенно не верная и искаженная картина мира.

Не удивительно, что жизнь которую ты пытаешься вести в соответствии с этой картиной, будет наполнена страданием. Из этого можно сделать вывод, что не ты являешься хозяином своей жизни, а твои желания и отвращения являются настоящими хозяевами ее. Печальная ситуация! И человек у которого картина мира искажена, он даже не способен заметить это искажение, он живет как будто так и надо, не задумываясь о том что это что-то неестественно и неправильно. Он принимает это как само собой разумеющееся, потому что он не знает что можно жить как-то по другому. Но эта шлока говорит нам, что победа над силами желаний и отвращений не только реальна, но это еще и естественный путь истинной человеческой эволюции.

Если этого не происходит, то человек продолжает существовать на уровне ребенка или животного. Без рефлексии, без попыток понять, он живет в своей искаженной картине мира, и не пытается исправить ее. Признаком зрелости является момент, когда человек задается вопросом, а что такое смысл жизни? К чему я устремлен? Какими методами этого можно достичь? И человек не просто задается этими вопросами, а он начинает находить верные ответы на них. Бхагавад Гита указывает на путь естественной эволюции человеческого сознания, с помощью которого искатель приходит к мудрости, чтобы года его жизни приводили не просто к старости как у любого другого живого существа.

Становление на путь карма йоги, это признак зрелости, это признак того что нужные вопросы возникают в моей голове, и на них ищется правильный ответ. Карма йога — это обращение к тотальным Божественным силам в поисках руководства. Не к эго, не к своим желаниям и отвращениям, а к тотальным Божественным законам. И только обращением к высшему, побеждается сила желаний и отвращений, и ослабляется власть эго. Такой подход постепенно от-

крывает путь к пониманию истины, и избавлению от страданий. Победа над силой, которая порождена желаниями и гневом, дает возможность обретения знания, и приближает к пониманию. Когда я знаю Брахмана как основу всего, у меня не может возникнуть желаний или отвращений, потому что все есть я сам. Во всем я вижу себя, я одинаково присутствую во всем. Видимая разделенность мира больше не обманывает меня.

Знающий истину, знает свою Божественную природу, и это Божественное во всем. Он ощущает это единство, он знает его, он избавился от невежества. Именно невежество было тем что приносило ему страдание. Именно невежество заставляло разум волноваться, желать, испытывать гнев и отвращение. Именно желание заставляло его стремиться к одному, и убегать от другого. Избавившись от зависимостей желаемого и не желаемого, человек становится счастливым. И это счастье не зависит от объектов, потому что я сам являюсь этим счастьем. Достижение такого понимания возможно уже в этой жизни. Для этого не надо попадать в рай, или погружаться в приятные сновидения.

Метод понимания дает сама Бхагавад Гита, она указывает человеку на сознательную эволюцию разума и интеллекта, которые должны быть очищены, отточены и настроены до блеска. Именно об этом и говорит Бхагавад Гита. Именно этому она и учит нас на примере Арджуны. Несколько глав назад была описана последовательность того, к чему приводит сосредоточение на объекте.

*Из гнева появляется заблуждение, из заблуждения - потеря памяти,  
из потери памяти - разрушение разума,  
и когда разум разрушен, человек погибает (2.63)*

Поэтому не следует даже начинать этот процесс. Не следует позволять вниманию быть поглощенным внешними объектами. Как это сделать? Это делается с помощью понимания того что счастье не находится в окружающич меня объектах. И если такое понимание присутствует, если к объектами появляется правильное отношение, то объекты могут дать очень много чего. Они могут дать удобства, или же они могут быть использованы для каких-то других целей, но счастья они принести не могут. Поэтому и относиться к ним нужно соответствующим образом. Не нужно от них отказываться, они делают то что они могут делать, и ты можешь использовать их для этого. Но надо понимать, что счастье они не приносят.

Такое понимание позволяет избавиться от воздействий желаний и отвращений. А тот, кто избавился от этих воздействий, становится счастливым человеком уже в этой жизни. И ты тоже можешь себе это позволить. Прямо в этой форме, прямо в этом теле которое ограничено, которое стареет и умирает. Ты

не имеешь отношения к этому телу, поэтому ты можешь себе это позволить. Не смотря на ограничение тела и органов чувств, ты бессмертен, ты не затронут, ты являешься самым блаженством. И даже если в разуме возникает желание, то пусть себе возникает, потому что оно не относится к тебе, и не может сделать тебя счастливым, или наоборот.

При таком понимании, желание становится змеей у которой вырваны ядовитые зубы. Укусить она тебя уже не может, но она выглядит как змея, она ползает как змея, и она шипит как змея. Такое желание становится совершенно безобидным предпочтением. Оно есть, оно выглядит как желание, но оно не может тебя затронуть, если ты честно понимаешь то о чем говорит Бхагавад Гита. Если ты понял что счастье не находится в объектах мира, и поэтому вместо того чтобы твоё желание было поглощено объектами, оно будет поглощено истиной.

При таком понимании, привязанность к объектам появляться не будет. А если нет привязанности, то нет и ее последствий в виде желания и гнева. Пойми, что для обретения счастья не надо менять окружающий тебя мир, нужно лишь исправить настройки своих внутренних инструментов. Как только я понимаю это, я сразу же превосхожу влияние желаний и отвращений.

*Тот, кто способен обуздать силу, порожденную желанием и гневом,  
прямо здесь, до освобождения от тела,  
является карма-йогом. Он – счастливый человек. (5.23)*

योऽन्तःसुखोऽन्तरारामस्तथान्तर्ज्योतिरेव यः ।  
स योगी ब्रह्मनिर्वाणं ब्रह्मभूतोऽधिगच्छति ॥ २४ ॥

yo 'ntaH-sukho 'ntar-ArAmas-tathA-antar-jyotir-eva-yaH |  
sa yogI brahma-nirvANaM brahma-bhUto 'dhigacchati || 24 ||

*Чье счастье внутри, кто блаженствует в себе,  
кто пробужден к собственной природе,  
только такой мудрый йог, ставший Брахманом,  
обретает нирвану Брахмана. (5.24)*

Эта шлока описывает мудреца познавшего свою природу, в отличии от шлоки предыдущей, которая описывала человека ищущего, карма йогина, который только продвигается по пути к обретению счастья. Утверждение “счастье внутри”, означает, что счастье такого человека не зависит от внешних объектов. Та-



кое счастье называется блаженством. Счастье — это то что имеет начало и конец, в отличии от блаженства, которое в своем существовании ни от чего не зависит. Потому что оно не имеет ни начала, ни конца. Человек обнаруживающий источник блаженства внутри, узнает себя как этот источник. В этой шлоке слово *antaH*, внутри, повторяется трижды. Обычно, когда я использую определение внутри, я представляю нечто в самом себе, в том себе, который ограничен телом. Это неверное понимание, которое явно указывает на то, насколько сильно у человека отождествление себя с телом. То определение “в себе”, которое имеется в виду в этой строфе, означает “в бесконечном сознании”, т.е. в том себе, в котором я узнаю себя. В себе который не ограничен физическим телом.

Если я есть бесконечное сознание, то я должен понимать, что бесконечность включает в себя все. И этот мир, и любой другой, и даже отсутствие каких-либо миров. Узнать источник счастья в себе, это значит узнать его не в теле, а в бесконечном сознании. Не стоит совершать ошибку, и пытаться запихнуть себе это знание в голову. В Сат-Чит-Ананде нет разделения на внешнее и внутреннее. Само слово “внутри”, используется только потому что оно максимальным и наилучшим образом *указывает* на то что обнаруживается. Но оно никоим образом не отражает искомое! Мудрый не ищет счастья в объектах и ситуациях, он не ощущает себя телом, он знает себя бесконечным сознанием, в котором пребывает все.

Это сознание не где-то и не когда-то, оно вне всего, и оно наполняет собой все. Оно бесконечно и вездесуще. И когда ты знаешь себя этим сознанием, просто нигде помимо самого себя видеть счастье. Когда ты знаешь себя как полноту, чего ты можешь желать, искать, хотеть или не хотеть? Что может сделать тебя несчастным? Ты счастлив не из-за какого-то объекта или благоприятной ситуации, которые дают тебе какое-то счастье на время. А ты счастлив, потому что знаешь свою природу бесконечного блаженства. Ты знаешь себя как полноту в которой нет недостаточности ни в чем. В этой полноте отсутствует лишь глупость, и отсутствует она потому что с самого начала она была иллюзорна. Она была с самого начала была несуществующей иллюзией.

В этой полноте нет и отдельного мира, потому что отдельного мира никогда не было. А если нет глупости, то нет и ее последствий в виде принятия себя за отдельность. Нет ощущения недостаточности, как нет и желания восполнить эту недостаточность чем-либо извне. Все проблемы имеют возможность получить свое существование лишь тогда, когда есть отдельный я. Когда это происходит, эта отдельная сущность попадает в зависимость от объектов, и обрекает себя на страдания. Если ты отделен, то страдания неизбежны, и никакие усилия этой отдельности не приведут ее к неизменному счастью. Поиск с опорой на ограниченное, без изменения понимания себя как ограниченности, не мо-

жет завершиться успешно. И если этот подход не изменить, то достижение счастья становится задачей не решаемой. В отличие от человека, понявшего, что он ограниченным существом не является. Он знает себя как блаженство, и для обретения счастья он ни от чего не зависит. Ему не надо никаких внешних увлечений. Его не интересуют ни пикники, ни отдыхи на берегу моря. Он не испытывает тоски и скуки без всего этого. У него есть бесконечное поле для увлечения в самом себе. В том себе, у которого нет даже внутри и снаружи.

Уже того что всходит и заходит солнце, того что глаза видят, а разум функционирует, ему достаточно для счастья и увлечения. Знающий свою природу, он счастлив как с объектами, так и без них, потому что его счастье от всего этого не зависит. Он не привязан ни к людям, ни к их отсутствию, его счастье не зависит ни от чего и ни от кого. Люди и объекты можно разделить на тех кто уже ушел, и тех кто находится в процессе ухода. Это как поток. Есть люди и объекты которые уже ушли, и от них остались только воспоминания, которые тоже находятся в процессе ухода и растворения. Течение воды в этом потоке постоянно, одни волны появляются, а другие пропадают. И когда ты понимаешь этот поток, то у тебя не остается поводов для страданий по ушедшим. Ты знаешь что в самой природе потока заложено приносить что то, и спустя какое то время уносить его дальше. Своим уходом, люди и объекты освобождают место для следующих людей и объектов. Это поток жизни, в котором все меняется и постоянно течет.

Но если посмотреть на это с индивидуальной точки зрения, с точки зрения я и мое, то я и мой любимый человек должны быть вместе всегда! Это проявление привязанности, и никогда не будет так, чтобы комбинация непостоянного, стала постоянной. Любая комбинация проходящих объектов и существ, обязательно пройдет и закончится. То, что имеет начало, оно обязательно имеет и конец. Всегда люди, объекты и ситуации приходят и уходят, и никто и ничто не остается в этом мире навечно. Завышенные ожидания приводят к тому что они обязательно будут разбиты, и принесут с собой разочарования и страдания.

Мудрый знает себя как неизменное сознание, которое освещает собой все состояния разума, относительно которого знают все изменяемые объекты. Он знает себя как то сознание, на фоне которого ощущается все проходящее и уходящее. Он не отождествляется с тем что течет и меняется. У него иссяк сам источник желаний, потому что он не отождествляет себя с чем-либо изменяющимся. У него нет желаний и гнева, равно как нет и их последствий. Его разум и интеллект пребывают в спокойствии. Он во всем узнает Брахмана, он знает внутренний свет сознания который отражается и оживляет собой все. Не знающий же принимает себя за одну из проекций, потому что он вовлечен в проецируемый сюжет.

Слово нирвана часто переводится как угасание, но от перевода “угасание в Брахмане”, веет какой-то безнадежностью, пустотой и тоской. Та нирвана о которой здесь говорится, и которая является нашей целью, это не пустота и не глубокий сон, это безграничное блаженство и абсолютная полнота. С точки зрения обычного человека, описание блаженства, в котором присутствует слово угасание, звучит устрашающе. Невозможно представить себе, что в результате отказа от всего, обретается счастье. Как отказавшись от пищи, можно насытится? Никак! Поэтому невозможно представить себе, что без объектов возможно обретение счастья. Но мудрый на самом деле отказывается не от объектов, мудрый отказывается от глупости и невежества, относительно свой отдельности.

Если у тебя есть только твоя отдельность, ты всегда будешь охранять и защищать ее от нападок. Мудрый отказывается от этой глупости, и такой отказ возможен только с помощью понимания. Он невозможен зазубриванием и повторением, он невозможен фанатичной верой в него, или героическим путешествием в пещеры Гималаев за тайным знанием. Проблема в том, что большинство людей даже не знают, что такое понимать и как понимать! А тем более не знают, что такое понимать правильно. Мудрый не просто отказывается от внешних объектов, он обнаруживает неиссякаемый источник счастья и блаженства в самом себе. И это постоянно осознаваемый факт. Познавший Брахмана сам становится Брахманом.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

## Бхагавад Гита курс Сوامини Видьянанды Сарасвати - 172

### Глава 5 Шлока 25

yo 'ntaH-sukho 'ntar-ArAmas-tathA-antar-jyotir-eva-yaH |  
sa yogI brahma-nirvANaM brahma-bhUto 'dhigacchati || 24 ||

*Чье счастье внутри, кто блаженствует в себе,  
кто пробужден к собственной природе,  
только такой мудрый йог, ставший Брахманом,  
обретает нирвану Брахмана. (5.24)*

Познавший Брахмана, растворяется в Брахмане. Он более не может считать себя отдельностью, и проблемы отдельности после обретения знания, могут волновать его только по привычке, сформировавшейся за долгие годы жизни. Но по мере утверждения в знании, и они пропадают, а проблем отдельности не остается вообще. Эта шлока говорит о мудреце который не просто познал свою природу, а еще и утвердился в ней. У такого человека полностью пропадает стремление искать счастье где-то вовне себя, в окружающих его объектах. Он узнал себя как чистое сознание включающее в себя абсолютно все, потому что ничего кроме этого чистого сознания не существует. И даже самое большое счастье которое может дать объект, по сравнению с блаженством известным ему, чрезвычайно мелко и ограничено. Оно просто теряется на фоне безграничного блаженства известного ему. Привычное обычным ограниченным людям чувство счастья, становится песчинкой по сравнению с огромным блаженством, которое ему известно. Это подобно тому что ты знаешь себя как безграничный океан, и все твои прошлые радости и цели становятся настолько незначительными, что ты перестаешь волноваться по этому поводу.

Но если восприятие себя и мира не меняется, если по-прежнему ценится ограниченное объектное удовольствие, значит знания еще нет, и необходимо работать для того что бы действительно познать свою безграничную природу. У человека мудрого, счастье и блаженство не зависят от внешних факторов. Они не зависят от удобного дома, который полная чаша. От машины, квартиры, и дачи в шесть соток. Мудрый знает себя как безграничность, и любые человеческие цели становятся не важными для него. Его блаженство и счастье заключены в нем самом, и для него нет ничего помимо этого счастья и блаженства.

Ему более нечего искать, и более не к чему устремляться. Ни в этом мире, ни в каком-либо другом.

Счастье обычного человека длится всего лишь краткий миг, и затем проходит, оставив после себя лишь горечь разочарования. А у мудрый постоянно пребывает в этом мгновении, которое становится бесконечностью. Он знает свою природу, он знает себя как счастье и блаженство, которое никто не может у него отобрать. В отличие от человека, у которого можно отобрать квартиру, машину, его можно разлучить с другом или его любимым ребенком. **Но то чем ты являешься, у тебя отобрать совершенно невозможно, потому что это ни от чего не зависит, это твоя природа, это и есть ты сам!** Именно так и знает себя мудрый, потому что он есть само блаженство, и сама полнота на которой построен весь этот мир. Он есть та основа, на которой проявляется все. Мудрый счастлив потому что он знает природу себя самого, и природу всего видимого. Он видит иллюзию, и знает реальность которая является основой этой иллюзии.

Обычный же человек видит иллюзию, и считает ее реальной. А когда иллюзия, включая и самого человека с его отдельностью тела, чувств и ощущений принимается за реальность, то моментально появляется причина я страданий. Потому что для ограниченности всегда будет слишком много одного, или слишком мало другого. У нее всегда будут поводы для того чтобы жаловаться или вслух, или про себя. Потому что он ищет постоянства там где его нет, и там где оно невозможно по определению. Мудрый человек понимает это, и просто наслаждается приходящими ситуациями не вовлекаясь и не привязываясь к ним. Он пребывает в своей природе, он блажен, и ему не надо ничего искать, так как все необходимое для его тела приходит к нему само. Тем или иным образом.

И более того, это тело тоже пришло само, и точно так же оно само и уйдет. С точки зрения мудрого не поменяется ровным счетом ничего. Он не вовлекается в происходящее, он не отождествляется с телом, разумом и с чувствами. Он просто созерцает их состояние. Он свидетельствует их. Он знает свой внутренний свет сознания, отражающийся в разуме и освещающий объекты мира. В свете меня самого, разум мне показывает всевозможные проекции, которыми я не являюсь! Я есть то сознание, которое дает возможность существованию тела, разуму, и органам чувств. Я даю им возможность не только быть, но и воспринимать, быть осознанными и живыми. Я есть то сознание, где нет никакого разделения, которое находится до любых разделений, и которые свидетельствует собой все. Познавший природу Брахмана, сам становится Брахманом, и с этим осознанием его отдельность пропадает. Границы, это всего лишь игра воображения, это иллюзия, которая пропадает, когда ты исследуешь ее природу. Безграничное блаженство и полнота которой ты и являешься, огра-

ниченному разуму недоступны, потому что это именно тот свет, в котором разум получает возможность существовать и осознавать что-либо.

Разум — это уже проекция, а моя природа — это то что является основой всех проекций, это единственная реальность. Мудрый достигает освобождения от глупости, которая была причиной всех его проблем. **Проблема не в том что мир видится, что разум работает, а органы чувств воспринимают. Проблема в том, что это принимается за единственную реальность.** Потому что если это единственная реальность, то тебе надо обустроиваться в ней, и находить в ней уютное место для себя. Но так как все меняется, это по определению невозможно. Мудрый обнаруживает блаженство там, где оно есть в действительности. Это блаженство находится не среди объектов мира, а в их первоисточнике, который и есть настоящая бесконечность, Сат-Чит-Ананда, Сознание, Существование и Блаженство. Причина всех причин, то, без чего ничего быть не может. И это первопричина не является объектом, она выходит за любые пределы. Мудрый обнаруживает это блаженство как себя самого. Каждый из нас уже есть эта бесконечность и это блаженство. Но не знание этого факта, уже вполне достаточно для начала всех мирских страданий. Равно как и непосредственного понимания этого факта достаточно для того, чтобы от этих страданий избавиться. Это то знание, которое делает человека бессмертным, и дает ему абсолютное счастье и полноту, которые всегда были моей природой.

योऽन्तःसुखोऽन्तरारामस्तथान्तर्ज्योतिरेव यः ।

स योगी ब्रह्मनिर्वाणं ब्रह्मभूतोऽधिगच्छति ॥ २४ ॥

yo 'ntaH-sukho 'ntar-ArAmas-tathA-antar-jyotir-eva-yaH |  
sa yogI brahma-nirvANaM brahma-bhUto 'dhigacchati || 24 ||

*Чье счастье внутри, кто блаженствует в себе,  
кто пробужден к собственной природе,  
только такой мудрый йог, ставший Брахманом,  
обретает нирвану Брахмана. (5.24)*

Эта шлока говорит о тех же людях, которые упоминались в шлоке предыдущей. Но здесь так же рассказывается о том, как они обрели мудрость, и достигли состояния *риши*. Слово *риши* имеет две версии происхождения. Первая версия говорит, что оно произошло от корня *риш*, это означает двигаться. Таким образом, *риши*, это аскеты которые передвигаются с места на место. В зависимости от уровня аскетизма, мудрецы различное время могут позволить себе оставаться на одном и том же месте. Это делается для того, чтобы у человека не

возникало привязанностей. Он приходит в какое-то место, и через день или два, уходит оттуда чтобы идти в следующее. Но если его аскеза очень сильна, то он не остается в одном месте дольше, чем хозяйке требуется времени для того чтобы подоить корову. Обычно, если у хозяйки нечего дать такому мудрецу что-либо в виде подаяния, она доит корову, и дает ему миску молока, которую мудрец выпивает и идет дальше. Получается, что в одном месте он задерживается не больше 20- 30 минут.

Вторая версия происхождения этого слово говорит, что оно происходит от слова *дришь*, т.е. видеть. Видеть истину. В таком случае это уже не просто аскет который бродит по стране, а это тот кто видит и знает истину. В этой строфе слово риши употреблено скорей всего именно во втором смысле. Мудрый, знающий истину и достигший Брахма нирваны, т.е. цели всей человеческой эволюции. *brahma-nirvANam* здесь обозначена как цель человеческого существования. На этом пути мудрый избавляется от всех желаний и отвращений. Он избавился от сомнений, он овладел собой, и он естественным образом находит радость в благе всех живых существ.

*ksINa-kalmaSAH* - избавился от грехов. *kalmaSAH* дословно переводится как нечистота, т.е. такой избавившийся от нечистоты, нечистоты разума. Избавившийся от невежества, от желаний и отвращений, от неверного заключения о себе как об отдельности, которой окружающие его объекты способны принести счастье. Мудрый человек не пытается стать бесконечно счастливым, накапливая обилие объектов. Нечистота, это все то что скрывает истину моей природы, это все то что мешает мне осознать ее. По сути, нечистота это всего лишь волнение разума. Потому что волнующийся разум создает множество проекций, которые способны скрыть истину. А когда волнения разума убраны, я обнаруживаю сам себя. И мудрый обладает этим качеством, он избавился от нечистоты, и его разум абсолютно чист. Он абсолютно спокоен, и не принимает свои проекции за реальность. *chinna-dvaidhAH* те, чьи сомнения разрешены. Это следующая характеристика мудрых риши. *dvaidhAH* это разделение, это двойственность в разуме. Любое сомнение предполагает варианты. Именно об этой двойственности и говорит нам эта шлока. У мудрого нет сомнений и вопросов относительно Атмана, и относительно природы всего. У мудрого нет сомнений, а есть ли жизнь после смерти, и реален или нереален наш мир? Можно ли достичь счастья? Верна, или не верна Адвайта Веданта? Он работал над этими вопросами, он исследовал их, и вследствие этого у него не осталось никаких сомнений. Для него все абсолютно очевидно. Сомнение приводит к волнению разума, и не дает ему успокоиться. А вдруг это все неправда? А вдруг меня хотят обмануть?

Также у мудрых нет двойственности между мыслью, между словом, и между делом. К ним не бывает так что они думают одно, говорят второе, а делают третье. Это тоже признак разделения в разуме, которое неизбежно приводит к его беспокойству. Разделение между мыслью, словом и делом, это признак эгоистического человека, который не обращает внимание на то, насколько много энергии он потребляет на поддержание такого разделения. Это подобно множеству дырок в дуршлаге, через которые происходит утечка полезной энергии. В отличие от мудрого, который заткнул все эти дырки, и не распыляет свою энергию впустую, обычный человек не задумываясь поддерживает свою двойственность, в отличие от мудрого, который от этого избавился. Двойственность говорит о наличии сомнения. Потому что если я говорю одно, а думаю другое, это значит, что где-то осталась мысль, что может быть второй вариант не так уж и плох, и что может быть я приобрету какую-то выгоду, если я скажу не совсем то что я на самом деле думаю. *yata-AtmAnaH* те кто обуздал себя, имеющие контроль над органами чувств и действия, имеющие контроль над собственным разумом. Такой контроль — это тоже часть рассматриваемой нами ранее *sarva-bhUta-hite* находящие радость в благе и процветании всех существ.

Когда описываемые здесь мудрецы были ищущими, они прилагали усилия для практики этих качеств. Потому что начинали они с того что и любой другой человек, они прилагали усилия только для себя любимого. Но с течением времени, постепенно важность эго как центра того что требует усилий пропадает, и человек начинает обращать внимание на других существ. Такое нахождение радости в благе других, означает что ты никогда не будешь делать чего-то плохого для окружающих. Это практика ненасилия, с которой начинается аштанга йога. Ненасилие в действиях, в мыслях и т.д. У мудрого это уже давно перестало быть практикой, и стало естественным следствием его понимания. Как я могу желать чего-то плохого другому существу, если все вокруг есть я сам, и нет другого существа, которое было бы отдельно от меня? Мудрый оставил любое соперничество. Для него не существует конкуренции, и он не достигает цели любыми средствами, потому что в таких действиях, всегда будет пострадавшая сторона. А человек вовлеченный в это, всегда желает чтобы пострадал кто-то другой вместо него. Конкуренция поддерживает чувство раздельности, и чувство эго. Отсутствие стремления конкурировать, у мудрого является естественным следствием знания.

Карма йогин учится отдавать свое действие, а действие мудрого, и действие его тела, отдаются сразу же. Он вовлечен в не эгоистическую *яджня* подношения действий Тотальному, которым он сам и является. Он непрерывно пребывает в осознании вечного. Потому что оно не отдельно от него самого. Такое знание



неизбежно будет выражаться в действиях, и такого человека никто не будет бояться. Отсутствие эгоистических мотивов ощущается другими существами на подсознательном уровне. Сам он тоже никого не боится, потому что он все знает как себя самого. Благо всех живых существ — это его собственное благо. Это не фантазия, это не иллюзия, это его непосредственное знание.

Все качества которые перечислены в этой строфе, это естественные качества мудрого, являющиеся садханой для искателя. Причем эти качества перечислены здесь в обратном порядке. labhante brahma-nirvANam, достигающие нирваны Брахмана, т.е. сначала обозначается окончательная цель, потом избавление от грехов, разрешение всех сомнений, овладение собой и нахождение радости в благе всех живых существ. Искатель будет двигаться в обратном порядке. Он сначала должен научиться трудиться на благо всех живых существ, и не только существ. Это будет первым шагом в сторону от своего эгоизма. Чистый эгоист не способен на это. Необходимо научиться уважать другого, и принимать во внимание его интересы. Это может быть забота в любой форме, даже если это забота о животном, то это уже большой шаг в сторону от чисто эгоистичной позиции. Такое действие неизбежно очищает наш разум. Если не обращать на это внимания, то такие качества сами по себе не развиваются. Начинать можно с простейшего, можно просто пожелать блага всем живым существам. Потом забота о друге, потом забота об обществе, об окружающей природе, о человечестве в целом. Вместо того чтобы эгоистически заботится только о самом себе, я забочусь о других, и чувствую взаимосвязь с этим.

Отдавание действий Богу, и стремление жить в соответствии с Тотальным законом, это уже следующая, более продвинутая стадия. Тотальный закон принимают во внимание нужды абсолютно всех живых существ. И когда искатель начинает понимать этот закон, и пытаться жить в соответствии с ним, он неизбежно начинает действовать в соответствии с благом всех живых существ. Карма йога это начало духовного пути. Следующая стадия — это овладение самим собой, это работа на уровне органов чувств, органов действий и разума. Это приложение сил в правильном направлении. Это постепенное обретение необходимых качеств искателя. **Для того чтобы эти качества развивались, требуются усилия, а для того чтобы прилагать усилия, требуется общее понимание направления, в котором ты должен эволюционировать.** Нет смысла работать над появлением этих качеств, если ты не представляешь зачем все это нужно. Когда же эти качества обретены, органы чувств находятся под контролем, разум успокаивается, и становится возможным понимание. А с появлением понимания улучшаются и качества, одно неизбежно подпитывает другое. Но для этого мне необходимо хорошо поработать. Потому что само по себе, случается только что-то случайное. А случайное и не целенаправленное, это и есть самсара.

Выход из самсары никогда не бывает случайным событием, это всегда результат целенаправленных усилий. А для того чтобы эти усилия прилагать, нужно понимать цель, и развивать в себе необходимые качества. Долговременное приложение усилий в правильном направлении, неизбежно приводит к описанному здесь результату, labhante brahma-nirvANam, к освобождению.

Следующая стадия садханы для искателя, это контроль над разумом и органами чувств. chinna-dvaidhAN te, чьи сомнения разрешены. Потому что только при отсутствии сомнений можно приложить все силы в избранном направлении. Сомнения могут быть по поводу цели, или по поводу средств достижения этой цели. Сомнения являются ядом, потому что они не дают нам целенаправленно двигаться к поставленному результату. Если ты сомневаешься в цели, ты никогда не сможешь прийти к ней, ввиду того что ты никогда не сможешь приложить достаточного количества усилий по ее достижению. А освобождение требует абсолютно всех усилий, которые может приложить искатель. При наличии сомнений, окончательное знание невозможно, поэтому они должны быть уничтожены. Не отложены в сторону и забыты, а полностью разрешены. Убежденность дает понимание, размышление и проживание понятого.

И заключительный шаг, это kSINa-kalmaSAH, это шаг избавления от нечистоты, которая может быть достаточно многоуровневой. В широком смысле нечистота — это грех, это все что мешает пониманию и достижению окончательной цели человеческого существования. Избавление от нечистоты и прегрешений, это избавление от препятствий на духовном пути. Работа по устранению препятствий должна идти на том уровне, на котором ты можешь себе ее позволить. Стремление к освобождению, это не что-то возникающее внезапно по какому-то божественному желанию, оно не падает сверху. Это результат человеческой свободы выбора. Стремиться или не стремиться ему к освобождению, человек выбирает самостоятельно. И у этого выбора обязательно будут последствия. И если ты стремишься к освобождению, то у тебя есть шанс достичь его. А если ты к этому не стремишься, последствиями будут непреходящие страдания, которые будут продолжаться до тех пор, пока ты не пересмотришь цель ради которой ты живешь и прилагаешь усилия. Можно выбирать, можно не выбирать, и последствия будут разными.

Нечистоту разума нужно удалять на любом доступном мне уровне. Это может быть работа с желаниями и отвращениями, или работа с их последствиями. У начинающего искателя поле для такой работы очень обширно, но мы должны знать, что даже тот, кто обрел знание, он тоже продолжает работать в этом направлении, только на гораздо более тонких уровнях. После того как проведена

работа избавления от желаний и отвращений, можно приступить непосредственно к работе с невежеством. Так как нечистота разума весьма многоуровневая, то в первую очередь должна быть убрана грубая грязь, чтобы можно было добраться до более тонких уровней. Избавление от желаний и отвращений происходит тремя способами. Первый способ — это обрести желаемый объект. Но этот способ не работает, так как это прямой путь остаться в самсаре навсегда. Затем можно попытаться отказаться от желаемого объекта, и встать на путь аскезы. Но так как знание на этой стадии отсутствует, этот путь также ведет к преувеличиваю страдания. Хотя бы в первую очередь потому что я отказываюсь от горячо желаемого мною объекта. Метод, который предлагает Адвайта Веданта, это метод перерастания желания. Рост из низкого желания обретения материального объекта, идет ко все более возвышающему и очищающему желанию, кульминацией которого будет желание освобождения.

Такой человек становится ищущим, и он стремится к выходу из самсары. Только у такого человека желания, которые он перерастает, пропадают полностью. Как взрослый человек не интересуется погремушками, точно так же и ищущий не хочет многого из того что он желал, и к чему он стремился ранее. Когда происходит избавление от желаний и отвращений, искатель переходит к стадии джняна йоги, с помощью которой он очищается от тонкой нечистоты и невежества. В результате чего он достигает Брахма нирваны, и сливается с бесконечностью.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

labhante brahma-nirvANam-RSayaH kSINa-kalmaSAH |  
chinna-dvaidhA yata-AtmAnaH sarva-bhUta-hite ratAH || 25 ||

*Мудрецы, чьи грехи были уничтожены, сомнения разрешены,  
кто овладел собой и находит радость в благе всех существ,  
обретают освобождение. (5.25)*

Последние несколько шлок, которые мы с вами изучаем, это указание на природе мудрости. И каждая из них, может восприниматься довольно двояко. Она может быть как описанием природы мудрости, так и прямым указанием на садхану, которой должен следовать стремящийся к ней. Как говорит нам двадцать пятая шлока, мудрец не имеет грехов. Он избавился от невежества и от васан, накопленных за множество лет существования себя как отдельного существа, он избавился даже от следов и склонностей к ошибкам, которые свойственны ограниченному человеку. Он освобожден, и поэтому его знание твердо.

Пока в разуме человека остаются стремления, они неизбежно будут волновать его разум, и не давать ему сосредоточиться. Порою такой разум не способен даже к сосредоточению на объектах мира, что уж говорить о сосредоточении на собственной природе. Волнения разума должны быть уменьшены, и от них необходимо избавиться, перед тем как окончательное понимание своей природы станет возможным. Для того чтобы познать свою природу, необходимо избавиться от нечистоты разума, и когда это происходит, разум очищается окончательно. Чем более чист разум, тем больше он видит и понимает. Когда он останавливается в абсолютном молчании и неподвижности, тогда он полностью избавляется от волнений. Процесс избавления от волнений, как и процесс узнавания, это процесс взаимосвязанный. Чем больше ты узнаешь, тем меньше волнуется твой разум. От волнений разума искатель начинает освобождаться находясь на стадии карма йоги, когда он понимает, что счастье не заключается в объектах. Такое понимание очень сильно успокаивает разум, и позволяет ему не отвлекаться на внешние объекты. В свою очередь, спокойный разум может быть направлен на понимание причины причин, и узнавание этой причины как себя самого. Мудрец избавился даже от склонностей, которые толкали его разум к поиску счастья в объектах, его знание твердо, он утвердился в нем.

Искатель же находится в процессе избавления от грехов волнующих его разум. И это избавление идет как бы послойно. Избавление от одного слоя, от грубых

и очевидных грехов, приводит к тому что вскрывается слой следующий, грехов более тонких. который был погребен под слоем очевидных заблуждений. Когда очевидные заблуждения убраны, открывается новый слой, в котором так же полно невежественных понятий, называемых прегрешениями. Работа в этом направлении должна продолжаться, пока есть поле деятельности. Постепенно, на свет Божий, будут выходить все более и более тонкие неверные понятия и заключения, которые были глубоко погребены под множеством предыдущих слоев. С ними необходимо поступать точно так же. Смотрим, понимаем, и ищем их причину. Одно только внимание к неверным понятиям, уже во много избавляет нас от них. Работа с прегрешениями должна вестись на любом доступном тебе уровне. И где бы человек не находился, у него всегда есть поле деятельности, у него всегда есть то, с чем он может работать. Методика работы с этим всегда одна и та же. Это обращение пристального внимания на причину. Прегрешения не выдерживают этого, и тьма невежества пропадает, когда ты с фонарем в руке идешь исследовать ее природу. В итоге оказывается, что эта природа иллюзорна, и что ничего кроме невежества там никогда не было.

Мудрый работал над этим до самого момента узнавания своей природы, и даже более того, когда узнавание уже произошло, эта работа продолжается. Работа по избавлению от привычек. Она продолжается точно так же, но ее уровень уже будет совершенно другим. Когда происходит узнавание, все залито светом чистого сознания истины, которую я знаю как самого себя. Но даже в этом свете обнаруживаются тенистые уголки. Именно поэтому работа и продолжается, для того чтобы у познавшего знание стало твердым.

Следующая ступень это chinna-dvaidhAN, мудрецы разрешили свои сомнения в процессе шраваны-слушанья, мананы-размышления и нидидхьясаны-проживания тех истин, о которых они слышали от своих учителей. Чтобы познать истину и настолько далеко удалиться от объектного мира с его привлекательностью, необходимо избавиться от сомнений, потому что именно они зачастую не дают сделать следующий шаг. Сомнения, это когда искатель считает, что существуют какие-то другие варианты. И человек ломает голову, а как же будет лучше? Но когда разум очищен от сомнений, когда ты знаешь что в этом мире нет даже аромата счастья, и поэтому его надо искать там, куда указывают те кто обрел блаженство. Для такого понимания необходимо слушанье учителя, и взаимодействие с ним. Необходимы свои собственные размышления, необходима медитация, для того чтобы увидеть что то о чем тебе говорят, это работает, и это не пустые слова. Этим путем действительно прошли многие, и если мы оглянемся вокруг, то увидим множество живых примеров. **Если ты сомневаешься, если ты считаешь что тебе может повезти и ты найдешь в этом мире свое счастье, то такая установка тебе будет только**

**мешать!** Поэтому, нужно оставить объекты этого мира, и полностью направить свой разум на познание истины. Если ты подозреваешь, что в мире еще может быть что-то приятное, то оно неизбежно будет тянуть тебя назад. Потому что движение к истине, это направление совершенно в противоположную сторону. Истина открывается внутри тебя, она открывается в твоём сердце.

Сам факт того что мудрец избавился от сомнений, сам факт того что он осознал истину, непосредственно говорит о том, что он полностью развернул внимание своего разума, научился его контролировать, и направил его в нужную сторону. Он для себя все решил, и с этой стороны никаких препятствий у него нет. У мудрого это уже пройденный этап, а для искателя это крайне необходимый шаг. Адвайта учит думать, она учит размышлять, и разрешать абсолютно все возникающие на твоём пути вопросы. Почему? Потому что вопросы — это сомнения, которые останавливают прогресс продвижения по духовному пути. Именно поэтому, мы учимся размышлять и задавать вопросы, но вопросы не случайные, а вопросы относящиеся к делу, которые помогут мне двигаться по этому пути.

Так же, мудрецы которые обрели освобождение, они еще и *yata-AtmAnaH*, они те овладел собой. Мудрый человек будучи искателем прилагал усилия для того чтобы контролировать свой разум, и теперь этот контроль у него безусилен. А искатель, должен практиковать такой контроль в качестве садханы, так как это практика, в процессе которой обретаются качества искателя, которые задают верное направление движения. Это то, над чем искатель должен работать чтобы его поиск был успешным.

Мудрый также еще и *sarva-bhUta-hite*, он находит наслаждение в благе всех живых существ. Он действует согласно тотальным законам. Он знает себя как абсолют, и он действует как абсолют. Он знает законы творения, потому что он осознал истину, которая лежит в их основе. Он действует не с точки зрения эгоистических желаний, он не бросается выполнять желания всех и каждого, он действует с точки зрения настоящего блага. Если искатель стремится к истине, он всегда найдет помощь, и всегда найдет кому задать вопрос, чтобы получить правильный ответ. А в эгоистических, мирских стремлениях, мудрый не участвует, он не соревнуется с другими существами за ограниченные ресурсы. Он направляет живых существ к высшей цели настолько, насколько это возможно. А как именно это будет проходить, уже определяться конкретными условиями, конкретным составом разума, конкретной историей и прарабдха кармой, которая привела его к рождению этого тела.

Для мудрого это безуильная реальность, а для искателя это практика, это садхана, это методология продвижения по духовному пути. И опять-таки, это

практикуется на разных уровнях, насколько это доступно каждому конкретно-му искателю. Он понемногу расширяет круг своей любви и заботы. Помимо своего эго, он начинает замечать все большую взаимосвязь, он начинает относиться к окружающим его существам как к себе самому. Такая садхана очищает разум, и по сравнению с чисто эгоистической точкой зрения, это очень хороший и большой шаг вперед. Это подготавливает разум человека, и дает ему возможность видеть все не с точки зрения узких эгоистических интересов, а дает возможность ему увидеть более тотальную, и полную картину. Это позволяет ему любить больше, заботится больше, быть благодарным и видеть поводы для благодарности. Если окружение в котором растет человек достаточно разумное, к этому приучают с самого детства. Сейчас мы с вами прошли по этим ступеням в том порядке, в котором они перечислены в этой шлоке, но нужно понимать, что искатель их проходит в порядке обратном, и заключительной ступенью будет обретение нирваны Брахмана.

कामक्रोधवियुक्तानां यतीनां यतचेतसाम् ।

अभितो ब्रह्मनिर्वाणं वर्तते विदितात्मनाम् ॥ २६ ॥

kAma-krodha-viyuktAnAM yatInAM yata-cetasAm |  
abhito brahma-nirvANaM vartate vidita-AtmanAm || 26 ||

*Для саньясинов, не имеющих желаний и гнева,  
чей разум находится под контролем, кто познал Брахмана,  
нирвана Брахмана пребывает повсюду. (5.26)*

Если человек действует под влиянием импульсов того что ему нравится или не нравится, то такое поведение неизбежно удерживает его в самсаре. Методом избавления от этих импульсов, как нам уже говорила Бхагавад Гита, является карма йога. Это отдавание результата, и самого действия Ишваре. Такая практика становится возможной если я понимаю весь глубинный смысл карма йоги, и знаю зачем я это делаю. Я не пытаюсь избавиться от власти желаний и отвращений стиснув зубы, а я вырастаю из них с помощью понимания. Я вижу более высокие цели, и понимаю методику их достижения. Как ребенок оставляет свои погремушки, увидев нечто более привлекательное, я оставляю свои прошлые низкие стремления, хотя ранее они мне были дороги. Слово понимание, это ключевое слово. Я должен понимать, что мое счастье и спокойствие не зависят от того что у меня есть. Они не зависят ни от количества, ни от качества обретаемых мною объектов. Они находятся в прямой зависимости от установок моего разума, и от того насколько я понимаю себя, Бога, и окружающий меня мир. Очень важно жить в гармонии с тотальными законами творения, и

стремится к ней. Стремиться к простраиванию вертикали, которая позволяет мне выйти за пределы самсары, и соединяет земное с Божественным.

Самсара это горизонтальное простраивание связи между собой, объектами и другими существами. Такая горизонтальная связь не позволяет мне покинуть ее пределы, но если я простраиваю вертикаль к Безграничному, тогда у меня есть все шансы преодолеть притяжение самсары. Горизонтальные связи укореняют меня в земном. А простройка вертикали, позволяет избавляться от желаний к объектам, и они отпадают сами собой, потому что я заменяю их на более высокие цели и стремления. Для того чтобы начать простраивать эту вертикаль, не нужно ждать какого-то особенного времени, не нужно ждать пока у меня в жизни все благоустраится, когда я накоплю много денег или выйду на пенсию. Потому что пока человек занимается этим, время не стоит на месте, и понемногу начинаются проблемы со здоровьем. Тело стареет, разум теряет свою остроту, а человеку старому, очень сложно изменить понятие о себе, если он всю свою прошлую жизнь, занимался чем-то другим. Привычки берут верх, и если я оставляю свою духовное развитие “на потом”, я рискую вообще ничего не сделать в этом направлении.

yata-cetasAm - для тех, чей разум под контролем. yata это усилие по направлению разума. Обычно человек не прилагает усилий для того чтобы контролировать свой разум, потому что считается что он и так работает как надо. Редко кто смотрит в эту страну. А разум по умолчанию стремится к объектам. В мирской системе образования, стремление разума к объектам всячески утончают и тренируют, и оно никогда не ставится под вопрос. Направляют разум на поиски внутренней истины только философии, которые говорят об освобождении от привычных ограниченностей разума. Такое перенаправление разума не достигается наукой, или какими-то другими методами. Психология, например, может сказать, что разум имеет привычку оценивать себя относительно других. Я красивый, значит есть кто-то не красивый, я мужчина, значит есть и женщина. Психология даже задает вопрос, а что же случится в тот момент, когда разум не сможет оценить себя относительно чего-то другого, внешнего? Казалось бы, это заявление пересекается с Адвайтой. Но психология дает ответ совершенно не имеющий к ней никакого отношения. Она говорит, что разум будет искусственно создавать объект, относительно которого он будет проводить сравнительный анализ самого себя.

С точки зрения Адвайты был задан очень важный вопрос, ответ на который, увы, так и не был найден. Поэтому получается, что выводы к которым приходит просветленный человек, науке попросту недоступны. Адвайта начинается с такого вопроса, и если ты в достаточной степени воспитаешь свой разум, у тебя будет шанс обнаружить что-то очень и очень интересное. Обычный разум ко-



торый привык сравнивать объекты друг с другом можно перевоспитать, и направить его внимание в другую сторону. Но в мире такая задача обычно не ставится.

В Индии по большим религиозным праздникам водят по улицам слонов. Слон идет медленно, но своим хоботом он успевает много чего прихватить с лотков уличных торговцев. И торговец в свою очередь, уже ничего не может сделать. Он попросту ограблен слоном! Для того чтобы этого не происходило, слонам в хобот дают какую вещь, поноску, чтобы занять его. У человека разум очень похож на слоновый хобот. Человек может сидеть на одном месте, или медленно идти, а его разум будет носиться от одного объекта к другому. И вот для того чтобы овладеть и поставить разум под контроль, ему дается мантра, с помощью которой он может контролировать свой разум. Для того чтобы облегчить контроль над разумом, ему дают одну мысль, и он ее думает. Такая практика делает его спокойным, уверенным и настойчивым.

Следующий шаг в контроле над разумом, это его замедление, и приучение к порядку и сосредоточенности. Разум приучаю делать любую работу наилучшим образом, не отвлекаясь, и полностью сосредоточившись на ней. Чтобы ты не делал, делай это с максимальным вниманием к процессу. Не пытайся учиться слушая музыку, или беседуя с другом по телефону. Тебе необходимо полностью осознавать происходящее, чтобы четко понимать то, что с тобой происходит. Не нужно скользить невнимательным взглядом по всему на что падает твой взгляд. Начни внимательно смотреть на то что происходит с тобой. Внимательный разум начинает замечать ошибки, которые он бы допустил, если бы он был менее внимательным.

Когда разум регулируется, органы чувств тоже находятся под контролем, и они становятся твоими слугами, а не хозяевами. В таком случае разум начинает различать более ясно то, что находится и окружает его. Такой разум лучше руководит чувствами, и имеет возможность выбора между тем что нужно, и тем что хочется. Для обретения такого разума необходимо долго трудиться, и прилагать постоянные направленные усилия. Потому что невозможно однажды ночью заснуть с грязным разумом, а на следующее утро проснуться с чистым. Так не бывает. Работа с разумом, это битва со своими эгоистическими привычками. И это сражение может занять всю жизнь. С описания такой битвы и начинается Бхагавад Гита. Более того, к этой цели на самом деле стремится каждый. Но чтобы стать успешным, поиск в какой-то момент должен выйти на новый уровень, и вместо бессознательного процесса, стать осознанным и контролируемым. Адвайта это указатель, и инструмент для такого вот процесса.

Она указывает на направление которое зачастую обычно людьми не замечается. И более того, не замечается учеными и психологами. Цели Адвайты превосхо-

дят любые цели, которые ставятся человечеством в объектном мире. Стремление разума к объектам, принимается за единственно возможную опцию. Это происходит только потому, что посредством такого стремления, люди получают всю доступную им информацию. Таким образом они взаимодействуют с объектами. А о том что можно действовать как-то по-другому, мало кто задумывается. Еще нужно обратить внимание на то, что я сам являюсь искомой истиной. С точки зрения обыденного смысла, необходимо пройти несколько ступеней для того чтобы обрести Брахма нирвану. И разум обычного человека, даже не подозревает о наличии такого пути. Но чем больше и дальше человек проходит по этому пути, тем лучше для него самого, тем больше он сможет пройти в правильном направлении, и тем ближе он может стать к истине и к блаженству, к которому стремится каждое живое существо.

Само это направление мешает заметить то, что каждый с детства считает себя телом, разумом и интеллектом. Каждый считает, что счастье находится в объектах. Человек попросту привык к диктату эго, и делает то что ему хочется. Сама идея поставить этот диктат под вопрос, обычному человеку кажется странной и ненужной. Но тренировка нашего разума и чувств, постепенно подводит к тому что в медитации мы увидим, что эго — это самозванец и мошенник, и более того, никто не давал ему начальственных прав. Просто мы сами в какой-то момент молча согласились с этим, и не подумавши пустили его на трон. В процессе внимательного исследования, густой туман заблуждения начинает понемногу рассеиваться, чтобы за ним мы смогли увидеть самоочевидную истину.

Разум — это инструмент для достижения освобождения, и для того чтобы инструмент был полезен, он должен быть достаточно остр, очищен и воспитан. Если разум увлечен объектами и желаниями он не сможет сосредоточиться, и будет постоянно отвлекаться на то чего нет. Попытки медитации будут пресекаться страхом, эго не будет пускать его туда. Такой человек постоянно будет спотыкаться обо всяческие препятствия, которыми эго будет маскировать свое присутствие, чтобы удержать тебя от узнавания очевидной истины.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

**Бхагавад Гита курс Свамими Видьянанды Сарасвати - 174**  
**Глава 5 Шлока 26 - 27**

kAma-krodha-viyuktAnAM yatInAM yata-cetasAm |  
abhito brahma-nirvANaM vartate vidita-AtmanAm || 26 ||

*Для саньясинов, не имеющих желаний и гнева,  
чей разум находится под контролем, кто познал Брахмана,  
нирвана Брахмана пребывает повсюду. (5.26)*

kAma-krodha-viyuktAnAM - в этой шлоке речь идет о мудрых, освободившихся от эгоистических искажающих фильтров, которые не дают видеть мир таким, какой он есть. Они искажают картину мира, и со временем человек привыкает считать ее как единственно верную. Начать освобождаться от этих фильтров, помогает карма йога. Именно с нее начинается очищение разума, которое продолжается в процессе джняна йоги, и приводит искателя к освобождению, где его путь заканчивается.

yatInAM, *яти* это тот, кто прилагает усилия по борьбе с эго. Это человек который в процессе своего духовного пути, сражается не с внешним миром, а прилагает внутренние усилия для избавления от ограничений и невежества. Это борьба между эгоистической, и не эгоистической точкой зрения. В сердце любого человека такая борьба с переменным успехом идет постоянно. Но тот, который *яти*, он сознательно становится на сторону добра и истины и придерживается этого решения всю свою жизнь. Его жизнь перестает быть случайным метанием в самсаре. Каждое решение и усилие такого человека подчинено правильности, долженствованию, и истине. При постоянной и непрекращающейся практике, это движение только усиливается, и путь такого человека все больше и больше очищается от препятствий. *Яти*, это тот кто прилагает сознательные усилия в нужную сторону, и Шанкара говорит, что *яти* здесь означает саньясин. И эта саньяса, совсем не обязательно должна быть формальной.

Следующая характеристика тех людей о которых говорится в этой строфе, это yata-cetasAm, те, кто прилагают усилия для контроля над разумом. И они не просто прилагают усилия, а они vidita-AtmanAm, они познали Атмана, свою природу, они справились с поставленной задачей. Они практиковали контроль над разумом, и избавились от склонности к объектам. Не смотря на то что все

окружающие такого искателя люди используют свой разум для взаимодействия с объектами, это не отменяет того, что единственно правильным для искателя освобождения, будет устремление разума вовнутрь. Это его сознательное решение. Человек вступивший на этот путь, не должен следовать стадным инстинктам, ему предлагается перестать смотреть по сторонам, и брать пример с мудрых людей. Именно поэтому и дается совет сменить свое окружение, если ты стремишься к освобождению. Начни общаться с мудрыми людьми хотя бы через книги, чтобы соприкоснуться с другой средой, которая поддерживает разумные цели, разумные понятия, и разумные средства. Необходимо получить доступ к той среде, которая больше всего соответствует твоему стремлению.

Если не изменить свое окружение, то очень сложно выйти из-под его влияния, потому что старые привычки будут постоянно поддерживаться. Это особенно важно для начинающих, для тех, кто находится в самом начале своего духовного пути, когда склонность брать пример с окружающих еще очень сильна. По мере движения по пути к истине, убежденность в правильности сделанного выбора будет возрастать, и влияние окружающей среды становится менее важным. Но в начале надо постараться не поддаваться автоматическим реакциям, которые были сформированы и подтверждены многократными повторениями. Надо помнить, что процесс воспитания и очищения разума, это очень долгий процесс. Это похоже на воспитание запущенного ребенка, которым долго никто не занимался. Очищение не происходит случайно, быстро и внезапно, это всегда результат целенаправленного, и осознанного процесса.

Кому-то может показаться что это неэффективно, и непонятно будет ли результат. Но альтернативы нет. Каждый стремится к счастью и полноте, которые в принципе невозможны в самсаре. И не прилагать усилий для духовной эволюции, может только человек который не до конца это понял. И все равно рано или поздно, (имеется в виду даже не промежуток соответствующий одной человеческой жизни), рано или поздно в этой жизни или в следующей, но каждый в какой-то момент должен дорасти до серьезных вопросов, которые требуют размышлений, и осознанного подхода к своим действиям.

Такие размышления неизбежно приведут к открытию божественных законов, и работе со своим разумом. Да, это долго, да, это медленно, но альтернативы нет. В самсаре нет возможности удовлетворить самое главное человеческое стремление к полному счастью. И пока самсара продолжается, это может быть только уроком, из которого можно вынести только верное заключение о том, что достижение счастья здесь невозможно. Пока ты не убедишься в этом, пока твой разум продолжает блуждать среди объектов самсары, она будет продолжаться. Сама она никогда не заканчивается. Только когда ты останавливаешься и задумываешься о том, что на самом деле тебе нужно, и о том к чему на са-

мом деле ты стремишься, только тогда возможны осознанные шаги по выходу из нее.

Сама самсара не пропадает, по одной простой причине. Потому что освобождение на самом деле всегда находится прямо здесь, но привычные реакции разума, такие как отвращение, желание и гнев, не дают увидеть то что есть на самом деле. То, что находится прямо у тебя перед глазами. Для того чтобы обнаружить это, ты должен работать над своим разумом, и избавляться от препятствий, в виде желаний и раздражений. Единственное что прячет от тебя очевидное, это нечистота разума. Поэтому человеку который задумался об истине, и об выходе из самсары, придется работать над этим, чтобы увидеть то что уже есть. Но то что всегда в течении многих и многих жизней, им понималось не правильно.

Следующая характеристика которая здесь дается это vidita-AtmanAm, это те, кто познали Атмана, свою природу. Эти люди познали без относительную Истину, не зависящую ни от чего. Того, кто прилагает усилия к осознанию, к выходу из самсары, можно назвать саньясином, а vidita-AtmanAm, это те кто достигли цели саньясы. Саньяса, это в первую очередь отказ от своих неверных понятий. Саньясин отрекся от ограниченного и отдельного я, он отрекся от чувства деятеля, и чувства наслаждающегося. Таким образом он достиг цели, и в инструментах в виде карма йоги, он более не нуждается, потому что его разум очищен. Он узнал то что должно, и он утвердился в этом знании. Он более не нуждается в лодке, с помощью которой он переправился на другой берег, где его путь продолжается дальше.

Путь к освобождению начинается с работы с желаниями и отвращениями, и заканчивается познанием своей природы. Без первой стадии, без работы с желаниями отвращениями, и победы над ними, дальнейший путь невозможен. Продвижение по нему происходит последовательными шагами. Без детальной проработки карма йоги, без ее многолетней практики, без победы над желаниями и отвращениями, без принесения их в жертву долженствованию, без изменения многолетних привычек, невозможно перейти к джняна йоге, и в один прекрасный день познать себя. Это будет познание чего-то другого, например, познание собственной глупости. Нечистый разум не может познать свою природу, но он может вообразить что-то на месте этого знания. Он может нафантазировать, он может придумать, он может даже поверить в это, и принять плод своего воображения за окончательную цель. Но от страданий и от ощущения себя отдельным и ограниченным это его не спасет. Проблемы останутся, и никуда не пропадут.

Необходимо начинать с карма йоги, с отдавания результата, а потом отдавания и самого действия Богу. Без этой стадии, которая приводит к постепенному очищению разума, обретение знания и отречение от чувства деятеля, невозможно. Потому что это отречение является результатом понимания, это и есть освобождение. Когда понимается что на самом деле действует лишь тело, когда приходит понимание того что нет отдельного я, и узнается то что есть вместо этого, это и есть освобождение.

Такое узнавание приводит к тому, что в объектном мире целей не остается, и поиск заканчивается, так как ограниченности которая заставляет искать, больше нет. Только в таком случае я становлюсь по-настоящему свободен. И свободен в том числе к настоящему и эффективному действию, потому что действовать будет уже не ограниченная эгоистическая личность, а действовать будет само Божественное начало, которое проявляется через доступные ему инструменты конкретное человеческого тела. Эгоистические понятия больше не будут мешать свободному потоку Божественного, которое проходит через эту оболочку. С точки зрения внешнего мира, мудрый будет продолжать действовать, а с точки зрения знающего, будет действовать лишь тело, а сам он остается незатронутым всем тем что происходит в мире.

И в результате этого, он может устоять перед такими соблазнами которые ограниченной личности кажутся совершенно непреодолимыми. Он может с легкостью отказаться от того что обычному человеку кажется чрезвычайно дорогим. Мудрому же достаточно знать, что все помимо Брахмана имеет начало и конец. Все меняется, кроме основы благодаря которой все происходит. И этого понимания достаточно, чтобы это ограниченное и изменяющееся его больше не привлекало. А еще какой-то второй бесконечности, которая могла бы его соблазнить увеличением его блаженства, не существует. **Ищущему же надо постоянно напоминать себе и не отвлекаться на временное, вспоминая что его цель — это то что не имеет начала и конца.** А для нашего и утвердившегося в знании, это понимание совершенно естественно и безуспешно. Он никогда не возвращается к тому что он оставил. Он оставил все ограниченное, и к этому ограниченному он больше не возвращается.

Мир более не привлекает его, он знает высшее блаженство. Для такого познавшего Брахма нирвана находится повсюду. Как в жизни, так и после смерти. Это безграничное присутствие которое превосходит и время, и пространство. Если Брахма нирвана узнана правильным образом, то она не зависит от наличия или отсутствия тел. То, что когда то было личностью, более не считает себя личностью, и у этой личности нет необходимости возвращаться в этот мир в следующем рождении. Потому что такое возвращение всегда происходит из-за каких незавершенных проблем, и не закрытых вопросов. Освобождение, ко-

торое и до, и после смерти, это одно и то же освобождение. Есть дживан мукти, освобожденный при жизни, а есть видеха мукти, освобожденный после смерти. Хотя это совершенно взаимоисключающие понятия. Если человек освободился, это значит, что он умереть уже не может. Умирает лишь его тело, но это не имеет к нему никакого отношения.

Когда внимание человека устремлено на тело, разум, и интеллект, то им видится иллюзия разделения. А когда-то же самое внимание направлено на чистое сознание, эта иллюзия пропадает. Я есть то неделимое и чистое сознание, которое наполняет собой все, и не зависит от конкретного проявления. Непосредственное понимание этого и есть Брахма Нирвана, это и есть то освобождение, к которому идет ищущий. Путь к этому начинается посредством карма йоги, бахиранга сандханы. Такая практика включает в себя взаимодействие с объектами, это уровень, на котором они кажутся реальными. Следующий этап это *антаранга садхана*, это практика которая включает в себя работу внутреннюю, т.е. работу по пониманию, и медитацию. Но нужно понимать, что пока ты не разобрался с тем что происходит снаружи, ты не сможешь перейти к более глубоким, внутренним практикам. Потому что твое внимание будет постоянно убегать во внешний мир. Для внутренних практик разум должен быть в достаточной мере очищен и воспитан.

Осознание истины происходит, когда не остается границ эго, сам искатель, непосредственно, не может знать когда конкретно это случится, потому что когда эго оставляется, отдельного знающего также не остается. Поэтому нет смысла говорить или думать, что я скоро достигну просветления, или что я без пяти минут просветленный. Потому что сказать это может только эго, которое просветления не знает, и никогда не узнает. У него нет доступа к просветлению и освобождению. Наоборот, такие утверждения говорят о том, что чувство эго осталось, и оно весьма сильно, раз способно на такие слова и мнения о себе. Поэтому усилия должны настойчиво прилагаться, и не я отдельный решаю сколько мне еще осталось, это событие находится вне зоны моей компетенции. Но факт в том, что другого пути нет, и чем раньше я встану этот путь, тем больше шагов я успею сделать в этой жизни, а вот дойду я до конца или нет, известно лишь Богу.

На духовном пути, твоя компетентность распространяется исключительно на прилагаемые тобой усилия. Но результат всецело и полностью находится на усмотрении законов Всевышнего. **И надо знать с самого начала, что эти законы никогда не обманут, и никогда ты не получишь больше или меньше того чем ты заслужил своими действиями.** Ты получишь ровно тот результат, который в соответствии с тотальными законами предназначен для тебя.

Следующие две строфы, будут кратким введением в йогу медитации, которая более детально будет рассмотрена в шестой главе. Медитация необходима для более глубокого понимания смысла, который заложен в Бхагавад Гиту. Потому что знание которое содержится в ней, не должно быть знанием интеллектуальным, оно должно стать интегральной частью меня самого. Чтобы даже в самых сложных ситуациях эго не беспокоило меня, и желания и гнев, равно как и прочие реакции, которые свойственны ограниченному существу, не проявлялись. Адвайта помогает воспитать осознанный разум, и помогает научиться полагаться на него. Она настаивает на том, что реакции не должны иметь своим источником автоматические животные инстинкты, а исходить из осознания. Автоматические реакции — это жизнь в самсаре, а жизнь в самсаре, это жизнь чуть более развитого по сравнению с другими животными, другого, стадного животного.

Необходимо научиться жить как человек разумный, а не как двуногая обезьяна, и без процесса медитации, без глубокого переваривания и усвоения этого знания, даже если ты изучил все писания, ты остаешься всего лишь теоретиком. Для того чтобы стать практиком, и непосредственно жить исходя из этого знания, шравана и манана должна закончиться медитацией. Теоретик может даже читать лекции, но без применения знания в своей жизни, оно останется у него только в виде слов, и его жизнью по-прежнему будет управлять ограниченное существо. Насколько успешна медитация, настолько же будет успешным и узнавание Божественного вне ее.

स्पर्शान्कृत्वा बहिर्बाह्यांश्चक्षुश्चैवान्तरे भ्रुवोः ।  
प्राणापानौ समौ कृत्वा नासाभ्यन्तरचारिणौ ॥ २७ ॥

sparzAn-kRtvA bahir-bAhyAMz-cakSuz-caiva-antare bhruvoH |  
prANa-apAnau samau kRtvA nAsA-abhyantara-cAriNau || 27 ||

*Внешние объекты оставив вовне,  
сосредоточив взгляд между бровей,  
уравновесив вдох и выдох, проходящие через ноздри, (5.27)*

Под объектами в этой шлоке подразумеваются объекты с которыми человек может взаимодействовать посредством пяти органов чувств. Пять органов чувств это ворота через которые объекты могут войти в разум человека, и соприкоснуться с ним. Если искатель не будет обращать на них внимание, то они останутся вовне. Это можно сделать, приложив небольшое осознанное усилие. Но если соприкосновение произошло, то тут же возникает мысль об этом объ-



екте. Получается, что простым переводом внимания, ты можешь отказаться от взаимодействия с объектами. Просто не думай о них. Не объекты виноваты в том они входят в разум, и начинают волновать его внимание. Объекты пребывают вовне, и если ты о них не думаешь, они во вне и останутся. Звук, формы, цвета, вкусы, запахи, прикосновения, пусть все это остаются снаружи. Такая практика называется медитацией, и к ней искатель прибегает в том случае, если он на собственном опыте хочет убедиться в том, о чем он слышал и размышлял. Медитация — это непосредственный этап усвоения знания, и для этого ты на какое-то время должен отказаться от взаимодействия с объектами. Потому что когда ты взаимодействуешь с ними, ты находишься на их уровне. Отдельные объекты могут взаимодействовать только с отдельным я. А отдельный я, это уже ошибка.

Для того чтобы увидеть нераздельность, ты должен перестать ощущать себя отдельным на уровне объектов. Для этого и необходимо отказаться от их восприятия. Если ты не находишься на их уровне, то вполне естественно, что они не могут затронуть тебя. Метод, которым предлагают воспользоваться искателям, это перевод внимания на другой, более тонкий уровень, где ощущение от объектов, просто недоступны. Это процесс известен и доступен всем и каждому. Каждую ночь, когда ты ложишься спать, ты забираешь свое внимание от внешних объектов, и сосредотачиваешь его на чем-то более глубоком. Процесс этот знаком каждому, но медитация — это более осознанное движение, при котором разум остается активным и внимательным. На предыдущем этапе, он должен стать абсолютно контролируемым, и согласно твоим приказаниям, не отвлекается на внешние объекты.

Такая практика становится возможной только с пониманием зачем, и для чего я это делаю? Что я должен понять в результате? Эта практика не должна быть механической, ее целью не является зависание в некоем бессознательном stupore или трансе. Разум во время медитации должен оставаться внимательным, и осознанным. Чтобы в отсутствии объектов, или даже чувства я, узнать то что остается там, где было это чувство я. Это тончайшая интеллектуальная задача, которая доступна исключительно чистому и спокойному разуму, с которым проведена вся предварительная работа.

Следующее что советуется практикующему это cakSuz antare bhruvoH направить сосредоточенный взгляд между бровей. Когда человек только-только начинает практиковать медитацию, ему гораздо легче это делать с закрытыми глазами. Потому что таким образом внешние объекты будут меньше отвлекать и беспокоить его. Нужно понимать, что совет направить взгляд между бровей, не стоит воспринимать как дословную и конкретную инструкцию. Просто, когда че-

ловек закрывает глаза, и пытается сосредоточиться на чем-то без объектом, его глаза сами по себе как бы начинают смотреть немного вверх. Но почему здесь говорится именно о глазах? Потому что посредством их, человек получает максимальное количество информации, по сравнению с другими органами чувств. Поэтому глаза, равно как и другие органы чувств, не должны быть направлены на ни на что конкретное. Если ты научишься делать это с глазами, то сделать это и с другими органами чувств не будет большой проблемой. Нашей целью является узнать то что остается, когда не остается никаких объектов, в том числе и чувства я. Внешне это может выглядеть совершенно похоже на другие практики медитации, но внутренние процессы будут совершенно разные. Мы здесь не пытаемся сосредоточиться на каких тонких ощущениях, мы пытаемся превзойти их.

ОМ рUrNam-adaH рUrNam-idaM рUrNAt-pUrNam-udacyate |  
рUrNasya рUrNam-AdAya рUrNam-eva-avaziSyate ||  
ОМ zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

Бхагавад Гита курс Свами Видьянанды Сарасвати - 175

Глава 5 Шлока 27 - 28

sparzAn-kRtvA bahir-bAhyAMz-cakSuz-caiva-antare bhruvoH |  
prANa-apAnau samau kRtvA nAsA-abhyantara-cAriNau || 27 ||

*Внешние объекты оставив вовне,  
сосредоточив взгляд между бровей,  
уравновесив вдох и выдох, проходящие через ноздри, (5.27)*

Эта строфа являет собой незаконченное предложение, которое заканчивается в следующей строфе, и которую мы с вами сегодня будем разбирать.

Для чего вообще нужно погружаться в медитацию? Подобные вопросы должны быть разрешены еще до самой медитации, так как медитация — это кульминация джняна йоги. После того как закончена стадия карма йоги, после шраваны и мананы, медитация — это то что позволяет погрузиться вглубь себя, чтобы обнаружить то, о чем ты слушал и размышлял. Конечной целью погружения, является осознание того что находится до разума и до органов чувств. Необходимо полное понимание того что ты делаешь, зачем ты это делаешь, как ты это делаешь, и с какой целью ты это делаешь? Поэтому дхьяне будет посвящена вся шестая глава. Не первая, не вторая, а шестая, она будет раскрываться после того как была объяснена карма йога и джняна йога. Без подготовки и без предварительных размышлений, следовать рекомендациям которые даются в этой и в следующей строфе, будет тоже достаточно полезно. Но это будет всего лишь тренировка разума. Это не будет той медитацией, которая ей в действительности является.

Потому что для неподготовленного разума, цели медитации недоступны. Он не в состоянии обнаружить то что должно быть обнаружено в ней. Нужно понимать, что то что я делаю, это лишь подготовка разума к медитации, но никак не она сама. Подготовленный разум в процессе медитации совершает свое последнее погружение. Существует очень известный пример, который приводил Рамана Махарши. Пример с соляной куколкой, которая решила измерить глубину океана, и вошла в него. Правильная медитация является вхождением ку-

колки в океан, и когда она полностью растворяется в нем, кроме океана ничего не остается.

Это не просто какой-то океан, в котором пропадает бедное сознательное существо, это океан сознания, блаженства и бессмертия. Сознательность при растворении в этом океане не теряется. Наоборот, при растворении в нем отдельного существа, в нем приобретает безграничное блаженство. Но конечно же нужно понимать, что для того чтобы сделать этот шаг, нужна большая смелость и решительность, чтобы позволить раствориться своей отдельности, которая обязательно будет сопротивляться. Потому что это не хочет быть разрушенным, и оно всеми доступными ему силами будет сопротивляться этому разрушению. Вот именно для того чтобы победить это, и должна быть проведена предварительная работа с разумом, чтобы подготовленный к растворению личности, он мог осознать свою природу.

Чувство я для личности, это самое дорогое что у нее есть. Собственно, ради обслуживания этого чувства я, личность всю свою жизнь старалась, и обеспечивало ему безопасность и комфорт. Все что не делалось, делалось ради него. И вдруг оказывается, что это чувство было ошибкой, и оно должно быть оставлено. То, ради чего ты старался всю свою предыдущую жизнь, должно быть полностью оставлено! Даже после интеллектуального понимания что это необходимо, очень сложно отказаться от этого, и чувства я. Во-первых, страшно, потому что это единственное я которое мне известно, и я за него привык держаться. А во-вторых, непонятно как это сделать. Как это отказаться от чувства я?

Со всем этим можно разобраться. С чувством страха можно разобраться размышляя о том, что в принципе подобные процессы я проделываю каждую ночь. Каждую ночь я засыпая проваливаюсь в глубокий сон, и чувство я у меня пропадает. Анализ того в каких состояниях я бываю в течении каждых суток, по идее, должно продемонстрировать что ничего страшного в принципе не случается. Мое чувство я пропадет каждую ночь, и с телом и разумом не происходит ничего страшного. Но в медитации это исчезновение необходимо провести осознанно, для того чтобы убедиться, что когда чувство я убрано, остается сознание которое знает все. В том числе исчезновение и появление этого чувства я.

Но если я не смогу избавиться от чувства я, я всегда буду знать только его. И оно будет казаться для меня единственным источником осознанности. Именно процесс непосредственной проверки того что остается, когда ничего не остается, и происходит в медитации. Когда это обнаруживается, все страхи которые были до этого, страхи расставания с чувством я, пропадают. Потому что я понимаю, что чувство я было только чувством, оно только ощущалось, и никогда

не являлось мной. Я, это то сознание, которое знает как появление, так и исчезновение чувства я. Понимание что чувство я каждую ночь пропадет в глубоком сне, должно помочь мне перестать бояться этого процесса. Это с каждым происходит ежедневно, но происходит неосознанно. Такой процесс погружения вглубь, никак не способствует узнаванию того что остается. Потому что там некому узнавать, осознанность заснула вместе с разумом. А в медитации, я оставляя осознанность, погружаясь максимально глубоко. В общем от чувства страха можно избавиться размышлением, и чем больше я это практикую, тем больше я это понимаю.

Для того чтобы чувство я могло пропасть и исчезнуть, сначала нужно осознанно оставить все то, что находится до этого чувства я. Оставить все то что более плотно и материально, чем это чувство я. Все объекты которые это я осознавало, и осознание которых зависело от него, должны остаться снаружи. Для этого достаточно просто осознанным образом перестать взаимодействовать с ними. Я должен научиться оставлять объекты снаружи, и научившись этому, поняв, как это делается, я точно так же поступаю на более тонком уровне. Я учусь оставлять снаружи свои мысли, и погружаться глубже. Я перестаю взаимодействовать с ними

Потом обязательно придет время еще более глубокого погружения, потому что научившись и поняв как делается первый шаг, я пойму как делается и второй. Тот же самый процесс повторяется на более и более тонких уровнях. В глубоком сне сознание отключается вместе с разумом, а в медитацию я должен погружаться максимально осознанно. Я должен замечать стремление разума к засыпанию и купировать его. Постепенно посредством множества повторений, это начнет получаться. Я должен знать привычки разума, и действовать на шаг впереди его. В какой-то момент, я погружаюсь глубже и глубже, и усилия по этому погружению становятся все более тонкими, при этом они направлены на предотвращение скатывания в засыпание. Сначала я погружаюсь за внешние объекты, потом погружаюсь за объекты внутренние, и за возникающие в моем сознании образы. А потом я погружаюсь и за чувство я. Если у меня что-то не получается, если мне что-то мешает, то из этой попытки медитации я должен вынести хоть крупинку понимания. Что же помешало мне? Что я не понял? Где я сделал что-то не то? Что не дало мне погрузиться глубже? После каждой неудачной попытки должна делаться работа над ошибками.

Если не получается что-то капитально, то надо возвращаться на несколько шагов раньше, к карма йоге, к шраване и манане, и раз за разом повторять предыдущие шаги, ища то что было пропущено, и не замечено. Подобные пропуски всегда будут препятствием для того чтобы погрузиться в медитацию. Медитация не может быть механической практикой. Нам не нужно зависание в

трансе, мы стремимся к осознанию своей бесконечной природы. Медитация — это всегда творческий процесс, это всегда открытие. Если я в ее процессе не понял истину, то я хотя бы на миллиметр должен понять, что мне в этом помешало, и предпринять попытки для избавления от этого осознанным образом в состоянии бодрствования, т.е. перед следующей медитацией. Если такого активного процесса не происходит, если я хотя бы на миллиметр каждый раз не приближаюсь к пониманию, значит я делаю что-то не то. Для того чтобы избавиться от ошибок, этот процесс придется повторить множество раз.

Процесс медитации у подготовленного искателя, и у мудреца, познавшего истину, будет один и тот же. Будет различаться лишь его глубина. Начинаящий, в подобных попытках просто подготавливает разум. При этом понимая, что это еще не настоящая медитация, это еще только подготовка. В настоящую медитацию может погрузиться лишь разум подготовленный, и это будет называться практикой самадхи. Узнавший практикует это для утверждения в знании. Указания, которые даются в этой шлоке, важны только в самом начале. Закрытые глаза помогают оставлять внешние объекты вовне, а ровное и спокойное дыхание благотворно действует на разум, успокаивая его.

Пранаяма это практика для уже несколько подготовленного разума, поэтому ее не рекомендуют человеку который поглощен желаниями и амбициями. Его разум у этому моменту должен быть заранее очищен от избыточных понятий. И готовый искатель, практикой пранаямы, уже успокоенный разум успокаивает еще больше. Когда разум становится готов к медитации, вдох и выдох становятся очень легкими, и почти что незаметными.

Следующая шлока продолжает объяснять то, о чем говорилось в предыдущей строфе.

yatendriya-mano-buddhir-munir-mokSa-parAyaNaH |  
vigatecchA-bhaya-krodho yaH sadA mukta eva saH || 28 ||

*Мудрый, овладевший чувствами, разумом и интеллектом,  
устремленный к освобождению,  
лишенный желаний, страха и гнева, -  
воистину он всегда свободен. (5.28)*

Слово muniH, мудрый, может пониматься в двух разных смыслах. Это может быть как комплимент искателю, который занимается медитацией для обнаружения своей природы, или же это может быть тот кто практикует вхождение в самадхи, для того чтобы утвердиться в понимании собственной природы. Происхождение слова *муни*, можно вывести несколькими разными способами.

Слово муни, и слово манана, можно считать произошедшими от одного корня. Манана это размышление, а мудрый, это тот, кто до того как начал практиковать медитацию, практиковал манану, т.е. размышлял. Так же слово муни, может означать того кто погружен в молчание. Молчание — это тишина, это *мауна*, что также может означать того, кто внутренне спокоен и молчалив. Того, кто оставил вовне внешние объекты. Такой человек будет муни, мудрецом который пребывает в молчании. Он успокоен в самом себе. Муни, этот тот кто размышлял, или же муни тот, кто находится в тишине, не взаимодействуя с объектами и понятиями разума.

В очередной раз мы должны заметить, что здесь упомянуто важнейшее качество такого человека, *yata-indriya-mano-buddhiH*, что прямо говорит нам о важности контроля над чувствами, разумом и интеллектом. Мудрый успокоил свои чувства, они больше не стремятся к внешним объектам, его разум и интеллект находятся в спокойствии и не волнуются. Он садится в медитацию, и он не вспоминает что ему кто-то давно не звонил, или о том что было в прошлую пятницу. Он не отвлекается на подобные вопросы. Разум и интеллект такого человека живы, и органы чувств у него тоже не отсохли, он просто делает сознательное усилие, и не отвлекается ни на что, пребывая в равности. Его равность, это следствие осознанной не вовлеченности. Такое состояние разума и органов чувств, и контроль над ними, важно, как в самой медитации, так после нее. Потому что после выхода из медитации, йог должен продолжать оставаться в таком равном и невзволнованном состоянии.

По мере того как искатель практикует медитацию, позиция не затронутого созерцающего сознания все больше и больше усиливается, и искатель постепенно теряет страх смерти. Превосхождение этого страха, само по себе является хорошим доказательством того что искатель перестает отождествлять себя с телом. Это свидетельство того что он действительно понимает, что я не есть тело. Если он понял это лишь интеллектуально, то он будет бояться потерять свое я, которое пребывает в теле. Но если практикуя медитацию меня не пугает смерть моего эго, я могу пройти за нее, и узнать то что остается когда оно умирает. Это и есть тот самый момент, когда соляная куколка растворяется.

Такой муни *mokSa-parAyaNaH*, он устремлен к освобождению, он жаждет освободиться от неверного отождествления себя с телом. Он хочет оставить свою глупость, которая привязывает его к этой ограниченности. Он устремляется к истине, потому что только в ней он видит свое прибежище. Ничто другое ему не интересно. Он сосредоточен лишь на освобождении, он не желает принимать себя за тело, он хочет понять кто он. **Для этого необходимо отказаться от привычного знания себя как чего-то ограниченного, и иметь смелость задать себе ключевой вопрос, а смертен ли я?** Потому что все

остальное знание которое имеет человек, оно основано на знании себя как отдельности. Но Адвайта говорит, что это знание не верно! Искатель — это тот человек, который хочет проверить это на своем опыте, и имеет для этого все необходимые качества.

**Адвайта ставит вопрос о легитимности того что казалось бы всем ясно и понятно.** Отдельный я, в отдельном мире, взаимодействую с этим отдельным миром. Но когда вопрос ставится иным образом, можно открыть то что совершенно переворачивает все мои прошлые воззрения. Я не есть отдельность, а основа меня и основа мира, это одно и то же чистое сознание, которым я на самом деле и являюсь! Я это тот фон, на котором возникает как мое чувство я, так и весь окружающий его мир. Для того чтобы поставить под вопрос законность привычных понятий, надо заметить, что с привычными понятиями что-то не то. А так же надо иметь смелость пойти против всего мира, который считает по-другому. Это нужно сделать не для того чтобы сказать что-то противоположное, это просто будет результат исследования. Если ты можешь провести это исследование честно, то ты увидишь, что аксиома из которой ты жил до сих пор, и из которой продолжают жить все остальные люди, она абсолютно ни на чем не основана! Общепринятое понятие о том что я отделен, не имеет никаких доказательств! Об этом просто так принято думать! Но если начать задавать вопросы, то окажется, что у отдельного я нет никаких прав и никаких сил, кроме силы нашей привычки, которая позволяет отдельному я совершать патологическую ошибку, в результате которой оно принимает себя за отдельность.

Адвайта начинается в тот момент, когда я ставлю под вопрос свою отдельность, и вопрос о неизбежности смерти, и недостижимости счастья. Как только появляется подозрение что может быть по-другому, оно начинает шептать мне что я не смертен! И если ты услышал этот шепот, то у тебя появляется возможность прислушаться к нему еще больше, и ты будешь готов отказаться от более мелких желаний, ради узнавания самого важного. У такого человека появляется бесстрашие и различение. И мелкие объекты этого мира, перестают быть любимыми и желанными. Потому что у него появляется настоящая, самая важная цель. Если есть желание познать истину, и осознать свою безграничность, то появятся и все остальные, необходимые качества. Потому что я буду мотивирован главным желанием, на усилие по обретению этих качеств. Если желание сильное, то все препятствия на его пути будут уничтожены.

Жизнь такого человека обретает направленность, и становится подчиненной главному стремлению обнаружить свою безграничную природу. Такая жизнь перестает быть случайностью, и все что в ней происходит, становится ступенями на пути к достижению главной цели. Медленно или быстро, но она движется в правильном направлении. И тогда все что случается в жизни такого чело-



века, становится ради этого. Здоровье перестает быть ценностью само по себе, потому что теперь здоровое тело нужно для этого главного стремления, чтобы успеть закончить свое путешествие к освобождению. Чтение и размышление, так же случаются не для развлечения, и не для проведения времени. Я читаю для того чтобы продвинуться в нужном направлении. Я размышляю не о чем попало, а о самом главном, и это придает направленность моей жизни. Когда я не отвлекаюсь, когда мой разум сосредоточен в нужном направлении, я могу использовать все свои возможности ради победы, и высшего открытия. Такое сосредоточение придает осмысленность всей моей жизни.

Медитация уменьшает мою привычную зависимость от тела, и окружающих его объектов. Сначала на грубом уровне, а потом на более тонком. И так я постепенно поднимаюсь выше отождествления себя с телом. И выхожу из-под ограничения пространства и времени, потому что если я не тело, то и смерть тела, это не моя смерть. А значит и ограничение тела, не мое ограничение. Тело ограничено пространством и временем, но я сам не ограничен ими. Превосходя уровень физического отождествления с телом, я буквально превосхожу пределы пространства и времени, и перестаю совершать ошибки. Потому что мой разум не волнуется, и качество понимания, как и качество жизни, улучшается.

Хочет или не хочет этого человек, но каждый раз когда он рождается, он идет на войну. Даже Бхагавад Гита рассказывается Кришной на поле боя, который происходит внутри каждого из нас. И мы не можем выбрать участвовать в этом сражении, или нет, но мы можем выбирать против кого мы будем сражаться, и каким оружием. Если мы сражаемся с другими людьми, если мы сражаемся с миром, то мы обязательно проиграем. И этот проигрыш ощущается очень многими. Кризис среднего возраста — это как раз свидетельство того, что этот проигрыш замечается почти всеми. Правда мало кто из этого делает верные выводы, но проигрыш все-таки замечается. Время течет, жизнь проходит, ничто не достигнуто. Человек впадает в депрессию, и пытается что-то переосмыслить.

В другом случае, мы можем выбрать сражаться собственной глупостью, и с собственными ограничениями. Эта как раз и есть та битва, которую невозможно проиграть. Потому что Кришна на нашей стороне! Ведь мы помним, что Арджуна с невооруженным Кришной, сражается с гораздо более многочисленными, и лучше вооруженными силами, но на той стороне не было Бога. Эти силы символизируют эгоистические желания и устремления. И это сражение эго против всего мира, обречено на поражение. А сражение против эго, с Бхагаваном Кришной, обречено на победу. Поэтому вставай на битву Арджуна, и не пытайся избежать ее.

Цель Адвайты, это обнаружить безграничного Бога в самом себе. Это высшая цель жизни, которая достойна того чтобы все время, все усилия, все ресурсы, и все внимание было посвящено только ей. Тотальное поддерживает это стремление, потому что это естественное стремление всех живых существ. Но только у человека есть возможность выбора, и возможность пройти этот путь до конца, за счет того, что ему дарована большая осознанность по сравнению с животными. И для этого ты всего лишь должен делать то, что от тебя зависит. Ты должен делать шаг за шагом в правильном направлении, и тогда рано или поздно, но победа обязательно будет на твоей стороне.

ОМ pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
ОМ zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

## Бхагавад Гита курс Свами Видьянанды Сарасвати - 176

### Глава 5 Шлока 28

sparzAn-kRtvA bahir-bAhyAMz-cakSuz-caiva-antare bhruvoH |  
prANa-apAnau samau kRtvA nAsA-abhyantara-cAriNau || 27 ||

*Внешние объекты оставив вовне,  
сосредоточив взгляд между бровей,  
уравновесив вдох и выдох, проходящие через ноздри, (5.27)*

yatendriya-mano-buddhir-munir-mokSa-parAyaNaH |  
vigatecchA-bhaya-krodho yaH sadA mukta eva saH || 28 ||

*Мудрый, овладевший чувствами, разумом и интеллектом,  
устремленный к освобождению,  
лишенный желаний, страха и гнева, -  
воистину он всегда свободен. (5.28)*

Эти шлоки говорят нам о мудром человеке в контексте вступления к шестой главе, которая полностью будет посвящена теме медитации. Как и в других шлоках, Бхагавад Гита одновременно обозначает цель как для искателя, так и для того, кто уже достиг ее, для знающего. Для мудрого человека, это будет практика утверждения пребывания в знании, а для стремящегося, это будет описанием последовательных шагов, которые нужно сделать один за другим, для того чтобы прийти к тому пониманию которым обладает познавший.

Эта шлока рассказывает нам о сознательном сосредоточении и контроле над чувствами, разумом и интеллектом. Это сознательное погружение в медитацию, с огромным желанием расстаться с личностью, и выйти за абсолютно любые пределы. Зачастую, человек который не так давно начал медитировать, несколько кривит душой перед самим собой, и хочет оставить себе некоторую часть эго, в надежде на то что он познав что-то, сможет осознать что он достиг просветления. Но дело в том, что путь к просветлению лежит посредством убийство эго, убийства чувства я. Сказать, что я просветленный, просто некому. Убийство своего эго, это сознательное смерть еще при жизни. На самом деле

ничего и не происходит, так как тело продолжает существовать, просто полностью меняется понимание того что такое я, и что на самом деле происходит вокруг меня. Сила этого изменения понимания огромна, и для того чтобы этот огромный сдвиг стал возможен, эго должно быть уничтожено полностью. Вот это и есть настоящее самоубийство. Избавление от личности.

То, что обычно людьми называется самоубийством, таковым не является, потому что в их случае убивается тело, а не я сам. Такое “самоубийство”, может быть совершено только по глупости, потому что оно не решает никаких проблем, и в процессе его совершения наказывается невинное тело, которое к этим проблемам вообще не имеет никакого отношения, а настоящий преступник избегает своего наказания. Невежество в таком случае остается, и это значит, что ситуация будет повторяться и повторяться до тех пор, пока человек не найдет верное решение, т.е. правильный выход из создавшейся ситуации. Иначе обстоятельства будут продолжать складываться подобным образом из жизни в жизнь, и так как глупость осталась нетронутой, то она будет приводить к самым разным ситуациям, в которых с этой глупостью снова придется столкнуться лицом к лицу. Самоубийство, о котором говорит Адвайта, практикуется не для того чтобы избежать какой-то конфликтной ситуации, оно практикуется для чтобы осознать настоящего себя, которого убить невозможно.

Пока эго не уничтожено, движение должно быть направлено за эго, и за страх смерти. И это бесстрашие не декларируемое, это бесстрашие настоящее! Оно будет проверено в самых разных жизненных ситуациях, где человеку придется встретиться со страхом смерти, и пройти сквозь него. Если этого не случается, то человек остается на стороне ограниченного мира, ограниченного я, и ограниченной самсары. А нам надо на ту сторону! И причем нам это реально необходимо! Обмануть тут никого невозможно, потому что никто тебе не ставит оценки, и не выдает дипломов и грамот за твои достижения. В первую очередь честность должна соблюдаться по отношению к самому себе. Я должен знать, что я не боюсь, что я превзошел страх смерти.

Это не значит, что человек начинает рисковать своим телом, что он перестает бояться высоты, или начинает перебегать дорогу на красный свет, перед быстро едущими машинами. Это проверяется совершенно на другом уровне. У тела остаются реакции, которые следят за тем чтобы оно продолжало жить столько, сколько ему необходимо. Пока есть прарабдха карма, существование физического тела будет продолжаться, и найдутся силы, которые будут автоматически, без моего вмешательства следить за тем чтобы оно оставалось в безопасности.

Все это ко мне не будет иметь никакого отношения. Когда я знаю что происходит, я знаю что есть тело, есть его реакции и импульсы, есть его врожденные склонности. Есть органы чувств, которые работают определенным образом, и ко мне это не имеет вообще никакого отношения. Потому что я обнаружил то, что есть когда не остается ничего. Даже чувства эго. Я прошел через осознанное убийство ограниченной личности. И я сделал это не для того чтобы кого-то убить, а для того чтобы обнаружить непосредственно свою собственную бессмертную природу. Для того чтобы понять, что со мной никогда и ни при каких условиях не может вообще ничего произойти. Ни хорошего, ни плохого. Я превосхожу время и пространство, я не завишу от наличия тела или его отсутствия. И именно для того чтобы это было обнаружено, и существует процесс медитации. Процесс медитации — это процесс погружения и осознанного избавления от всех понятий и ощущений, который заканчивается избавлением от эго, и осознанием того что существует вне зависимости ни от ничего.

Человек начинающий практиковать к медитацию, должен имеет страстное желание освободиться от ограничивающих его понятий. Он хочет осознать, что он не является телом, он хочет осознать, что он не ограничен отношениями, качествами и чувством я. Если это желание есть, то все остальное приложится, и медитация будет успешной. Но большинство практиков все же кривят душой, и пытаются оставить себе немножко я. В таком случае получается, что окончательной честности нет, и два противоположных импульса сталкиваются друг с другом, что делает превосходение эго невозможным. Поэтому такое противоречие должно быть устранено. Это может быть или шравана, манана и нидидхьясана, или же, если и это не помогает, тогда нужно вернуться к стадии карма йоги.

Процесс медитации существует для открытия настоящего себя, я должен войти в ситуацию в которой я максимально осознан, и в которой нет чувства эго. В жизни такая ситуация случается в глубоком сне, но там отсутствует чувство осознанности, поэтому узнавание становится невозможным. Медитируя, я погружаюсь на примерно такую же глубину, или даже еще глубже. Я прохожу за страх смерти, за момент когда мое эго разрушается, и я делаю это со страстным желанием понять, а не погрузиться в какое-то странное состояние. Раз за разом в медитацию я иду за знанием, и если что-то не получается, то я корректирую свою практику, и пытаюсь понять это снова. Каждый кто делает это, он своего рода является первооткрывателем, хотя он и идет по следам мудрых. Но через твое эго никто еще не проходил, там нет даже самой маленькой, и незаметной тропинки. По этому пути ты должен пройти первым, для того чтобы обнаружить тот океан в котором все утопает, и в котором все существует. Идя по этому пути, я разбираюсь с собственными неверными понятиями о самом себе, потому что оказывается, что абсолютно все что я знал до сих пор о самом себе, не

является правдой. Неверно имя, не верен пол и возраст, не верно все то что о чем ты рассказываешь в соц. сетях, и пишешь в анкетах. Все это к тебе не относится.

Адвайта это приглашение в самую увлекательную из всех возможных экспедиций, в поисках настоящего себя. Это настоящее путешествие в неведомые края где я ни разу не был, это путешествие в глубину собственных понятий и себе, и превосхождение их. В конце этого пути каждого ждет огромный приз, обнаруживая который я не обнаруживаю ничего нового. Все то, о чем говорит Адвайта, я знаю уже и сейчас. Знаю, но не узнаю его! Я смотрю на это, и узнаю его как что-то другое, я неверно интерпретирую его. Приз заключается в том, что я избавляюсь от невежества относительно своей смерти, и своей подверженности страданиям. Я избавляюсь от иллюзии того что я могу найти счастье в объектах. По мере продвижения по этому пути, я выхожу из-под ограничений времени и пространства. **Единственный достойный враг с которым следует сразиться в этой жизни, находится не снаружи, он находится внутри.** Этот враг, это мое собственное незнание, победив которое, ты осознаешь, что все остальные враги тебе только казались.

**Зачастую случается так, что цели в жизни, отвлекают меня от цели жизни.** И чем больше цели и желаний появляется в моей жизни, тем больше они отвлекают меня, и тем меньше сил остается на самое главное. Почему подчеркивается, что должны уйти страх, желания, раздражения и гнев? Потому что это все последствие желаний, которые отвлекают меня от борьбы со своим внутренним врагом. **Никакой другой человек, никакой объект, и никакие обстоятельства вовне, не могут помешать мне, если я поставил перед собой правильную цель, и понимаю что на самом деле мне нужно в жизни.** Чем сильнее желание объекта, тем страшнее его потерять, и тем больший гнев я испытаю, если не смогу обрести его! Бхагаван Кришна не зря раз за разом подчеркивает необходимость контроля своих мыслей и желаний. Если у меня постоянно возникает ощущение что меня обидели, и поступили со мной несправедливо, это свидетельство наличия желаний, страха и гнева. Это значит, что я по-прежнему сосредоточен на многочисленных мирских целях и достижениях.

**Если такие понятия возникают, на них нужно обратить внимание, и сделать сознательное усилие чтобы не вовлекаться в них.** Ситуация “он меня обидел”, это уже вовлечение, но если я вовремя вспоминаю о том что меня здесь нет, то я смогу посмотреть на ситуацию со стороны, оставаясь при этом свидетелем. Каждая привычка которая привязывает нас к телу, посредством органов чувств, должна быть отброшена, потому что она будет мешать нам. Это может быть при-

**вычка к лени, к курению, к перееданию, к нечестности, к необязательности, к пустому времяпровождению, к отвлечению, к невнимательности, к автоматичности. Эти привычки косвенным образом продолжают привязывать меня к понятию что я есть тело, и если я не работаю с ними, у меня останется множество препятствий на пути к большему пониманию и осознанности.**

Пока мы заняты выстраиванием приятных условий для своего тела, у нас не остается времени для того чтобы обратиться к высшей цели своей жизни, и обратиться с должными усилиями. Любое отвлечение, любое разбазаривание внимания и усилий, будет мешать продвижению по этому пути. Необходима абсолютная сосредоточенность и концентрация, поэтому этот путь проходят только те, кому это действительно нужно. Именно такие люди в конце концов обнаруживают истину. На этом пути нет никакой свободы выбора. Правильное направление оно одно, и единственной альтернативой будет то, что человек остается в страдании. Или он прилагает усилия в нужном направлении, и прилагает их ровно столько, сколько требуется для достижения высшей цели, или же остается на уровне ограниченного существа. Других направлений нет.

Если в жизни человека существует огромное количество препятствий, то гнев направленный на них, будет совершенно естественным и постоянным спутником его жизни. Это при условии, что цели поставлены неправильно, и находятся на уровне мира. Но если цель поставлена верно и правильно понята, и если я двигаюсь по направлению к ней, то соревновательность в процессе достижения к этой цели невозможна. Потому что эта цель внутри меня. И по мере того как я приближаюсь к ней, я постепенно избавляюсь от внешних препятствий, и становлюсь все более и более независимым. До тех пор, пока в твоей жизни доминируют мирские жизненные цели, они неизбежно будут вступать в конфликт друг с другом. Для их достижения будет требоваться строго определенное количество усилий, которые должны быть приложены в строго определенном порядке, в строго определенное время, что для ограниченного существа весьма и весьма сложно. Потому что оно всегда хочет сделать поменьше, а получить наоборот, гораздо больше.

Примером таких сложно переплетенных и трудно выполнимых мирских действий, служит описание ритуала агнихотры. Это очень древний ведический ритуал, описание которого можно найти в Мундака упанишаде. Этот ритуал служит для того чтобы верно совершивший его человек достиг высшей мирской жизненной цели, попадание после смерти в рай. Так как в Ведах есть все, то не удивительно, что в них есть и метод достижения подобной цели. И вот Мундака упанишада детально описывает все то что необходимо для этого. Агнихотра это ритуал который должен дважды в день выполняться каждым до-

мохозяином. Он должен совершаться рано утром на рассвете солнца, и вечером, на его закате. Разводится небольшой костер, и под строго определенный порядок мантр, в его огонь подносится подношение в виде топленого масла. Этот ритуал очень сложен, потому что подношения и мантры должны читаться не просто так, они должны читаться между определенными языками пламени. Всего таких языков различается около семи, и человек который проводит ягью, должен очень быстро реагировать, и различать их. Если он ошибается, и к моменту произнесения мантр пламя приняло какую-то другую, определенную форму, то считается, что ты все испортил, и ритуал не достигнет своей цели.

Во время этого ритуала нельзя даже чесаться, а если уж совсем невтерпеж, то это можно сделать только рогом черной антилопы. И это не шутка. Описание этого ритуала, это описание жизни в самсаре, где огромное количество факторов должно сложиться правильным образом, для того чтобы твое действие привело к желаемому результату. Помимо самого ритуала агнихотры, нужно так же совершать определенные ритуалы на полнолуние, и на новолуние. И если ты по каким-то причинам пропускаешь их, ты таким образом обнуляешь наработки ритуала агнихотры. Далее, строго необходимо раз в год проводить ритуал первого урожая, в процессе которого ты должен благодарить Богов за то что ты смог собрать его. Затем существует так же и ритуал, который совершается каждые четыре месяца, чатурмасья. И этот ритуал должен обязательно проводиться в присутствии гостей, которых нужно накормить, напоить, и всячески облагодетельствовать.

Эти ритуалы должны проводиться всю жизнь, и с момента когда ребенок вырастает и обретает необходимую квалификацию, он берет на себя эту обязанность, которую ему в свою очередь передает старейший человек в семье. Таким образом, ритуалы совершаются непрерывно на протяжении множества поколений. И если ты в какой-то мелочи нарушаешь их четко установленные правила, то вместо попадания в рай, ты запросто можешь очутиться в аду. Причем не только ты, но и все твои предки, на семь поколений вперед и назад! Но если все сделано как надо, то ты обретаешь столь желаемое тобою райское наслаждение. Но нужно понимать, что рай — это некое временное состояние. Ты обретаешь то что ты так хотел, наслаждаешься им, но потом ты снова возвращаешься в этот мир, и начинаешь все сначала. Любое эгоистическое действие ограниченного существа в этом мире, будет так же как результат ритуала агнихотры, зависеть от бесконечного множества дополнительных действий которые должны быть совершены в нужный момент, с нужным усилием, и в нужном объеме.



Описание этого ритуала, как бы подчеркивает насколько сложно получить определенный желаемый результат в этой жизни. И люди которые в своей жизни полагаются исключительно на действие, они попадают в эту ловушку. Они стремятся к идеалу, достижение которого с помощью действий невозможно. В Мундака упанишаде, действие такого типа сравнивается с дырявой лодкой, на которой совершенно невозможно переправиться на другой берег океана самсары. Ты можешь залезть в эту лодку, можешь даже оттолкнуться от берега и начать плыть на ней, но так как она постоянно наполняется водой, то в конце концов ты утонешь вместе с ней. Хотя, с другой стороны, для большинства людей боль и страдания в жизни, являются стимулирующими факторами, при достижении определенных желаемых ими целей, и они необходимы для их роста и понимания. Потому что если бы все всегда было хорошо, и все желаемое было бы легко достижимо, то не было бы стимула думать, и искать выход. Поэтому спасибо всей той глупости, которая каждого из нас заставляет искать выход из самсары. **Трудности в жизни тоже не случаются просто так, они думающего человека делают умнее.**

Но в то же время есть и правильная лодка! Правильная лодка, это лодка знания, и человек разумный, рано или поздно обращается к ней. Только лодка понимания способна переправить дживу на другой берег океана самсара. И знаете, что происходит? Еще в процессе подготовки к знанию, такой человек перестает зависеть от результата действия, который так сложно достичь в процессе проведения ритуала агнихотры. Как только человек обращается к карма йоге, его зависимость от результата действия постепенно уменьшается, а впоследствии и совсем пропадает. Потому что чтобы он не делал, он делает это не для себя, а для очищения разума. И главным при этом становится не само действие, а понимание, с которым делается это действие. Если это намерение чисто, и результат отдается Богу, значит я не настаиваю на какой-то его конкретности. Я просто со своей стороны делаю все необходимое, и делаю это настолько хорошо, насколько я могу это сделать. А над тем что придет ко мне в качестве результата, я не имею никакой власти, поэтому в этом я полагаюсь на Бога. Таким образом, когда действия совершаются как подношение Высшему, то главным становится не результат действия, а результат виде очищения разума.

В таком случае, даже не верно прочитанная мантра, и не совсем правильно замеченные и идентифицированные языки пламени, перестают играть свою первоначальную роль. Потому что твое намерение чисто, и результат отдается Божественному. Даже если ты не смог провести ритуал в строгом соответствии с тем как он задуман, твоим результатом будет очищение разума. В то время, если твое желание было эгоистично, то произнося мантры и допуская в их

произношении ошибки, ты по итогу рискуешь получить совсем не положительный результат.

Именно поэтому для повседневного использования считаются более безопасными мантры пурианические. Потому что они не содержат строгие законы по своему произношению. И вообще, более правильным будет обращение к знанию, и очищение разума с помощью карма йоги. Если ты практикуешь ее, то в следующем воплощении у тебя есть шансы родиться в хорошей семье, и продолжить практику дальше. Поэтому результаты очищения разума не теряются, и мудрый человек обращается к самому верному из всех доступных ему инструментов. Он обращается к знанию, и избавляется от желаний, от действий, и от их последствий. Такое капитальное изменение системы ценностей, приводит к тому что человек постепенно приближается к Божественному путем превосхождения своего эго, которое постепенно растворяется в чистом сознании. В котором нет никаких альтернатив и деления, потому что в истине нет выбора, выбор есть только в невежестве. Следующая глава продолжит раскрывать эту методологию.

Как мы уже знаем, эта методология будет верна как для ищущего, так и для уже достигшего. Человек освобожденный уже обрел все необходимые качества, и он знает себя как Бога, а майю он знает как свою силу, которая творит весь окружающий его мир. То, как достичь такого состояния, нам рассказывает Бхагавад Гита. Она содержит в себе множество полезных советов, следуя которым у человека постепенно начинает складываться общая картина движения в нужную сторону. Главный метод которому учит Бхагавад Гита, это метод превосхождения, и выхода за все возможные пределы. Причем это происходит сплошно и постепенно. От слоя плотного, к слою более тонкому.

Это совершенно другой метод решения жизненных проблем. Он находится не на уровне, где эти проблемы возникают, а путем превосхождения он ведет нас к выходу на уровень следующий, на котором превосходятся эгоистические желания, действия, и интеллектуальные смыслы. Подобному превосхождению Веданта учит на самых разных уровнях. Как мы помним, перед Арджуной стояла проблема, он не мог определить кто находится перед ним, его родственники, или же его враги? На том уровне на котором он находится, ответа не существует, и поэтому он обращается к Бхагавану Кришне, который напоминает ему о том, что он вообще тут делает! Арджуна находится на поле боя, в процессе битвы за Дхарму. И когда подобным образом ситуация превосходит, выход из нее становится совершенно очевидным. Такая безальтернативность, это признак истинности, потому что наличие альтернатив говорит о том, что ты находишься на уровне самой проблемы.

Главным результатом изучения Адвайта Веданты, должно стать постепенное овладение методом превосходения, который работает на абсолютно всех уровнях твоей жизни, и является единственным методом выхода из самсары.

*Мудрый, овладевший чувствами, разумом и интеллектом,  
устремленный к освобождению,  
лишенный желания, страха и гнева, -  
воистину он всегда свободен. (5.28)*

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

## Бхагавад Гита курс Свами Видьянанды Сарасвати – 177

### Глава 5 Шлока 29

yatendriya-mano-buddhir-munir-mokSa-parAyaNaH |  
vigatecchA-bhaya-krodho yaH sadA mukta eva saH || 28 ||

*Мудрый, овладевший чувствами, разумом и интеллектом,  
устремленный к освобождению,  
лишенный желаний, страха и гнева, -  
воистину он всегда свободен. (5.28)*

В этой и в предыдущей строфе, Кришна кратко объясняет процесс медитации, и указывает на результат этого процесса. Также он указывает на качества, которые необходимы, чтобы медитация была успешна. Это овладение чувствами, разумом и интеллектом, а также полная сосредоточенность на освобождении. Подконтрольность чувств, разума и интеллекта, означает, что у человека практикующего медитацию, должны отсутствовать другие желания, уводящие его в сторону от цели его практики. Иначе они не будут давать ему медитировать. У него должно быть только одно желание, это страстное желание освобождения. Но в какой-то момент, медитации будет мешать абсолютно любое желание, поэтому даже желание освобождения, должно быть оставлено. Сначала это желание является той силой, которая заставляет человека медитировать снова и снова, даже если у него ничего и не получается, но он все равно не оставляет попыток, и продолжает практику снова и снова.

В какой-то момент это желание должно быть оставлено, потому что любое желание — это свидетельство разделения, а разделения быть не должно. Медитирующий должен исчезнуть, раствориться, не должно остаться того, кто может желать узнать себя. Это желание должно быть оставлено и превзойдено. Остается только намерение в котором нет личности, в котором нет того, кто намеревается. Это как бы продолжающееся движение по инерции, когда медитирующий оставляет желание, но продолжает погружаться все глубже и глубже. Что же помогает этому? Этому помогает правильное проведение всех необхо-

димых подготовительных до медитации работ. Такие работы должны быть проведены до того, как человек садится в медитацию с целью обнаружения своей природы. Потому что погружение в медитацию, это как бы контрольная точка, это своего рода проверка. Оценок тут конечно никто не ставит, но постепенно ты сам начнешь замечать, что вхождение в медитацию становится легче и глубже, что на твоём пути все меньше встречается препятствий и отвлечений, а на выходе узнается нечто новое, что немного меняет твоё понимание и в состоянии бодрствования. Из медитации обязательно должно выноситься какое-то практическое понимание, какое-то новое виденье.

Проводимая таким образом правильная медитация облегчает дальнейшую практику, и в состоянии бодрствования. Это контроль над разумом, над чувствами и интеллектом. Это однонаправленность устремлений, это освобождение от желаний, от страха и гнева. Когда в бодрствовании проведена работа с учетом коррекции понимания которое было достигнуто в медитации, практика бодрствования улучшается, что в свою очередь означает, что погружение в следующую медитацию будет глубже. Таким образом эти практики взаимно влияют друг на друга, и постепенно жизнь человека становится осознаннее. Он обращает свое внимание на малейшие проявления страхов и опасений, которые не выдерживают его пристального взгляда, и понемногу начинают пропадать из его жизни. А так как страх и гнев, это свидетельство наличие эго, то постепенно с избавлением от них, эго становится все меньше и меньше.

В результате этого, человек перестает двигаться по жизни автоматически. Я размышляю, я вижу, я сознаю и применяю в жизни узнанное. Это положительно влияет на все аспекты в моей жизни. Таким образом, я постепенно разбираю границы своего эго, чтобы когда придет время, в медитации превзойти его, чтобы осознать основу и эго тоже. Нам надо как можно глубже, нам надо как можно дальше, продвинуться в себя методом превосходения. Это очень тонкий и постепенный процесс, который не может произойти по щелчку пальцев. Он не может произойти за одну ночь, или за одну медитацию, необходимо множество небольших и постоянных усилий в нужном направлении, и тогда рано или поздно произойдет глобальный сдвиг. (: -D)

Такой подход — это очень естественный процесс, и все грандиозные изменения во вселенной происходят именно таким образом. С помощью небольших, но постоянных усилий растут горы, и сдвигаются тектонические плиты, а океаны меняют свои очертания. Даже материки движутся постепенно. Человеческое эго тоже росло постепенно, и более того, оно росло неосознанно, но медитация это осознанный и направленный процесс, запущенный в обратную сторону. С такой же постепенностью, с какой происходило формирование эго, мы разбираем его. И это достаточно незаметный процесс, результаты которого стано-

вятся видимыми на достаточно больших промежутках времени. Изменения, происходящие в эго, заметить и оценить достаточно сложно, потому что оно маскируется под меня самого. Поэтому его оценка происходит по тем последствиям, которые оно порождает. И чем раньше человек обратит свое внимание на его деструктивные последствия, тем лучше для него самого. Чем раньше ты обращаешь на него внимание, и тем легче тебе его будет обратить вспять. Эго — это барьер между мной и бесконечностью, это то что не позволяет мне осознать то что есть на самом деле.

Действие совершенное с учетом чувства эго, приводит к тому что оно подтверждает свое существование, и становится сильнее. В отличии от мыслей и действий, направленных к Тотальному, что приводит к уменьшению и ослаблению чувства эго. Это очень постепенный процесс, в котором я шаг за шагом должен продвигаться в нужном направлении. Красота этого процесса в том, что один шаг в нужном направлении со стороны ограниченной личности, приводит к тому что Божественное с другой стороны делает десять шагов навстречу. Получается, что движение в нужную сторону поддерживается не только индивидуальными усилиями, но и Тотальными законами вселенной. Если ты делаешь шаг за шагом в нужную сторону, то ты можешь полагаться на тотальные законы, а если нет, ты можешь полагаться только на свои собственные усилия. Но если ты движешься в нужном направлении, то твои собственные усилия суммируются с усилиями тотальными.

Эгоистическое действие приводит ко множеству случайных и противоречащих друг другу результатов, которые взаимодействуют между собой, и обнуляют какие-то случайные прошлые достижения. Этот процесс похож на броуновское движение. А когда ты обращаешься к тотальному, ты начинаешь действовать более осознанно, более спокойно, и менее противоречиво. С большим пониманием того как происходят тотальные процессы. Поняв, что все в этом мире основано на невежестве, такой разум уже не будет спорить и доказывать другим что он прав. Потому что он знает, что все знания в мире относительны, и основаны на незнании, *авидье*. Следовательно, и все действия, которые основаны на таком временном и относительном знании, так же будут временны и относительны. Полагаясь на преходящее, человек остается в мире преходящего, и не может выйти на его пределы. Но результаты которые получены в процессе очищения разума, накапливаются, и человеку все сложнее возвращаться к своим прошлым ошибкам. Это придает некоторую необратимость процессу. Невозможно перестать понимать то что ты уже понял.

В процессе очищения разума появляется независимость его от результатов действия. Если в действиях ты стремишься к чистоте разума, то ты будешь получать ее вне зависимости от того что ты делаешь. И если ты выполняешь дей-

ствия с такой целью, то и само действие будет приносить наилучший из возможных результатов. Не наилучший желаемый результат, а наилучший из возможных! Разница в том, что наилучший возможный результат учитывает все тотальные факторы, о которых человек даже не имеет понятия.

Действие, совершаемое для очищения разума, это карма йога, в которой главным становится не само действие, а та позиция и точка зрения, то понимание и намерение, с которым ты выполняешь это действие. С началом этого процесса, когда разум начинает очищаться, ты как бы обращаешься к правильной лодке, к лодке знания, с помощью которой ты сможешь пересечь океан самсары. Эта лодка, это единственный метод для того чтобы выбраться из этого океана. Для обретения знания, можно и нужно обращаться к Веданте, которая выведет тебя за пределы любых ограниченностей. Если есть необходимое желание и необходимые качества, к этому знанию может обратиться абсолютно любой человек. В отличии от других случаев, где есть множество ограничений, и поэтому к карма канде Вед, допускается далеко не каждый. На уровне действий всегда будет множество ограничений, запретов и условий. А к Адвайта Веданте можно и нужно обращаться тогда, когда ты выходишь за границы эгоистического действия. Когда твоей целью является не достичь чего-то материального и объектного. Если твоя цель это самоосознание, то ты должен обращаться к окончательному знанию, которое дается тебе Адвайта Ведантой. На этом пути не теряется даже малейшее усилие, и Кришна дает нам в этом свою гарантию.

Адвайта учит методу превосходения, и победа над эго, это овладение этим искусством. Превосхождение это обращение внимания на причину, а не на следствие. Этот процесс начинается с того что в стакане мы видим и обращаем внимание в первую очередь не на форму и цвет, не на какие-то там возможные завитушки и украшения, а мы обращаем свое внимание в первую очередь на то что это стекло! Потому что форма которую принимает это стекло, она вторична. Таким образом мы превосходим форму, и обращаем внимание на причину. И постепенно, практикуя и проживая это, мы замечаем, что все живые существа, это проявление одного и того же принципа жизни и сознания. Таким образом, мы обращаем внимание на то что объединяет. Постоянное и честное применение принципа превосходения, позволяет нам все глубже и глубже разбираться с внешним миром, чтобы потом начать разбираться с миром внутренним, и с чувством отдельности. Таким образом, мы постепенно движемся к тому чтобы превзойти все ограничения, и узнать то что объединяет и превосходит абсолютно все. Превосхождение это и есть тот метод, которому учит Адвайта Веданта на самых разных уровнях, вне зависимости от их описаний.

*Зная Меня как наслаждающегося аскезами и яджнями,  
Господом всего мира,  
другом всех существ,  
он достигает спокойствия. (5.29)*

Знание о котором говорит эта шлока, это не интеллектуальное знание, потому что все интеллектуальные усилия оставляются у порога медитации. Медитация — это погружение за разум, за интеллект, и за те усилия которые они могут предложить. В медитации мы должны прийти к такому состоянию, когда знание обретается не посредством разума, а напрямую. Такое знание и есть Ишвара, в котором нет разделения, а значит нет и отдельного меня. В этом мире мы привыкли пользоваться знанием которое поступает к нам посредством органов чувств, и обрабатывается с помощью разума. Такой подход кажется нам очевидным, и мы пользуемся этим знанием. Если я что-то вижу, значит этот объект существует. А в медитации мы должны погрузиться на такой уровень, когда знание, получаемое нами посредством органов чувств и разума, оставляется, и открывается доступ к знанию которое идет напрямую. Разум отражает чистое сознание, и это имеет доступ исключительно к этому отражению. Такое сознание через органы чувств выходит наружу, и соприкасается с объектами, чтобы принести разуму информацию о них. В результате такого акта, человек получает знание об объектном мире, и у него появляется знание освещенное отражением чистого сознания в разуме.

Но даже прямо в процессе получения такого знания, есть и еще один тип знания, который тоже нам доступен, но который не зависит от отражений. Отражение в разуме засыпает в глубоком сне, и в состоянии сновидения оно видит что-то свое, а в состоянии бодрствования, оно взаимодействует с миром. И все это освещается так же и еще одним светом сознания. Светом постоянным, светом который не замечается, и который затмевается знанием разума. Именно поэтому в медитации мы стараемся остановить свой разум и органы чувств, для того чтобы заметить этот свет, не отраженного сознания который светит всегда.

И когда мы узнаем его, тогда осознание которое с помощью отраженного света пребывает в нашем разуме, более не способно заслонить его. Непосредственная цель медитации, это узнать этот свет сознания, который присутствует всегда и во всем. Каждый из нас имеет к нему непосредственный доступ прямо сейчас, но не верное знание которое появляется благодаря отраженному в нашем сознании свете, затмевает его. Это отражение кажется более ярким, и только поэтому на него обращается внимание. Но даже сейчас, прямо здесь есть это знание, которое ни от чего не зависит, и которое находится в свете этого чистого, и неизменного сознания.



Когда этот свет узнается, он узнается во всем, и он узнается как я сам, он узнается как основа всего мира, узнается как то что оживляет все живые существа, и является Господом этого мира, без которого невозможно его существование, и осознание. Таким образом, нами осознается Бог, и то что я не отделен от этого сознания. Такое понимание это и есть та цель, к которой я как искатель был направлен. Это то к чему я стремился, и то, ради чего я прилагал все свои усилия. В этой строфе говорится bhoktAraM yajJa-tapasAM, тот, кто наслаждается всеми результатами яджни и тапаса. Таким образом, я получатель всех подношений и аскез, великий Ишвара, Высшая инстанция. Это единый господь и творец всего мира, это его сущность, и весь мир является им. И именно поэтому он является сущностью любого дживы. Он предстает в виде как деятеля, так и в виде Божества, к которому обращается этот деятель. Он тот, кто выполняет яджню, он сама яджня, и он те Божества которые призываются в яджне.

Практикуя медитацию и следуя указаниям Бхагавад Гиты, мы уменьшаем в себе отождествление с чем то ограниченным. От этого болезненного отождествления человек не может освободиться просто пожелав этого. Это болезнь, это мания, это психоз. Это навязчивое состояние которое постоянно автоматически повторяется и повторяется. Но далеко не каждый человек об этом задумывается. И Бхагавад Гита дает нам метод, с помощью которого мы избавляемся от этого психоза, преследующего нас в течении многих лет и жизней. Процессом медитации мы выбиваем опору из-под неверного понимания нашего разума, чтобы глубоко засевшая в нем ошибка, могла обрушиться, и мы могли осознать свою бессмертную Божественную природу.

Заблуждение о нашей отдельности не существует само по себе, оно лишь кажется нам существующим, потому что мы его активно поддерживаем. Это происходит по непониманию, и по привычке. Но если мы перестанем его поддерживать, то вполне естественно, что оно пропадает. Медитация — это процесс отказа от поддержки того чего не существует. Это достаточно сложный процесс, потому что глядя на мир и тело, глядя на близких людей, бывает очень сложно поверить, что это всего лишь иллюзия. И для того чтобы убедиться в иллюзорности всех моих представлений о мире, я сажусь в медитацию, целью которой является практическое понимание нереальности тела, чувств, ощущений и мысли я. А та реальность которая является основой всего, она существует вне зависимости от того что джива действует, понимает, или не понимает. Ишвара есть всегда, Сат-Чит-Ананда есть всегда. Истина всегда превосходит дживу, и она никогда не бывает ограничена миром. Джива и мир это Ишвара, но нельзя сказать без дополнительных уточнений, что Ишвара это джива, или мир. Джива и мир это Ишвара, но Ишвара не ограничен дживой и миром.

Все аскезы и весь тапас, весь процесс познания, становится возможен только благодаря его милости, потому что Ишвара поддерживает это, и дает ему существование. И все яджни отдаются тому, кому они на самом деле принадлежат не принадлежат, они отдаются своему настоящему хозяину. Тапас, это практики самоконтроля, и тапас как и яджню, выполняет эго. Но эго в процессе выполнения очищается от своей ограниченности, для того чтобы в конце концов узнать, что отдельного эго никогда и не было. А есть только его истинная природа, в которой нет никаких границ. Таким образом получается, что эго выполняет яджню и тапас, для того чтобы узнать что эго не существует.

В этой строфе сказано о том, что Господь является другом всех живых существ, но когда мы говорим о Махешваре, то сразу же возникает образ чего-то далекого, и недоступного. Но творец всего в сердце каждого, и для того чтобы его достигнуть, не нужно никуда идти. Он твой единственный и настоящий друг, который никогда не откажет в помощи, и более того, он уже дает тебе все необходимое для жизни. А тот, кто ожидает благодарности, денег, каких-то встречных услуг за то, что он тебе делает добро, это не друг. Настоящий друг, он друг всегда и во всем. И настоящим другом может быть только Бог, и никто другой. А так как Бог это я сам, Бог — это моя настоящая природа, то значит я сам себе лучший друг. Но точно так же самому себе я могу быть и врагом! В случае если я не понимаю своей природы, и ощущаю себя чем-то ограниченным. Нет другого друга, и нет другого врага, кроме меня самого, потому что я сам себе создаю проблемы, и я сам же избавляюсь от них! Ишвара пребывает в сердце каждого живого существа, при этом не вовлекаясь в действие этого существа. Он каждому дает результаты действия, в соответствии с тем как им выполнено это действие, дает результат. И результат его абсолютно всегда будет в полном соответствии с законом.

Все живые существа стремятся к Богу, пребывающему в их сердце. И jAtva mAM, узнав меня таким образом, искатель zAntim-Rcchati, достигает спокойствия, умиротворения, и прекращение самсары. Бога на самом деле знает каждый, но знает его не так. Каждый в этом мире видит только Бога, и каждый ощущает только Бога. Но понимая его не так, человеком видится мир со множеством объектов и отдельным мной, который действует в этом мире объектов. Но осознав себя самого как то в чем нет никаких границ и разделений, я достигаю освобождения. Но обычно человек на это знание накладывает еще множество искажений, и в результате знает не правильно. Медитация же позволяет избавиться от них, и узнать непосредственно. И тот, кто осознает что дживы нет, а есть только Брахман, он обретает мокшу, освобождение. К Богу мы обращаемся за пониманием того что есть я. Мы обращаемся к высшей отдельной от меня инстанции, для того чтобы понять что то вверху, то и внизу. Потому что единое сознание поддерживает как индивидуальное, так и тотальное. Для

достижения высшей цели человеческого существования, необходима милость Ишвары, и моя способность обратиться к этой милости, напрямую зависит от чистоты моего разума. Эта милость доступна каждому, она наполняет собой всю нашу жизнь. И твой самый лучший друг гораздо ближе, чем ты можешь себе представить, потому что это и есть ты сам.

Медитация — это процесс избавления от искажений разума, в котором мне нужно узнать себя непосредственно, и узнать настолько близко, чтобы понять что ты не можешь быть вне этой милости, вне этой дружбы. Все действия, все яджни, вся аскезы, все мысли, все стремления, они всегда достигают цели, они всегда приходят к Богу, потому что им попросту больше некуда идти. Потому что кроме Тотальной Божественности более ничего и нет! И осознание этого возвышает все твои действия, после чего все они становятся духовными и наполненными любовью и осознанностью. Они становятся действиями Бога, который не действует, и который не затронут никакими действиями.

Каждое действие, направленное к Богу, приближает нас к нему. Это канал в разуме который наполняет волна блаженства Шивы. И пусть эта волна захлестнет меня, пусть она расширяется и углубляется, и пусть этот Божественный поток блаженства, становится все сильнее и сильнее. Нет смысла отчаиваться, нет смысла бояться препятствий, каждая жизненная трудность — это ступенька, ведущая меня вверх, и очищающая мой разум. Все вокруг наполнено Божественной милостью. И пока ты желаешь оставаться в самсаре, по этой милости тебе предоставляется все, для того чтобы ты продолжал в ней оставаться. Но когда ты устремляешься к выходу из нее, по этой же самой милости тебе дается абсолютно все необходимое для того чтобы выйти из этой самсары. Цель человеческой жизни — это узнать себя как Господа Кришну, который наслаждается всеми аскезами и яджнями. И тот, кто узнал его таким образом, он достигает спокойствия.

OM pUrNam-adaH pUrNam-idaM pUrNAt-pUrNam-udacyate |  
pUrNasya pUrNam-AdAya pUrNam-eva-avaziSyate ||  
OM zAntiH zAntiH zAntiH ||

Хари Ом!

## Бхагавад Гита курс Свами Видьянанды Сарасвати – 178

### Глава 5

#### Заключение

Мы с вами закончили изучать пятую главу Бхагавад Гиты, и то знание которое было получено нами в процессе ее изучения, не должно оставаться и лежать мертвым грузом в нашей памяти. Это знание должно работать. Из каждой изученной главы нужно брать какие-то отозвавшиеся в тебе идеи, и начать проживать их. Полученное знание не должно оставаться оторванным от жизни, поэтому искатель должен жить в соответствии с ним. Но нужно понимать, что сразу все прожить невозможно, поэтому берите от Гиты понемногу, и постепенно, путем приложения постоянных небольших усилий, она станет вашей.

Для того чтобы облегчить этот процесс, сейчас мы с вами повторим пятую главу, которую мы закончили изучать в прошлый раз. В Бхагавад Гите, каждая глава несет в себе какую-то одну большую идею, которую можно выразить одним предложением. Вполне возможно эти предложения у каждого будут свои, но также существует и некая общая схема, в соответствии с которой Кришна излагает это Знание. Например, в первой главе мы познакомились со страданиями Арджуны, которые он описывал Кришне на поле боя. Первая глава так и называется, йога страданий Арджуны. Самая главная мысль первой главы заключается в том, что неверное, ошибочное знание, это источник всех жизненных проблем. И даже знаменитый, могучий и образованный воин, герой своего времени, оказывается в слезах и в расстройстве! И даже о ужас! Он помышляет о том, что лучше бы его убили, а он бы и не сопротивлялся этому. Такие мысли сродни мыслям о самоубийстве.

Такая жизненная позиция, это следствие неправильного понимания ситуации. Равно как и все страдания через которые я прохожу, и которые присутствуют в моей жизни. Их корень лежит в моем непонимании. В общем существует уже не единожды доказанная закономерность, что если я страдаю, и если мне прямо сейчас чего-то недостает, если я чем-то недоволен, то это значит, что где-то я совершил ошибку, на которую стоило бы обратить внимание, и попытаться исправить ее. Вторая глава называется йога знания, и посвящена она джняна йоге. В ней Кришна начал с того что на максимально высоком уровне объяс-

нил Арджуне то знание, которое разрешает все его проблемы. Главная мысль второй главы, что правильное знание и понимание — это ключ к решению всех проблем. После изложения этого высшего знания, оставшиеся главы объясняют его в еще больших деталях, для тех кто не понял его сразу, и делают это до самого конца Бхагавад Гиты. Во второй главе мы видим, что Арджуна уже достаточно успокоился, поэтому можно сделать вывод, что даже информация о том, что ты не являешься смертным существом, очень сильно облегчает твою жизнь.

Третья глава была посвящена йоге действия. Если йога знания с первого раза не была в полной мере понята искателем, а такое понимание случается очень и очень редко, тогда он читает третью главу, которая содержит информации о том, как подготовить разум к этому знанию. Также в этой главе рассказывается о том, что действие может быть инструментом для очищения разума, и что не эгоистичное действие — это путь духовной эволюции. Четвертая глава служит объяснению взаимозависимости пути знания и пути действия. А так же она говорит, что практиковать их нужно не одновременно, а последовательно, и что это два этапа одного и того же пути. Также в этой главе дается детальное описание карма йоги, и наставление о том, что каждое действие можно превратить в молитву, и в обращение к Высшему. Действие, совершенное подобным образом обожествляет, и приближает тебя к Богу. Поступая так, ты начинаешь видеть окружающий тебя мир как божественное проявление, и все твои действия становятся непрерывным поклонением, которое выражает твоё желание познать Божественное. Высшее понимание к которому ты стремишься, это то что и цель к которой ты обращаешься, и инструменты с помощью которых ты это делаешь, есть ничто иное, как высочайший Брахман.

Пятая глава называется йога отречения от действия. Она продолжает развивать те же идеи, и в некотором смысле является главой-повторением. Она более детально объясняет нам смысл отказа от эго, и описывает такой отказ как результат практик, раскрытых в третьей и четвертой главе.

Пятая глава начинается с вопроса Арджуны.

*Арджуна сказал: О Кришна, ты славешь отречение от действий и также карма-йогу. Скажи мне совершенно определенно, что из них одно будет наилучшим. (5.1)*

Этот вопрос похож на тот, который был задан им в начале третьей главы

*Арджуна сказал: О Кришна, если ты считаешь, что знание лучше действия, тогда почему ты принуждаешь меня к этому ужасному действию, О Кришна? (3.1)*

Но в третьей главе он только услышал о знании, и еще ничего не знал о карма йоге. Теперь же он понял гораздо больше. Он уже выслушал третью и четвертую главы, и спрашивает, чем же мне теперь заниматься? Я понял, что отречение от действий как и карма йога это хорошо, и обе этих практики ведут к освобождению. Но что из них будет наилучшим? Ведь их невозможно практиковать одновременно. Нужно понимать, что ответ на такой вопрос, может быть дан только какому конкретному человеку, который задает этот вопрос. Оба этапа очень важны, и ответ будет зависеть от того на какой ступени ты сейчас находишься. Поэтому Кришна дает определенный ответ, который касается непосредственно Арджуны, но также он подходит и для большинства искателей.

*Бхагаван Кришна сказал: Отречение от действий и карма-йога оба приводят к освобождению. Но карма-йога из них лучше, чем оставление действий. (5.2)*

*Тот, кто не отвергает и не желает, должен быть известен как навсегда отрекшийся. Ибо тот, кто пребывает вне противоположностей, легко освобождается из несвободы, О Арджуна. (5.3)*

Карма йога — это принцип действия, совершаемого не из желания, а из принципа долженствования. И тот, кто следует такому действию, тот будет известен как навсегда отрекшийся. Начни с карма йоги, и ты обязательно придешь к оставлению действий, и перейдешь к следующей ступени, к джняна йоге.

*Дети, но не мудрые, утверждают, что знание и карма-йога различны. Тот, кто верно следует даже одному из этих путей, обретает результат обоих. (5.4)*

Только ребенок будет считать, что знание и карма йога различны, что это два различных пути, а не две ступени одной и же лестницы ведущей к одному и тому же результату. Смысл этой шлоки в том, что большинству людей необходима практика карма йоги, потому что для того чтобы идти по пути знания, уже очень многое нужно понять. Нужно понимать куда ведут действия, чем они ограничены, и чем ограничен их результат. Для того чтобы перейти к ступени джняна йоги, человек должен понимать логику мира, и логику духовного развития. Поэтому только детский разум может найти противоречия между знанием и карма йогой.

*К тому состоянию, которое обретается саньясинами, приходят также и карма-йоги. Кто видит единство знания и карма-йоги, только тот воистину видит. (5.5)*

*Но отречение от действий, О Арджуна, сложно достичь без карма-йоги. Тот, кто привержен карма-йоге и способен к пониманию, скоро достигает Брахмана. (5.6)*

Шестая шлока, обращает наше внимание на то, что результат очень сложно достигнуть без практики карма йоги. Она не говорит, что это сделать невозможно, а лишь указывает на большую редкость таких случаев. Почему? Потому что карма йога истощает васаны, и успокаивает желания, очищая таким образом наш разум, в следствии чего человек обретая внутреннее спокойствие, легко достигает главной цели медитации, узнавание того что остается, когда не остается чувства эго.

Проблемы с узнаванием окончательной истины, всегда отражают недоработанность предыдущих этапов. Обычно человек вместо того чтобы идти маленькими и последовательными шагами, пытается достигнуть цели одним огромным прыжком. Нужно понимать, что такой подход не работает. Совсем. Потому что очень многое остается непроработанным, и упущенным на предыдущих этапах, к которым все равно придется возвращаться. Но если разум постепенно подготовлен, то в медитации он легко и безуспешно узнает истину.

*Приверженный карма-йоге, чей разум очищен, чье тело и чувство находятся под контролем, кто знает себя как природу всех существ, такой, даже действуя, не затрагивается действиями. (5.7)*

Карма йогин не затронут действиями, потому что он лишь созерцает действия которые совершаются материей. Он постепенно становится свидетельствующим сознанием.

*Сосредоточенный в себе, знающий истину, должен думать «я совершенно ничего не делаю», даже смотря, слушая, касаясь, обоняя, принимая пищу, двигаясь, спя, дыша, (5.8)*

*Говоря, выделяя, беря и даже открывая и закрывая глаза, помня, что «это чувства, движущиеся среди объектов чувств». (5.9)*

В этих шлоках дается больше деталей о том, как знающий что *я не действую*, созерцает случающиеся действия со стороны.

*Кто действует, поднося действия Брахману, оставив привязанность, тот не затрагивается грехом, подобно тому, как не затрагивается водой лист лотоса. (5.10)*

Такой человек обретает не привязанность, а не привязанность к объектам возможна только тогда, когда разум привязан к чему-то более высокому. невозможно просто так отвлечься от объектов, не перенаправив свой разум на Высшее. Пока разум существует, он всегда будет к чему-то привязан. И если он привязан к миру, то мир будет руководить тобой. А если разум направлен к Богу, то он оставляет мирские привязанности, и результаты действия его уже не затрагивают. Таким образом, разум освобождается от привязанности и становится инструментом который приближает искателя к Богу. А приближение к Богу, это и есть превосходение ограниченностей мира. *Кто действует, поднося действия Брахману*, это и есть процесс оставления плодов действия, и человек практикующий это, отдает их Божественному. И постепенно все его действия становятся яджней, которая очищает его разум и интеллект. Таким образом, он получает инструмент который приближает его к его заветной цели, и грехи, как и прочие результаты действия, более не затрагивают его.

*Оставив привязанность, карма-йоги выполняют действия только телом, разумом, интеллектом, а также чувствами, для очищения разума. (5.11)*

Карма йогин выполняет действия с помощью тела, разума и интеллекта, т.е. при помощи материи. И таким образом он остается свидетельствующим ее. Его целью является не результат действий, не нечто материальное, а его цель — это очищение разума. Если все его цели переопределяются таким образом, то получается ситуация, в которой результат не зависит от действия. Такой человек может заниматься чем угодно, потому что он заинтересован лишь в очищении разума. И очищать свой разум, он также может как угодно. Он может подметать улицу, может мыть посуду, или запускать ракеты в космос.

*Практикующий карма-йогу, оставив результат действия, достигает твердого спокойствия. Не практикующий карма-йогу, ведомый желанием, связывается, будучи привязанным к результату. (5.12)*

В карма йоге главное это оставление плодов действия, потому что при ином подходе, человек остается в самсаре. Но для устремленных к освобождению, нет ничего хуже той несвободы, которая была ранее. Если ты привязан к результату, то ты не сможешь освободиться из самсары. Ты будешь продолжать



жить в майе, где все материальные следствия действий, принимаются за что-то реальное и самосуществующее. А с оставлением результата действия, а потом и самого действия, разум человека успокаивается, и становится в состоянии отразить и понять истину.

*Пониманием оставив все действия, владеющий собой, воплощенный в теле, счастливо остается в городе девяти врат (в теле), воистину, не действуя и не заставляя действовать других. (5.13)*

Начиная с тринадцатой строфы и до строфы двадцать первой, Кришна будет рассказывать нам о джняна йоге. Джняна йога, это следующая за карма йогой ступень на пути к освобождению, пропустить которую не получится ни у кого. Потому что при достаточном очищении разума, необходимо переходить к пониманию. Но не к сухому интеллектуальному пониманию. Джняна йога — это путь открытий, до которых искателю еще нужно дорасти.

*Пониманием оставив все действия, понимание о котором говорит эта шлока, это исследование своей собственной природы, с помощью шраваны, мананы и нидихьясаны, с точки зрения Веданты. Это систематическое и длительное исследование под руководством учителя, за которым следует размышление и проживание услышанного знания. Особо в таком случае подчеркивается, что руководство должно быть одно, т.е. общую картину должен давать один учитель, иначе искатель попусту тратит свое время. Потому что у каждого учителя будет свой метод, и своя манера изложения. И до тех пор, пока ты не понял общую идею, и разницы в ее объяснении, нужно слушай одного человека, которому ты доверяешь, и которого ты готов принять как своего учителя.*

*Атман не создает ни чувства деятеля, ни действия человека, ни связи с результатами действия. Но собственная природа приводит к действию. (5.14)*

Эта шлока говорит нам о понимании что действуют материальные производные майи. Майя — это иллюзия, которая состоит из трех гун. Разум и интеллект, тело и объекты, все это состоит из трех гун, и ничего принципиально другого в этом мире нет. А Атман остается незатронутым, и он не создает ни чувства деятеля, ни самого действия.

*Вездесущий Атман не принимает ничего греха или благой заслуги. Знание скрыто невежеством, из-за которого люди заблуждаются. (5.15)*

То, что нам надо, это уничтожить невежество. Из-за которого происходит заблуждение. Атман ничем не затронут, он пребывает вне материального мира

взаимодействий. К нему никак невозможно подойти или подобраться. Но зато можно избавиться от невежества, которое является порождением этого мира. Невежество — это следствие иллюзий, и с ним уже можно взаимодействовать. И если ты полностью избавишься от него, то остается самоочевидный Атман, которого не приходится искать. Обнаружение собственной природы, это не создание какого-то нового знания, это избавление от невежества, которое скрывает собой это знание. А когда невежество убрано, безуильно осознается истина.

*Но у тех, чье невежество относительно себя разрушено знанием, знание является высшего Брахмана, подобно солнцу. (5.16)*

Когда ветер разгоняет облака, то солнцу которое ранее было скрыто ими, не требуется никаких усилий для того чтобы светить. И точно так же, когда ты избавляешься от невежества, истина сияет сама по себе.

*Пробужденные к тому Брахману, для кого он – их сущность, утвержденные в Том, принявшие прибежище в Том, очищенные знанием от грехов обретают состояние, из которого нет возвращения. (5.17)*

Осознание Брахмана как самого себя, это последняя стадия духовной эволюции. Это цель ради которой появился весь этот мир. И из этого состояния никто не возвращается, потому что однажды узнав его, забыть это уже невозможно.

*Воистину, знающие истину смотрят равно на брахмина, обладающего знанием и смирением, корову, слона, собаку и неприкасаемого, питающегося собачьим мясом. (5.18)*

Познавший истину, все видит одинаково. Потому что с точки зрения золота, нет различия на браслет, кольцо или другие украшения. С точки зрения воды, нет разницы между одной и другой волной, между брызгами и пеной.

*Теми, чей разум пребывает в равности, прямо в этой жизни побеждена самсара. Так как Брахман неизменен и не имеет недостатков, то они пребывают в Брахмане. (5.19)*

*Познавший Брахмана, твердо пребывающий в Брахмане, чье знание твердо, и кто свободен от заблуждений, не будет ликовать, обретя приятное, и не будет печалиться, получив неприятное. (5.20)*

Познавший обретает блаженство Брахмана, и мир для него теряет свою притягательность. И то что ранее им считалось приятным, равно как и то что считалось им не приятным, на него не оказывает никакого влияния.

*Тот, кто не привязан к контактам с внешними объектами, обнаруживает то счастье, что пребывает внутри. Он, сосредоточенный на Брахмане, обретает непреходящее блаженство. (5.21)*

Существует известное сравнение градаций блаженства. Счастье молодого и здорового человека, потом блаженство разных видов небожителей, потом Блаженство создателя и Богов высших категорий. Самое окончательное блаженство, это блаженство самого Брахмана. По сравнению с Блаженством Брахмана, все счастье которого может достичь человек в этом мире, это всего лишь капля в море.

*Ибо наслаждения, порожденные контактом (чувств с объектами), приносят только страдания, они имеют начало и конец, О Арджуна. Мудрый не ищет в них радости. (5.22)*

Наслаждения всегда связаны со страданиями. Чтобы ты не обрел, оно обязательно закончится, ты его потеряешь, и оно разрушится. В мире нет такого наслаждения, которое не было бы связано со страданием. Наслаждения имеют начало и конец, и мудрый не ищет в них радости.

*Тот, кто способен обуздать силу, порожденную желанием и гневом, прямо здесь, до освобождения от тела, является карма-йогом. Он – счастливый человек. (5.23)*

Последние строфы пятой главы описывают результаты практик. С одной стороны, это описание состояния того, кто достиг освобождения, а с другой стороны, это указатели для ищущих. Это то на что им надо обращать свое внимание, и то что может послужить средством достижения поставленной цели.

*Чье счастье внутри, кто блаженствует в себе, кто пробужден к собственной природе, только такой мудрый йог, ставший Брахманом, обретает нирвану Брахмана. (5.24)*

*Мудрецы, чьи грехи были уничтожены, сомнения разрешены, кто овладел собой и находит радость в благе всех существ, обретают освобождение. (5.25)*

Это все указания для ищущего, и описание состояния нашедшего.

*Для саньясинов, не имеющих желаний и гнева, чей разум находится под контролем, кто познал Атмана, нирвана Брахмана пребывает повсюду. (5.26)*

Смерть тела перестает быть границей которая отделяет то что есть здесь, от того что будет потом. Последние три строфы кратко описывают медитацию.

*Внешние объекты оставив вовне, сосредоточив взгляд между бровей, уравновесив вдох и выдох, проходящие через ноздри, (5.27)*

*Мудрый, овладевший чувствами, разумом и интеллектом, устремленный к освобождению, лишенный желаний, страха и гнева, - воистину он всегда свободен. (5.28)*

Взгляд направленный между бровей, это естественное его положение, когда внимание человека устремлено вовнутрь. Медитация, которая описана здесь, это не какой-то отдельный путь, медитация предназначена для непосредственного проживания понятого. Медитация на уровне карма и джняна йоги, будет значительно различаться. Потому что у практикующего различается уровень понимания. Но и в том и другом случае, это будет средством для того чтобы усвоить и переварить то знание, которое я получил до того, как я сел в медитацию.

Каждому все равно потребуется этап карма йоги, каждому потребуется этап джняна йоги, и каждому на обоих этапах потребуется усвоение узнанного, которое и происходит в медитации. Последняя же двадцать девятая шлока говорит о цели, которую преследует практика медитации.

*Зная Меня как наслаждающегося аскезами и яджнями, Господом всего мира, другом всех существ, он достигает спокойствия. (5.29)*

Цель медитации — это познать Кришну как Божественную тотальность.

om tat-sat |

iti zrImad-bhagavad-gItAsu-upaniSatsu brahma-vidyAyAM yoga-zAstre zrI-kRSNa-arjuna-saMvAde karma-saMnyAsa-yogo nAma pAJcama 'dhyAyaH ||

OM TAT SAT

Такова пятая глава, называемая "Йога отречения от действий" в диалоге между Кришной и Арджуной в священной Бхагавад Гите, сущности Упанишад, чья тема - знание Брахмана и йога.

(Этот кусок вычитывать не стал, потому что он одинаков в каждой главе.)

Спасибо Вам, Свами, за возможность участвовать в таком великом деле. Возможно не каждый меня поймет, но ради того чтобы поддерживать огонь этого знания, однозначно стоило родиться на свет. Ом намах Шивая!