

**Шри Свами ШИВАНАНДА**

**ТАНТРА ЙОГА, НАДА ЙОГА, КРИЯ ЙОГА  
(СБОРНИК)**

Перевод на русский язык, примечания, редакция:  
**Александр ОЧАПОВСКИЙ**

Тантра Йога: доктрина Шивы-Шакти; развитие скрытых сил человека.  
Нада: звук; Нада Йога - лучший вид Лайя Йоги.  
Крия Йога: аскетизм, очищение, изучение священных писаний,  
самообуздание.

Copyright © 1955 The Divine Life Trust Society.  
Copyright © 2001-2007 А.П. ОЧАПОВСКИЙ - перевод, примечания, редакция.  
Все права сохранены, включая право воспроизводить любым способом этот перевод или его составляющие. Никакая часть этих материалов не может быть воспроизведена, кроме как исключительно для личного использования, без письменного разрешения автора перевода.

---

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

**Предисловие переводчика**

**Правила чтения Санскрита**

Книга первая Тантра Йога

Глава **1** Тантра Йога

Глава **2** Философия Шакти Йога

.. I.

.. II.

Глава **3** Мать поклонения

.. 3.1. Ананда Лахари

.. III.

Глава **4** Классификация учеников: Пашу, Вира, Дивья

Глава **5** Гуру и Дикша (посвящение)

Глава **6** Садхана

.. 6.1. Квалификации ученика

.. 6.2. Тантра Садхана

.. 6.3. Шава Садхана

Глава **7** Тапас

.. 7.1. Саттвический, Раджасический, Тамасический Тапас

Глава **8** Врата

Глава **9** Сиддхи

Глава **10** Правила для поклонения Пара-Шакти

.. 10.1. Бхута Шуддхи

.. 10.2. Ньяса

.. 10.3. Кавача

.. 10.4. Мудра

Глава **11** Панча Таттва

Глава **12** Упачара

Глава **13** Янтра

Глава **14** Чакра Пуджа

Глава **15** Манасик Пуджа

Глава **16** Бхава в поклонении

Глава **17** Мантра Йога

.. 17.1. Джапа Мантры

.. 17.2. Пурашчарана

Глава **18 Биджа-Акшара**

Глава **19 Шри Видья**

Глава 20 Симпозиум по Шакти

20.1. Тантра Йога (Шри П.С.Деванджи, отст.судья, Бомбей)

20.2. Шакти в сотворении (Свами Садананда)

- . . 1. Порядок творения
- . . 2. Проявление Шакти
- . . 3. Атма Шакти

20.3. Мать поклонения (д-р Т.М.П.Махадеван, М.А., Ф.Д.)

- . . 1. Матрилатри
- . . 2. Адвайта Шактизм
- . . 3. Триединство
- . . 4. Сотворение и разрушение
- . . 5. Символ Брахмана

20.4. Система Шакта (Шри Деван Бахадур К.С.Рамасвами Шастригал)

20.5. Шакти (Шри Йоги Гаури Прасад, отст.судья, Сварг Ашрам)

. . 1. Сходство между системой Санкхья и доктриной Шакты философии Шакти

- . . 2. Два отношения или состояния сознания
- . . 3. Расширенное сознание

20.6. Ассамский Тантризм: его значение (Шри Анварул Хасан, Дхубри)

- . . 20.6.1. Поклонение Матери
- . . 20.6.2. Символы подсознательного ума
- . . 20.6.3. Сексуальные символы
- . . 20.6.4. Поклонение Идолу
- . . 20.6.5. Кундалини Шакти

20.7. Поклонение Богу как Матери (Шри Анварул Хасан)

Книга вторая Нада Йога

- . . Влияние звука на ум

Глава **1 Слава Наданусандханам**

Глава **2 Нада Йога**

Глава **3 Цель жизни**

Глава **4 Сила звука**

Глава **5 Звук и Брахман**

Глава **6 Звук Анахат**

- . . 6.1. Мано-Лайю следует искать только в Звуке Анахат
- . . 6.2. 10 видов звука
- . . 6.3. Голос тишины
- . . 6.4. Лайя Йога (концентрация на Звуках Анахаты)

Глава **7 Звук и образ**

Глава **8 Четыре стадии звука**

Глава **9 Что такое Нада?**

Глава **10 Нада, Бинду и Каля**

Глава **11 Дхвани**

Глава **12 Наданусандханам**

Глава **13 Освобождение или Мокша**

Глава **14 Священная Пранава**

- . . 14.1. Священный Ом
- . . 14.2. Сладостный Ом
- . . 14.3. Нада есть Звук

Глава **15 Нада-Бинду Упанишада или Ригведа**

Глава **16 Тьягараджа на Надопасане**

Глава **17 Музыка-терапия**

Глава **18 Учение о Тхаан Свами Нада Брахманандаджи, Редкого Мастера (Шри Свами Чидананда)**

Книга третья Крия Йога

Глава **1 Тапас**

- . . 1.1. Что такое Тапас?

- .. 1.2. Формы Тапаса
- .. 1.3. Три вида Тапаса
- .. 1.4. Отказ от Тапаса Абхиманы
- .. 1.5. Умственный Тапас
- .. 1.6. Высший Тапас
- Глава **2** **Свадхья**
- Глава **3** **Ишварапранидхана**
- Глава **4** **Секрет отдачи**
- Глава **5** **Самоотдача**
- Глава **6** **Шат Крии в Хатха-йоге**
  - .. 6.1. Дхаути
  - .. 6.2. Басти
  - .. 6.3. Нети
  - .. 6.4. Наули
  - .. 6.5. Тратака
  - .. 6.6. Капалябхати
- Глава **7** **Пранаяма**
  - .. 7.1. Ати-Сукха-Пурвака Пранаяма
  - .. 7.2. Сукха Пурвака Пранаяма
- Глава **8** **Концентрация**
- Глава **9** **Медитация**
- Глава **10** **Самадхи**

## **ПРЕДИСЛОВИЕ ПЕРЕВОДЧИКА**

Настоящий сборник состоит из трех работ:

1) Тантра Йога представлена в своём теоретическом, философском аспекте, мало известном российской публике. Ожидающих обнаружить здесь тантрические сексуальные практики ожидает разочарование. Весьма любопытной является интерпретация христианского понятия Святого Духа, входящего в Святую Троицу. В целом этот раздел требует зрелости и опыта в области теории индуизма.

2) Нада Йога - одна из разновидностей Тантра Йоги. Как правило, концентрация внимания в Йоге осуществляется путём направления взгляда (внешнего или внутреннего) на определённый объект. Здесь концентрация осуществляется с помощью звука, плавно переходя в медитацию... Прежде, чем приступать к Нада Йоге, необходима предварительная этическая и моральная подготовка, а также очень важна сноровка в Крия Йоге, Хатха Йоге и практика Аджапа-Джапы. Здесь вы найдёте неизвестную в России практику Тхаан, простое чтение которой вдохновляет и создаёт желание освоить её.

3) Крия Йога - Йога очищения. Она абсолютно необходима для того, кто хочет получить от Йоги максимальный результат. Все неудачи в Йоге происходят от пренебрежения или недостаточной практики этого раздела. С неё следует начинать занятия Йогой и не прекращать её никогда. Важно отметить, что один из любимых учеников Свами Шивананды - Свами Сатьянанда, будучи безусловным авторитетом в Йоге и Тантре, считает, что первоначально Хатха Йога как раз и состояла из 6 очистительных процедур: Дхаути, Басти, Нети, Наули, Тратака и Капалябхати, - и была Тантрической практикой.

Если вначале может показаться случайным включение в этот сборник таких разных по существу разделов, как Тантра, Нада и Крия, то при внимательном чтении и глубоком осмыслении видна их внутренняя взаимосвязь и завершённость.

**А.П.ОЧАПОВСКИЙ**

С целью адаптации добавлены справочные тексты. Русская грамматика также несколько упрощена для более ясного понимания и приближения перевода к английскому оригиналу.

Специальный Ведантический термин "Я" (I, Self) значит "единый Брахман, Душа, Атман, Атма". Санскритские термины см. "Словарь Йоги и Веданты", глоссарий, предметный указатель. Их пишут с малой или большой буквы (как в английском оригинале). В именах основное имя выделено большими буквами среди вторых имён и титулов, например: Шри Свами ШИВАНАНДА Махарадж. В каталогах и справочниках надо ссылаться на основное имя, далее вторые имена и титулы.

Здесь применена упрощённая (часть букв теряется) транслитерация алфавита Санскрита на русский. Некоторые правила чтения (Буква - Произношение):

**кха, чха, тха, пха** - с придыханием после согласного (х глухое).

**гха, джха, дха, бха** - с придыханием после согласного (звук х звонкий, как украинское Г).

**х** - в большинстве случаев (кроме указанных выше) звук х звонкий (как украинское Г). Иногда так пишется буква "висарга" – глухой звук "х".

**л** - мягкое зубное русское Л ("л" произносится как "ль"; "ла" - как среднее между "ла" и "ля").

**м** - русское "м". Иногда перед согласной меняется: "мда" читается как "нда", "мджа" - как "ньджа".

**джа** - читается как английское "J", единый взрывной мягкий звук: "джь", "джя" (как звонкое "ча").

**джна** - звук н мягкий: "джня". Исключение: допускается писать и произносить "гья".

**е** - во всех позициях произносится как русское "э".

**йе** - произносится как "йе".

**ау** - здесь "у" краткое (почти как "ав"; наподобие "ай").

**ао, оу** - просторечные варианты "ау".

---

ОМ

Посвящение

Смиренно посвящаю эту работу

Высшей божественной Матери,

полной любви и сострадания,

дарящей всему благоприятность.

ОМ

---

## Книга первая Тантра Йога

### Глава 1. Тантра Йога

Приветствую Мать, которая является Парабрахманом Ведантистов, Парашивой Шива Сиддхантинов, Маха Вишну Вишнуитов; которая является Небесным Отцом у христиан, Аллахом у магометан, Джеховахом у евреев,

Нирваной у буддистов, Ахура Маздой у зороастрийцев, вещью в себе у западных философов, всемогущим Богом всех религий.

Философия Шакти стара, как Веды. Подлинным источником доктрины Шакти является Дэви Шукта в Риг Веде. Дэви – не просто принцип творения, принцип покровительства, принцип космической энергии, но также принцип Божественного Знания. Величие Дэви наиболее подробно воспевается в Шакти Агамах, Тантрах и в Дэви Бхагавате.

Маха Дэви или Махешвари или Парашакти является высшей Шакти, или Силой верховного Существа. Она является Творцом вселенной. Дурга, Трипурасундари, Лалита, Раджа Раджешвари – все являются формами Пара Шакти или Муля Пракрити или Чит Шакти или Брахма Шакти.

В доктрине Шакти Шива является высшим, неизменным, вечным сознанием и Шакти является Его кинетической энергией. Вселенная есть энергия. Вселенная является проявлением величия Дэви. Это утверждение доктрины Шакти. Шакти является Силой Бога, Шакта – тот, кто обладает Шакти.

Садхана Тантры содержит огромные Сиддхи, или силы. Им можно научиться под руководством Сиддха – Тантрического Гуру. Ученик Тантры должен быть наделён чистотой, верой, преданностью, посвящать себя Гуру, бесстрашием, гуманизмом, храбростью, космической любовью, правдивостью, отсутствием алчности и удовлетворённостью. Отсутствие этих качеств у ученика означает грубое злоупотребление Шактизмом.

Шактизм был одной из потенциальных сил для духовного перерождения индийцев. Практикуемый невежественными, непросвещёнными и неквалифицированными людьми, он приводил к определённым злоупотреблениям, и нет ничего удивительного, что некоторые деградированные формы Шактизма рассматриваются не иначе, как магические, аморальные и оккультные силы. Примером извращённого выражения истины, пародии на оригинальные приёмы является теория пяти Макар: Мадья, Мамса, Матсья, Мудра и Майтхуна (вино, мясо, рыба, символические действия и коитус).

Шакти Тантра является Адвайта Вадой. Она провозглашает, что Параматма и Дживатма едины. Шакты рассматривают Веды как основное священное писание. Они признают Шакта-Тантры как тексты, разъясняющие значения для того, чтобы достичь цели, утверждённой в Ведах.

Система Тантра является составной частью индуизма. Система Шакти является одной из наиболее важных восточных систем. Тантра Шастра заслуживает самого тщательного и глубокого изучения. Фундаментальные идеи этой системы находятся в соответствии с разумом. Учения Тантр весьма правильны. Шакта Тантра является Садхана Шастрой Адвайта Веданты. Это действительно глубокая и могущественная система.

Маханирвана и Кулярнава Тантра являются важнейшими книгами в Тантра Шастре. Йога Кундалини Упанишада Кришна Яджурведы, Йога Таттва Упанишада Кришна Яджурведы, Джабала Даршана, Тришикх Брахмана, Вараха Упанишада являются весьма полезными для приобретения знаний о Кундалини Шакти и методах её пробуждения и приведения к Сахасрара Чакре на вершине головы.

Тантры – это не книги по колдовству или волшебству, магическим словам или мистическим формулам. Это превосходные священные писания. Все люди независимо от касты, вероучения или цвета кожи могут получить от них вдохновение и достичь духовной силы, мудрости и вечного блаженства. Это Садхана Шастры. Они показывают путь к освобождению, совершенству, свободе и вечному блаженству.

Тантра является спасителем мудрости. Это чудесная лодка, которая безопасно перевозит человека на другой берег бесстрашия, бессмертия, свободы и совершенства.

Тантра объясняет (Таноти) в мельчайших подробностях знания, касающиеся Таттвы и Мантры (Истины, или Брахмана, и мистических слогов). Она спасает (Транат). Отсюда название – Тантра.

Тантра является в определённом смысле тайным учением. Это Гупта Видья. Вы не сможете научиться ей по книгам. Вы должны получить знания и практику у практических Тантристов, Тантрических Ачарьев и Гуру, которые владеют её ключом.

Слово "Шакти" происходит от корня "Шакт", что означает "быть способным", "делать". Шакти символизирует женское начало, но в действительности оно ни женское, ни мужское, а просто сила, которая проявляет себя в различных формах. Земля, вода, огонь, воздух, эфир, электричество являются Её грубыми формами – Апара Пракрити. Жизненный элемент является Её Пара Пракрити. Ум является модификацией Чит Шакти.

Тантра Йога уделяет особое внимание развитию сил, скрытых в шести Чакрах от Мулядхары до Аджны.

Садхаки бывают трёх типов: Пашу, Вира и Дивья. Только Пашу Садхаки практикуют Панча Макары: Матсья, Мамса, Мадья, Мудра и Майтхуна (коитус). Эзотерическое значение этих пяти Макар следующее: "убить эгоизм, контролировать плоть, пить вино божественного опьянения и иметь союз с Богом Шивой". Божественная практика Дивья Садхаков ведёт к божественной жизни. Откажитесь от Пашу Вритти, животной тенденции, и поднимитесь до Дивья Вритти, или божественной природы.

Пусть Пара-Шакти или Дэви – вселенская Мать Джагадамба благословит всех вас мудростью, миром и Бессмертным Блаженством.

## Глава 2. Философия Шакти Йога

### I.

Сила, или активный аспект, присущий Богу, есть Шакти. Шакти – это воплощение силы. Это поддержка огромной вселенной. Это высшая сила, с помощью которой поддерживается мир. Это вселенская Мать. Это Дурга, Кали, Чанди, Чамунди, Трипурасундари, Раджараджешвари. Нет различия между Богом и Его Шакти, как нет различия между огнём и его силой горения.

Тот, кто поклоняется Шакти, являющейся Богом в форме Матери, как высшей Силе, творящей, поддерживающей и уничтожающей вселенную, является Шактой. Все женщины есть формы Божественной Матери.

Шива является неизменным сознанием. Шакти является Его меняющейся Силой, которая проявляется как ум и материя. Шакти-вада или Шакти-даршана являются формой монизма или Адвайта-вадой.

Шакта выполняет Садхану, которая помогает союзу Шивы и Шакти с помощью пробуждения сил тела. Он становится Сиддхой в Садхане, когда он способен пробудить Кундалини и пронзить шесть Чакр. Это выполняется практически под руководством Гуру, который стал совершенным. Шакти должна быть пробуждена с помощью Дхьяны, Бхавы, Джапы и Мантры Шакти. Мать воплощена в 50 буквах, присутствующих в буквах различных Чакр. Когда струны музыкального инструмента звучат гармонично, получается хорошая музыка. Точно так же, когда струны букв звучат по порядку, Мать, движущаяся в шести Чакрах и являющаяся сущностью букв, пробуждается Сама. Садхака легко достигает Самадхи, когда Она поднята. Трудно сказать, когда и как она проявит Себя и у какого Садхака. Садхана означает непреклонность, подъём или пробуждение силы Шакти. Характер Садханы зависит от наклонностей и способностей Садхака.

Шакти можно назвать тем, с помощью чего мы живём и обладаем существованием в этой вселенной. В этом мире все желания ребёнка обеспечены Матерью. Рост, развитие и пища ребёнка обеспечиваются заботой Матери. Даже все потребности жизни, его деятельность в этом мире и энергия, необходимая для этого, зависят от Шакти, или вселенской Матери.

Ни один человек не может освободиться от оков ума и материи без милости Матери. Узы Майи слишком крепкие, чтобы можно было их порвать. Если вы поклоняетесь Ей, как великой Матери, вы можете очень легко выйти за

пределы Пракрити с помощью Её великодушной милости и благословения. Она устранит все препятствия на пути и безопасно приведёт вас в сверкающие владения вечного Блаженства и сделает вас абсолютно свободным. Когда Она милостива и дарит вам Своё благословение, тогда вы один можете освободить себя от рабства этой грозной Самсары.

Первое слово, которое произносит ребёнок или издаёт четвероногое животное, есть имя любимой Матери. Есть ли хотя бы один ребёнок на земле, который бы не был благодарен за любовь и привязанность Матери? Это Мать защищает вас, утешает вас, ободряет вас и ухаживает за вами. Она – ваш друг, философ, наставник и руководитель в течение всей вашей жизни. Человеческая Мать является проявлением Вселенской Матери.

Высший Бог представлен Шивой, а Его сила представлена Его женой, Шакти, Дургой или Кали. Подобно тому, как муж и жена следят за благополучием семьи, точно так же Бог Шива и Его Шакти обязаны следить за делами этого мира.

Радха, Дурга, Лакшми, Сарасвати и Савитри являются пятью первоначальными формами Пракрити или Дэви. Дурга уничтожила Мадху и Кайтабху с помощью Вишну. Махалакшми уничтожила Асура Махишу. Сарасвати уничтожила Сумбху и Нисумбху вместе с их помощниками Дхумралочаной, Чандой, Мудрой и Рактабиджей.

Когда Вишну и Махадэва уничтожали различных Асуров, Сила Дэви была за ними. Дэви взяла Брахму, Вишну и Рудру и дала им необходимую Шакти для продолжения работы сотворения, защиты и разрушения. Она находится в центре жизни вселенной. Она находится в Муладхара Чакре нашего тела. Она оживляет тело через Сушумну. Она оживляет вселенную с вершины горы Меру.

В этой системе Шакти философ Шива вездесущ, безличностен, неактивен. Он является чистым сознанием. Шакти является динамикой. Шива и Шакти относятся друг к другу как Пракаша и Вимарша. Шакти и Вимарша являются силой, скрытой в чистом сознании. Вимарша способствует возникновению мира индивидуумов. Шива есть Чит. Шакти есть Чидрупини. Брахма, Вишну и Шива выполняют свои функции творения, сохранения и разрушения согласно Шакти. Шакти наделена Иччхой, Джнаной и Крией (волей, знанием и действием). Шива и Шакти есть одно. Шакти Таттва и Шива Таттва неразлучны. Шива всегда с Шакти.

В философии Шакти имеется 36 Таттв. Шакти находится в Шакти Таттве, Нада находится в Садакхья Таттве, а Бинду находится в Ишвара Таттве. Творческий аспект верховного Шивы называется Шива-таттвой. Шива Таттва является первым творческим достижением. Шакти Таттва является волей Шивы. Это семя и матка всего мира.

Первое проявление называется Садакхья или Садашива Таттва. В этой Таттве происходит начало образования идей. В этой Таттве находится Нада Шакти. Следующей идёт Ишвара Таттва. Эта Таттва называется Бинду. Четвёртая Таттва – Видья или Шуддхавидья. Затем Пракрити проявляется в Таттвах ума, чувств и материи, которая составляет мир.

Нада, Бинду – названия для различных аспектов Шакти. Нада действительно является Шива Шакти. Шива имеет два аспекта. В одном аспекте Он – высшее неизменное Единое, являющееся Сат-Чит-Анандой. Это Пара Самвит. В другом аспекте Он меняется, как мир. Причиной изменения является Шива Таттва. Эти Шива Таттва и Шакти Таттва являются неразделимыми. Шакти Таттва является первым динамическим аспектом Брахмана.

Нишкаля Шива есть Ниргуна Шива. Он не связан с творческой Шакти. Майя является матриксом мира. Майя является потенциальной в состоянии растворения. Она является динамической в творении. Майя развивается в несколько материальных элементов и другие физические части всех чувствующих творений под управлением Шакти. В философии Шакти

имеется 36 Таттв. В философии Шакти мы имеем Брахмана, Нада, Шакти, Бинду и Шуддхамайю. В философии Шайва Сиддханта мы имеем Шиву, Шакти, Садакхью и Шуддхамайю. Оставшаяся эволюция в философии Шакти та же, что в философии Шайва Сиддханта.

Знание Шакти ведёт к спасению. "О Дэви, нельзя достичь Мукти без знания Шакти" (Ишвара говорит Дэви). Джива, или индивидуальная душа думает, когда находится под влиянием Майи, таким образом, она является деятелем и наслаждающимся и идентифицирует себя с телом. С помощью благословения Шакти и с помощью Садханы или самокультуры, индивидуальная душа освобождает себя от всех уз, достигает духовного понимания и растворяется в Высшем.

В Реальности нет ничего, кроме одного Я. Исследуемое – не что иное, как исследующий. Брахман кажется миром через зеркало ума или Майи. Объект – не что иное, как одно Я, кажущееся с помощью Майи как не-Я Себе, как субъекту. Трипути (знаток, знание, познаваемое) исчезает в Нирвикальпа Самадхи. Существует один Брахман или высший Шива.

В Катхопанишаде говорится, что боги стали надменными от своей гордости за победу над Асурами. Они неверно принимали свой успех как результат собственной доблести и силы. Бог решил преподнести им урок. Он предстал перед ними в форме Якши огромной формы, начало и конец которой не было видно. Дэвы захотели опознать эту форму и с этой целью послали Агни. Якша спросил Агни: "Кто ты и какова твоя сила?" Агни ответил: "Я – Агни (Джатаведас). Я в один миг могу сжечь всю вселенную." Якша положил перед Агни сухую траву и попросил зажечь её. Агни не смог зажечь её и со стыдом убежал от Якши. Боги послали Вайю, чтобы узнать, кто это был. Вайю приблизился к Якше. Якша спросил Вайю: "Кто ты? Какова твоя сила?" Вайю ответил: "Я бог ветра. Я в один миг могу сдуть весь мир." Тогда Якша положил перед Вайю пучок сухой травы и попросил его сдуть пучок. Вайю не смог сдвинуть его с места ни на дюйм. Он тоже со стыда убежал прочь. Наконец, последним пошёл сам Индра. Когда Индра достиг места назначения, он обнаружил, что Якша исчез. Затем Ума появилась перед Индрой и раскрыла ему истинную идентичность Якши. Она сказала Индре: "Это сила Божественной Матери, а не один из богов, который увенчал богов победой. Это есть Шакти Умы или Хаймавати, сестра Кришны, которая является источником силы всех богов." Шакти является великим Учителем Джнаны. Она излучает мудрость на своих приверженцев.

## II.

Шакти есть Чидрупини. Она является чистым, счастливо-чистым Сознанием. Она есть Мать Природы. Она есть сама Природа. Она является Силой Бога Шивы или Брахмана. Она простирается на весь мир. Она поддерживает игривость Лилы Бога. Она есть Джагат Джнани, Махишасурамardini, Бхрантинашини и Даридрьянашини (Творец мира, разрушитель Махишасуры, разрушитель иллюзии или Авидьи и разрушитель бедности).

Дэви есть Шакти Бога Шивы. Она есть Джада Шакти и Чит Шакти. Шакти есть Пракрити, Майя, Махамая, Шри Видья. Шакти есть сам Брахман. Она является Лалитой, Кундалини, Раджараджешвари и Трипурасундари. Шакти проявляется Богу Шиве в десяти формах как Даша Маха Видья, то есть Кали, Багалямукхи, Чиннамастак, Бхуванешвари, Матанги, Шодаси, Думавати, Трипурасундари, Тара и Бхайрави.

Поклонение Шакти, или Шактизм является одной из древнейших и самой распространённой религией в мире. Каждый в этом мире хочет силы, хочет обладать силой. Он поднимается силой. Он хочет господствовать над другими с помощью силы. Война есть результат жажды силы. Учёные являются последователями Шактизма. Тот, кто желает развить силу воли и чарующую личность, является последователем Шактизма. В реальности каждый мужчина в этом мире является последователем Шактизма.

Учёные сейчас говорят, что всё есть просто энергия и что энергия является физическим пределом всех форм материи. Последователи школы



философии Шакти говорили аналогичные вещи гораздо раньше. Они далее заявляли, что эта энергия является только ограниченным проявлением Беспредельной Высшей Силы или Маха Шакти.

Шакти всегда с Шивой. Они неразлучны, как огонь и жар. Шакти развёртывает Нада и Нада Бинду. Мир является проявлением Шакти. Шуддха Майя есть Чит Шакти. Пракрити есть Джада Шакти. Нада, Бинду и остальные – просто названия различных аспектов Шакти.

Бесчисленные вселенные являются просто прахом со святых стоп божественной Матери. Её слава неопишима, так же, как её великолепие. Её величие неизмеримо. Она распространяет своё великолепие на своих искренних последователей. Она ведёт индивидуальную Душу от Чакры к Чакре, от плана к плану и соединяет её с Богом Шивой в Сахасраре.

Тело есть Шакти. Потребности тела есть потребности Шакти. Когда человек наслаждается, это Шакти наслаждается через него. Его глаза, уши, кисти и стопы – её. Она видит через его глаза, действует посредством его рук и слышит его ушами. Тело, ум, Прана, эгоизм, интеллект, органы и все другие функции являются Её проявлениями.

Шактизм говорит о личностных и безличностных аспектах Божества. Брахма есть Нишкаля или без Пракрити, и Сакаля или с Пракрити. Ведантисты говорят о Нирупадхика Брахмане (чистом Ниргуна Брахмане без Майи) и Сопадхика Брахме (без Упадхи или Майи) или Сагуна Брахмане. Это всё одно и то же. Различны лишь названия. Это – игра слов, или Шабда Джалья. Люди сражаются только на словах и ведут словесную войну, спор, занимаются нанесением ударов и интеллектуальной гимнастикой. В действительности сущность Одна. Только Глина является Истиной; все проявления, такие, как глиняный горшок и т.д. – только слова. В Ниргуна Брахмане Шакти потенциальная, а в Сагуна Брахмане Шакти динамическая.

Основой Шактизма являются Веды. Шактизм утверждает, что единственным источником и авторитетом (Прамана), рассматривающим трансцендентальные или сверхсознательные материи, такие, как природа Брахмана и т.д., являются Веды. Шактизм есть просто Веданта. Шакты переживают тот же духовный опыт, что и Ведантисты.

Дэви Шукта Риг Веды, Шри Шуктха, Дурга Шукта, Бху Шукта и Ниля Шукта и особые Шакта Упанишады, такие, как Трипурасундари Упанишада, Ситопаношада, Дэви Упанишада, Саубхьяга Упанишада, Сарасвати Упанишада, Бхаваньопанишада, Бахвричопанишада и т.д. – все отчётливо провозглашают Материнский аспект Бога. Кена Упанишада также говорит об Ума Хемавати, которая наделена мудростью Я по отношению к Индре и Девам.

Божественная Мать всюду тройственна. Она наделена тремя Гунами: Саттвой, Раджасом и Тамасом. Она проявляется как Воля, Действие и Знание (Иччха Шакти, Крия Шакти и Джнана Шакти). Она есть Брахма Шакти (Сарасвати) в союзе с Брахмой; Вишну Шакти – в союзе с Богом Вишну; Шива Шакти (Гаури) – в союзе с Богом Шивой. Поэтому она называется Трипурасундари.

Обителью Трипурасундари, Божественной Матери, является Шри Нагара, великолепная обитель, окружённая 25 валами, которые представляют 25 Таттв. В центре расположен блестящий дворец Чинтамани. Божественная Мать восседает в Бинду Питха в Шри Чакре того прекрасного дворца. В теле человека для Неё также имеется подобная обитель. Весь мир есть её тело. Горы являются её костями. Реки являются её венами. Океан – это её мочевого пузырь. Солнце, Луна – её глаза. Ветер – её дыхание. Агни – её рот.

Шакта наслаждается Бхукти и Мукти (наслаждение в мире и освобождение от всех миров). Шива является воплощением Блаженства и Знания. Сам Шива проявляется в форме человека с жизнью удовольствия и страдания. Если вы всегда будете помнить это, дуализм, ненависть, ревность и гордость исчезнут. Вы должны рассматривать каждую человеческую

функцию как поклонение или религиозное действие. Ответ на зов природы, мочеиспускание, разговор, еда, ходьба, видение, слушание – всё становится поклонением Богу, если вы развиваете правильное отношение. Это есть Шива, работающий внутри и через человека. Тогда где находится эгоизм и индивидуальность? Все человеческие действия есть божественные действия. Одна универсальная жизнь пульсирует в сердцах всего, видится в глазах всего, работает в руках всего и слышится в ушах всего. Какое это великодушное переживание, когда можно чувствовать это, разрушив своё маленькое "Я". Старые Самскар, старые Васаны, старые привычки мышления стоят на пути нашей реализации этого Переживания – целого.

Ученик думает, что мир идентичен с божественной Матерью. Он размышляет о своей собственной форме, как о форме божественной Матери и таким образом всюду созерцает единство. Он чувствует также, что Божественная Мать идентична с Брахманом.

Продвинутый Садхака ощущает: "Я есть Дэви и Дэви есть Я", Он поклоняется себе как Дэви вместо подношения любого внешнего предмета. Он говорит "Сахам" – "Я есть Она (Дэви)".

Шактизм не просто теория или философия. Он предписывает систематическую Садхану Йоги, регулярную дисциплину, согласно темпераменту, способности и степени эволюции Садхака. Она помогает ученику поднять Кундалини и соединить Её с Богом Шивой и наслаждаться высшим блаженством или Нирвикальпа Самадхи. Когда Кундалини спит, человек пробуждён для мира. Он имеет объективное сознание. Когда Она пробуждена, он спит. Он теряет всё осознание мира и становится единым с Богом. В Самадхи тело поддерживается нектаром, который течёт от союза Шивы и Шакти в Сахасраре.

Гуру абсолютно необходим для практики Садханы Шакти Йоги. Он посвящает ученика и передаёт божественную Шакти.

Физический контакт с женщиной является грубой Майтхуной. Он осуществляется благодаря Пашу-бхаве, животному влечению или животному инстинкту. Мать – Кундалини Шакти соединяется с Богом Шивой в Сахасраре во время Нирвикальпа Самадхи. Это настоящая Майтхуна или блаженный союз. Это благодаря Дивья-бхаве или божественному характеру. Вы должны подняться от Пашу-бхавы до Дивья-бхавы с помощью Сатсанга, служения Гуру, отречения и бесстрастия, распознавания, Джапы и медитации.

Почитание божественной Матери, интенсивная вера, совершенная преданность и самообуздание помогут вам достичь Её благосклонности. Только с помощью одной её милости вы можете достичь знания Вечного.

Слава Шри Трипурасундари, Матери мира, которая также является Раджараджешвари и Лалита Дэви. Пусть их благословение снизойдёт на всех вас!

### Глава 3. Мать поклонения

Поклонение Матери является поклонением Богу как Божественной Матери – Шри Мата. Шакти есть сила Бога или космическая энергия. Шакти есть энергетический аспект Ишвары или Бога. Шакти присуща Богу. Подобно тому, как вы не можете отделить жар от огня, точно так же вы не можете отделить Шакти от Бога, Шакты или обладателя Шакти. Шакти и Шакта – одно. Они неразделимы. Поклонение Дурге или Парвати, или Кали есть поклонение Богу Шиве. Божественная Мать в её аспекте Дурга представлена как обладающая десятью различными видами оружия в десяти её руках, сидящая на льве.

Электричество, магнетизм, сила, тепло, свет, пять элементов и их комбинации – все являются внешними проявлениями Шакти. Ум, распознавание, психическая сила и воля – все являются Её внутренними проявлениями. Она поддерживает Лилу Бога с помощью трёх Гун: Саттвы, Раджаса и Тамаса; Видья, Шанти, похоть, гнев, алчность, эгоизм и гордость – все являются Её формами. Её проявления бесчисленны. Дурга, Кали,

Бхагавани, Бхавани, Амбаля, Амбика, Джагадамба, Камешвари, Ганга, Ума, Чанди, Чамунди, Лалита, Гаури, Кундалини, Тара, Раджешвари, Трипурасундари и т.д. – все являются Её формами. Она есть Пара Шакти, Радха, Дурга, Лакшми, Сарасвати и Савитри, и пять Пракрити. Ей поклоняются во время девятидневной Дуссары как Дурге, Лакшми и Сарасвати.

Она лежит дремлющей в Муладхара Чакре в форме змеиной силы или свёрнутой энергии, известная как "Кундалини Шакти". Она – в центре жизни вселенной. Она является изначальной силой жизни, которая лежит в основе всего существования. Она оживляет тело через Сушумна-нади и нервы. Она питает тело млечным соком (хилусом) и кровью. Она оживляет вселенную своей энергией. Она – энергия в Солнце, аромат в цветах, красота в пейзаже, Гаятри или Благословенная Мать в Ведах, цвет в радуге, смешиленность в уме, сила в гомеопатических лекарствах, сила в Макарадхвандже и в золотой окиси, воля и Вичара Шакти в мудрецах, преданность в Бхактах, Самьяма и Самадхи в Йогах.

Вы свободны с матерью более, чем с кем-либо ещё. Вы свободнее открываете сердце своей матери, чем отцу. Нет Бога выше, чем Мать. Это мать защищает вас, кормит вас, утешает вас, ободряет вас и ухаживает за вами. Она ваш первый Гуру. Первое слово, которое почти всегда первым произносит четвероногое или человеческое существо, есть имя своей любимой матери (Ма). Она жертвует всю себя для блага своих детей.

Ребёнок ближе к матери, чем к отцу, поскольку первая очень добрая, любящая, мягкая, любимая и следит за желаниями ребёнка. Когда бы и что бы ребёнок ни захотел, он бежит с вытянутыми ручками к матери охотнее, чем к отцу. Если она слышит крик ребёнка, она бросает свою домашнюю работу и немедленно бежит к нему на помощь. В духовной области точно так же: ученик или поклоняющийся – духовный ребёнок, у него более тесные взаимоотношения с Матерью-Дургой, чем с Отцом-Шивой. Бог Шива совершенно безразличен к внешнему миру. Он есть Тьяги и Виrakта, Он носит ожерелье из черепов своих поклонников, растирает всё тело с помощью Вибхути или святого пепла и остаётся не месте кремации в опьянённом состоянии. Он поглощён в созерцании Я. Он остаётся в состоянии Нирвикальпа Самадхи. Он передал силу защиты своей супруге, Дурге. Только Мать-Дурга следит за делами мира. Бог Шива (Пурusha) пристально смотрит на Пракрити (Дургу), свою Шакти. Она вовлекает себя в творение, защиту и уничтожение. Отсюда следует, что ученик вначале должен обратиться к Матери, чтобы Она могла познакомить своего духовного ребёнка с Отцом для его просвещения или Самореализации. Вот почему первыми в Югаля-Намас расположены Радха, Сита, Гаури, а именно: Радха-Кришна, Сита-Рама, Гаури-Шанкара, Ума-Шанкара, Бхавани-Шанкара, Лакшми-Нараяна.

Упасана или поклонение Дэви или Универсальной Матери ведёт к достижению знания о Я. История, рассказанная в Кенотанишаде, известная как "Якша Прашна", поддерживает эту точку зрения, когда Ума обучает Дэвов истине.

Материнское милосердие без оков. Её милость является источником света. Её знание безгранично. Её сила неизмерима. Её слава невыразима. Её великолепие неопишимо. Она даёт вам Букти и Мукти (материальное процветание и освобождение).

Приближайтесь к Ней с открытым сердцем. Раскройте Ей своё сердце с искренностью и гуманностью. Будьте просто как ребёнок. Безжалостно уничтожьте эгоизм, коварство и нечестность. Совершите общую, без остатка, без недовольства капитуляцию перед Ней. Пойте Ей хвалу. Повторяйте Её имя. Поклоняйтесь Её с верой и неотступной преданностью. Выполняйте специальную Пуджу в дни Наваратри. Наваратри – наиболее подходящий случай для выполнения интенсивной Садханы. Эти девять дней являются очень мистическими для Дэви. Окунитесь в поклонение Ей. Выполняйте Ануштхан. Дэви боролась с Бхандасурой и его силами 9 дней и

9 ночей. Война прекратилась вечером на десятый день, известный как "Виджая Дашами" или "день Победы". Акшара Абхьяса для детей выполняется в день "Виджая Дашами". В этот день посвящают учеников. Начало обучения любой науке осуществляется в этот самый благоприятный день. В этот день Арджуна поклонялся Дэви перед началом сражения с Кауравами на поле Курукшетра.

Пусть Божественная Мать Дурга установит правопорядок или Дхарму в мире! Пусть Она уничтожит все тёмные, враждебные силы, которые нарушают покой мира! Пусть Она устранил все виды эпидемий и голода на земле! Пусть Она принесёт высший мир, процветание и неумирающее блаженство всем Своим детям этого мира! Пусть она превратит Асур или демонов, или людей с дьявольскими побуждениями в Саттвических людей! Пусть Она уничтожит Асурические тенденции, такие, как похоть, гнев, гордость, лицемерие и т.д. в человеческих существах, которые представляют Мадху, Кайтабха, Махиша, Шумбха и Нишумбха!

Пусть Она дарует молоко божественной мудрости своим детям и поднимет их на запредельные высоты божественного великолепия и славы, вечного состояния Кайвалья и вечного света Солнца!

### 3.1. Ананда Лахари

"Саундарья Лахари" означает "волна красоты", потому что она даёт описание физической красоты или телесного совершенства формы Дэви (Стхуларупа). "Ананда Лахари" означает также "волна блаженства". Первые 41 строфа составляют "Ананда Лахари", а другие строфы составляют "Саундарья Лахари". Автором этой замечательной книги является Шри Шанкарачарья, великий интеллектуальный гений и Ведантический проповедник южной Индии, который родился близ Калади (Малабар). Среди гимнов, обращённых к Дэви, "Саундарья Лахари" занимает особое место, это одна из наиболее навеянных преданностью поэм.

"Ананда Лахари" имеет дело с Кундалини-йогой, Чакрами и другими Тантрическими темами. Это очень важная работа по Тантра Шастре. Она содержит суть Шри Видьи в сжатой форме. Поэтому она содержит большое количество комментариев.

"Ананда Лахари" является Тантрическим текстом, который имеет дело с поклонением Высшему Существу в его (женском) аспекте Шакти или силы, или творческой энергии, известной как Шри Видья. Практика Шри Видьи принята многими людьми в южной Индии, особенно в Малабаре.

"Ананда Лахари" содержит прекрасные поэмы, составляющие Сутры или гимны, восхваляющие Дэви или богиню, Трипурасундари. Строфы представляют высочайший взлёт или воображение, замечательное поклонение пылу, изысканное прикосновение поэтической фантазии и проникновенный взгляд на тайны Агам и Тантр. Строфы содержат различные Мантры или мистические формулы вместе с Янтрами или диаграммами для поклонения Дэви и для достижения различных Сиддх или сил.

Поклонение Дэви в форме Шри Видьи бывает двух видов: внутреннее для продвинутых учеников и внешнее для менее развитых учеников. Во внутренней форме поклонения нет ни ритуалов, ни церемоний. Высшее Существо, в аспекте Шивы, соединено с Шакти, и ему поклоняются в различных центрах энергии человеческого тела, или Чакрах, или лотосах. Те, кто совершает внутренний способ поклонения, верят в идентичность Шивы и Шакти, в пробуждение Кундалини и её подъём вверх через различные Чакры к Сахасраре или тысячелепестковому лотосу с помощью поклонения, Джапы Мантры, где индивидуальная душа соединяется с высшим духом.

Во внешней форме поклонения поклоняются Шри Чакре. Янтра начертана на золотой или иной металлической пластинке. Мантры повторяются с

выполнением определённых жестов, поз, колебаний света или Арати и распространяя ладан, Найведью или различные виды пищи (Прасад).

Каждая строфа имеет Янтру с Биджа Акшарой и предписанный курс поклонения. Биджа Акшара и Янтра начертаны на золотой или медной пластине. Пища, предлагаемая Дэви, различна, согласно способу поклонения и цели. Различные цели достигаются особыми способами поклонения, особой Янтрой и особым подношением. Дни подношения тоже варьируются от 4 до 180 дней. Богатство, учёность, власть, успех в предприимчивости, мастерское овладение элементами, красноречие, поэтический талант, победа над врагом, искоренение неизлечимых болезней и т.д. могут быть достигнуты с помощью поклонения Дэви, в различных Янтрах, с различной Биджа Акшарой и различными подношениями. Мирские люди обычно используют стихи гимна для заклинания Дэви ради исполнения мирских желаний. Успех зависит от веры и преданности ученика. Если есть какая-то задержка в достижении особого результата, вы должны поклоняться ещё несколько дней с более интенсивной преданностью. Эти стихи могут помочь вам достичь окончательную красоту жизни, если вы у Божественной Матери ищете только это.

Выше (кроме) Шакти и Шивы существуют различные проявления Пара-Шакти и Сада Шивы. Тело Маха-Шакти или Пара-Шакти состоит из чистой и концентрированной Саттвы без каких-либо примесей Раджаса и Тамаса. Другие Шакти имеют просто перевес Саттвы над Раджасом и Тамасом, а не состоят из чистой Саттвы. Следовательно, она является высшей – прототипом Пара-Брахмана.

Существуют следующие виды Шакти: Пара Шакти, Ади Шакти, Иччха Шакти, Крия Шакти, Джнана Шакти, Баля, Трипурасундари, Раджараджешвари, Аннапурна, Гаятри, Савитри, Кундалини и многие другие. Хотя каждая природа даёт особый результат, тем не менее, она может дать также общий результат. Вы можете повторять любое одно из имён Дэви. Если вы желаете достичь особых результатов, вы должны заклинять богиню с помощью соответствующего имени.

Подобно тому, как плод спрятан в семени, масло в молоке, мужественность в детстве мальчика, точно так же различные Шакти остаются скрытыми в человеке, покрыты невежеством. Если вы очистите свой ум и будете практиковать концентрацию и медитацию, все эти силы проявятся.

Высший результат медитации или Упасаны заключается в идентификации или неразличении с объектом медитации. Медитирующий и медитируемое становятся единым. Поборник Дэви достигает реализации единства с Дэви с помощью интенсивной Упасаны или поклонения.

"Карма Пурана" говорит следующее: "Вода способна погасить огонь, присутствие Солнца – рассеять тьму, а повторение имён Дэви – уничтожить множество грехов в век Кали." "Брахма Пурана" говорит следующее: "Те, кто поклоняются Высшей Шакти регулярно или нерегулярно, не запутаются в Самсаре. Нет сомнения в том, что они являются освобождёнными душами."

### III.

Изучение "Ананда Лахари" ежедневно ранним утром окажет огромную пользу тем, кто желает материального или духовного прогресса. Вставайте рано, в 4 часа утра. Примите ванну или совершите другие очистительные процедуры. Затем совершите свою Нитья Карму в отдельной комнате для Пуджи. Поместите в ней фотографии своего Ишта Дэваты, своего Гуру и Трипурасундари, Матери Мира и образующей эту вселенную, и воспевайте им хваления "Ананда Лахари" с необыкновенной верой и преданностью. Поддерживайте горящую масляную лампу на протяжении всего времени Пуджи. В конце зажгите фимиам и камфору перед Дэви, вашим Ишта Дэватой и другими. Поместите подношение из кокосового ореха, мёда, молока, фруктов и т.д. перед божеством и возьмите священный Прасад.

Если вы не в состоянии читать всю "Ананда Лахари", ежедневно изучайте по крайней мере 5 Шлок или даже одну Шлоку с искренней верой и преданностью. Делайте это регулярно без пропусков.

Это освободит вас от всех страданий, несчастий и бедствий. Вы достигнете высшего положения и успеха в жизни и окончательно достигнете Саюджья Мукти. Молитесь Богине-Матери, растворяя сердце в вере и преданности.

Я обещаю вам, вы достигнете быстрого духовного прогресса и успеха в жизни.

#### Глава 4. Классификация учеников:

Пашу, Вира, Дивья

Саттвический человек есть духовный человек. Он наделён Дивья, или Божественными качествами. Он обладает Дивья-бхавой. Он спокойный, чистый, бесстрастный, мудрый, бесстрашный, не эгоист, сострадательный, добрый, благочестивый (набожный), преданный. В нём преобладает Саттва Гуна.

Если в человеке преобладает Тамас, он обладает Пашу-бхавой. Он – Пашу, или животный. Он наделён невежеством, ошибками, беспечностью, инерцией, ленью и т.д.

Если в человеке преобладает Раджас, он – Вира. Он обладает Вира-бхавой.

Дивья-бхава – лучшая, затем идёт Вира и самая низшая – Пашу. От состояния Пашу человек поднимается к Вире в этом или следующем рождении. Дивья-бхава или Дэвата-бхава пробуждается после Вира-бхавы.

#### Глава 5. Гуру и Дикша (посвящение)

Йоге следует обучаться у Гуру. Это особенно важно в Тантра Йоге. Гуру определяет класс, к которому принадлежит ученик, и предписывает подходящую Садхану. Сегодня ученики имеют опасное и неверное представление, представляя себе, что они высококвалифицированы, чтобы принять высшую форму Йоги с самого начала их Садханы. Это причина раннего падения большинства учеников. Это показывает, что они не готовы браться за Йогу. Настоящий, квалифицированный ученик будет смиренным, чтобы приблизиться к Гуру, отдаст себя Гуру, будет служить Гуру и учиться Йоге от Гуру.

Гуру есть не кто иной, как Сама Божественная Мать, сошедшая в мир для того, чтобы поднять ученика. Боготворите Гуру. Только тогда вы получите настоящую пользу. Неустанно служите ему. Он своим соответствием подарит вам высшее благословение Дикши.

Дикша – получение Мантры от Гуру. Посвящение даёт духовное знание и уничтожает грех. Точно так же, как одна лампа загорается от пламени другой, точно так же Божественная Шакти, составляющая Мантру, передаётся от Гуру ученику. Ученик постится, соблюдает Брахмачарью и получает от Гуру Мантру.

Посвящение снимает покров тайны и позволяет ученику осознать скрытую в священных писаниях истину. Она обычно окутана языком мистики. Вы не можете её понять с помощью самообучения. Самообучение приведёт лишь к большему невежеству. Только Гуру с помощью Дикши даст вам правильные перспективы (направления), в которых следует изучать священные писания. Он зажжёт свой факел Самореализации от истины, который вы немедленно схватите.

#### Глава 6. Садхана

Садхана означает любую духовную практику, которая помогает Садхаку или ученику реализовать Бога. Абхьяса и Садхана – синонимы. Садхана – это средства для достижения цели человеческой жизни. Без Садханы никто не может достичь цели жизни. Садхана – это то, что даёт Сиддхи, или совершенство. Это средства или практика, с помощью которой может быть достигнут желанный результат (цель).

Тот, кто искренний и серьёзный, твёрдый, терпеливый и упорный, может осуществить огромный прогресс на духовном пути. Достижение цели возможно только с помощью курса практической духовной дисциплины или упорной Садханы.

Садхана заключается в упражнении и тренировке тела, чувств, ума и психических способностей. Садхана различна у различных индивидуумов, согласно способности, темпераменту и вкусам. Садхья – это то, что достигнуто с помощью Садханы. Садхья есть Бог или Брахман.

Садхана делится на четыре класса, согласно физическим, ментальным и моральным качествам: Мриду, Мадхья, Адхиматрака и Адхиматрама (слабый, средний, более высокий и высочайший). Класс является Адхикари для всех форм Йоги.

Используемые средства различны: поклонение (Пуджа) внешнее или мысленное; служение Гуру; изучение священных писаний; Тапас (аскетизм); Панча-таттва Мантра и т.д.

Сиддхи приходят, когда ум и чувства контролируются и ученик достигает Самореализации.

Васаны и страстные желания являются тормозом. Они тормозят, упорствуют и возвращаются. Дхира, или духовный герой один с терпением и упорством, с постоянной бдительностью может достичь триумфа. Молитесь и достигайте Материнской милости. Без Милосердия Матери вы ни на йоту не сможете продвинуться в духовном прогрессе. Садхана Шакти есть Материнское Милосердие. Гуру является Материнской Милостью. Садхана и телесные необходимости, которые получает Садхака, есть Материнская Милость.

Упорствуйте в своей Садхане. Вы вырастаете сильным и окончательно одержите победу над умом, чувствами и старыми вредными привычками. Выполняйте Садхану с чистым умом и концентрацией.

Разрывайте старые плохие привычки. Культивируйте новые – хорошие. Искорените вредные черты характера. Культивируйте божественные добродетели. Стабилизируйте ум, укрепляйте Садхана Шакти. Поднимитесь над телом и умом и достигните Самореализации.

#### 6.1. Квалификации ученика

Квалификациями ученика являются чистота, вера, преданность, бесстрашие, правдивость, контроль чувств.

Он должен быть умным и верить в Веды. Он должен избегать причинения вреда всем существам. Он должен быть бдительным, старательным, терпеливым и настойчивым. Он всегда должен творить добро.

#### 6.2. Тантра Садхана

Вся Садхана должна выполняться под руководством Гуру, или духовного учителя.

Простое книжное знание не принесёт много пользы. Садхане и Йоге обучаются от Гуру.

Нет различия между Гуру, Мантрой и Дэвой. Гуру – это отец, мать и Брахман.

#### 6.3. Шава Садхана

Эта практика выполняется некоторыми Вира Садхаками на земле кремации. Только бесстрашные люди могут практиковать этот вид Садханы.

Человеческий труп кладут лицом к земле. Садхака садится на спину трупа. Он рисует Янтру на спине, а потом поклоняется.

Если обряд совершается успешно, голова трупа поворачивается и спрашивает Садхака, какое благо он пожелает: будь то Спасение или какая-то материальная выгода.

Дэви говорит через рот мёртвого человека.

## Глава 7. Тапас

Тапас – это покаяние или аскетизм. С помощью практики Тапаса Садхака сияет духовной лучезарностью. Истинный Тапас – это концентрация и медитация.

### 7.1. Саттвический, Раджасический, Тамасический Тапас

Аскетизм, совершаемый людьми с предельной верой, без желания результатов, гармонизирован в Саттвике или чистый.

Аскетизм, выполняемый с целью достижения уважения, чести и поклонения, а также для показухи, есть Раджасический, неустойчивый и скоропреходящий.

Аскетизм, выполненный с заблуждающимся пониманием, с самомучением или с целью уничтожить другого – Тамасический или тёмный.

Человек, совершающий суровый аскетизм, не предписанный священным писанием, венчающийся тщеславием и эгоизмом, побуждается силой желаний и страстей. Глупые, мучительные, собранные вместе элементы, образуя тело, а также Пурушу, расположены во внутреннем теле. Их решения дьявольские, знайте об этом.

## Глава 8. Врата

Врата совершается для очищения ума. Это часть Наймиттики или волевой Кармы. Это форма самообуздания.

Индусы выполняют различные виды Врат, такие, как Экадаши Врата, на 11-ый день каждые 2 недели. Сатья Нараяна Врата – в честь Бога Нараяны; Варалакшми Врата – в честь Богини Матери Лакшми; Анантападманабха Врата, Савитри Врата, Джанмаштами Врата, Чандраяна Врата, Кришчара Врата, Прадоша Врата. Некоторые постятся в дни Экадаши или Прадоша для умиловления соответственно Бога Вишну и Бога Шивы. Некоторые постятся по воскресеньям, чтобы умиловить Солнце. Некоторые постятся по понедельникам для умиловления Бога Шивы. Во время Нирджала Экадаши они не берут в рот даже капли воды. В день Сатьянараяна Врата они постятся и выполняют Пуджу и поклоняются Богу Вишну. Священник читает Сатьянараяна Катху. В Шиваратхри Врата в честь Бога Шивы они постятся, поддерживают бодрствование и совершают поклонение Богу Шиве. В Шри Кришна Джанмаштами Врате последователи постятся в день рождения Бога Кришны. Все Враты преследуют цели: очищение сердца, контроль над чувствами и культивирование преданности Богу. Миряне всегда заняты зарабатыванием денег и выполнением различных видов работы. По крайней мере в эти дни они должны воспользоваться случаем для самооценки, для поклонения, выполнения Джапы и интенсивной медитации, для изучения священных писаний и для практики самоанализа. Чандраяна Врата и Кришчара Врата выполняются для уничтожения грехов и очищения сердца.

Каждая Врата имеет свои особенности. Есть общие черты для различных видов Враты. Ученик соблюдает половое воздержание, голодает или принимает молоко с фруктами, либо лёгкую диету. Рыба и мясо запрещены.

## Глава 9. Сиддхи

Сиддхи есть совершенство. Сиддха – тот, кто достиг совершенства или Самореализации. Сиддхи достигаются с помощью Садханы. Сиддхи буквально означает успех, достижение, выполнение и осуществление (надежд и т.п.) всех видов.

Человек может достичь Сиддхи в речи, Сиддхи в Мантре, Сиддхи в Йоге и т.д. Восемь больших Сиддх следующие:

Анима (сила делаться маленьким),

Махима (сила делаться большим),

Лягхима (сила становиться лёгким),

Гарима (сила становиться тяжёлым),



Прапти (сила достижения всего, сила, позволяющая достичь отдалённых вещей, даже Луны, достичь их кончиком пальца),

Пракамья (сила, реализующая все желания),

Ишитва (власть),

Вашитва (сила, позволяющая руководить всеми или осуществлять совершенный контроль над элементами).

Малые Сиддхи следующие:

Дура Даршана (ясновидение),

Дура Шравана (яснослышание),

Кама Рупа (способность принимать любую форму, какую хочешь),

Паракая Правеша (вхождение в другое тело или оживление мёртвого тела и вхождение в него с помощью превращения его души),

Иччха Мритью (смерть по собственной воле),

Трикаля Джнана (знание прошлого, настоящего и будущего),

Кая Вьюха (создание стольких тел, сколько Йог пожелает, чтобы исчерпать все свои Кармы в одной жизни). Он приобретает знание о своей прошлой жизни. Он получает знание о группах звёзд (созвездиях) и планетах.

Ваю Сиддхи: Йог поднимается в воздух и покидает землю.

Величайшая из всех Сиддх – освобождение или Мокша, свобода от цикла рождений и смертей и союз с Пара Брахмой или высшим Существом.

Ученик не должен гнаться за Сиддхами, иначе он упадёт. У него есть возможность злоупотреблять силами. Он должен пренебречь этим, словно они являются препятствиями на духовном пути, и должен прямо идти к цели.

## Глава 10. Правила для поклонения Пара-Шакти

Я расскажу вам о правилах поклонения Пара-Шакти, которые дадут вам мудрость и спасение. Слушайте внимательно.

Как уже говорилось, поклонение Пара-Шакти бывает двух видов: внешнее поклонение и мысленное поклонение. Внешнее поклонение ещё подразделяется на поклонение Ведическое и Тантрическое. Первое – для последователей Вед, второе – для Тантристов.

Таким образом, для всех Дэват предписано поклонение. Те, кто не следуют предписанным путям поклонения Дэвате, погибнут.

Для Шакти Пуджи приняты такие же процедуры во многих отношениях, как и при поклонении Шивалинге. Здесь мы тоже имеем Асану (место сидения Божества), обращение (к Богу), Аргхья, Падья, Ачамана, купание, одевание, украшение, подношение запахов (духов), цветы, освещение, подношение сладостей, фруктов и других частей пищи, напитков, гирлянды, сандаловой мастики, преклонение и т.д. Здесь после Пуджи, совершённой в сердце, также заклиняется и отменяется божество. Из Мантр при поклонении должна произноситься Матрика Мантра, являющаяся матерью всех Мантр. Без Матрики Мантры не существуют.

Матрика Мантра, повторяемая поклоняющимся, бывает трёх видов. Она различна в зависимости от степени духовной эволюции поклоняющегося и делится на грубую, утончённую и сверхутончённую. Этой Матрика Мантре следует обучиться у Сатгуру после посвящения. Она никогда не может быть просто разучена по Шастрам или священным писаниям.

Каждая Мантра в человеческой конституции имеет 4 важных места – Пара, Пашьянти, Мадхьяма и Вайкхари. Из них Пара есть Мантра в своём сверхсознательном звуковом источнике в Мулядхарном центре человеческой системы. Форма этого зачаточного звука различима только для духовно продвинутых учеников, которые стали Дживанмуктами, которые вошли в главный вход Бессмертия, но ещё существуют в своих телесных состояниях, как смертные люди. Пашьянти – это форма этого зачаточного Мантрического звука, различаемая только вокруг пупа в

человеческом теле. Когда такой же Мантрический звук слышен в сердце – это называется Мадхьяма. Четвёртая или конечная стадия Мантрического звука становится слышимой, т.к. она входит в шею и выходит из горла и губ. Тогда она называется Вайкхари. Теперь это грубая форма, и, кроме производящего звук человека, её также могут слышать другие люди. Если Мантра произносится в своём сверхтонком состоянии в Пара и Пашьянти стадиях Мантрического поклонения, говорят, что это будет сверхтонкий тип. Если она произносится в форме поклонения Мадхьяме, говорят о тонком типе; и если она слышимая, то говорят, что поклонение, имеет, грубую форму.

Человек, который может совершать умственное поклонение, должен бросить внешнее поклонение и не должен напрасно терять своё время и энергию в выполнении последующего.

Внутреннее поклонение Дэви тоже делится на две формы: одна локализована или фиксирована в какой-то части внутренней конституции, а другая не так фиксирована или локализована. Последняя является высшим способом поклонения.

Локализованное внутреннее поклонение Шакти может быть в любом одном центре от Мулядхары до Аджны, а нелокализованное внутреннее поклонение устанавливается чисто в чём-то сознании, в части Самвит человеческой системы. В первом Садхака поклоняется Дэви или Божественной Матери в особой форме, указанной Матрика Мантрой или коренными буквами, а в последнем он теряет себя в предсталении Дэви и становится единым с Ней. Поклонение должно выполняться с интенсивной преданностью и в созвучии с инструкциями наставника.

Самвит означает Пара-Шакти и ничего больше. Следовательно, о Великие Муни Наймиша, всегда следует поклоняться Пара-Шакти. (В этом случае Пуджа или поклонение на самом деле означает Атмическое Блаженство самоидентификации с Пара-Шакти).

Что бы ни казалось отличным от чистого сознания, оно считается "Самсарой", в которой запутываются души.

Следовательно, для того, чтобы уничтожить невежество, вызванное Самсарой, человек должен поклоняться Пара-Шакти как Универсальной Свидетельнице, Душе всех вещей и совершенно свободной от всех видов атрибутов формы и названия, а также других ограничивающих условий и качеств, принадлежащих вселенной.

Следовательно, мудрец вначале должен с огромной верой поклоняться благословенной Пара-Шакти природы чистого безусловного сознания с помощью Матрика Мантры (Хрим), означающей это сознание.

Он должен избегать всех форм и деталей, рекомендованных в начальной части этого обсуждения, должен идентифицировать себя с Одним Высшим Величественно совершенным сознанием Пара-Шакти с помощью постоянной медитации. Тогда он может также уничтожить двойственность между ним, поклоняющимся, и Пара-Шакти, Божественной Матерью, которой он поклоняется.

Этот вид Пуджи Пара-Шакти, где Садхака с помощью своей собственной идентификации со всеобъемлющим божественным сознанием преданно поклоняется и воспринимает Махешвару с помощью непосредственного опыта, наверняка достигнет своей высшей цели.

Таким образом, метод Пуджи Пара-Шакти, как указано в Ведах, был передан вам мною. Поэтому, вы все немедленно продвинетесь, поклоняясь Ей с великой радостью описанным способом.

Божественное поклонение бывает трёх видов: Шива-Пуджа, Дэви-Пуджа и поклонение Бхакт. Каждое из них подразделяется на Ведическое поклонение и Тантрическое поклонение. Ведическое поклонение делится на три типа: грубая форма, тонкая форма и Абсолютная форма. Внешнее поклонение Богу осуществляется с помощью образов, умственного поклонения и, наконец, идентификацией себя с Богом или Богиней.

### 10.1. Бхута Шуддхи

Бхута Шуддхи – важный Тантрический ритуал. Он предназначен для очищения пяти элементов, из которых состоит тело.

Садхака растворяет грешное тело и создаёт новое тело Дэви. Он вселяет в тело Дэви жизнь.

Садхака представляет, что Кундалини поднимается и элементы поглощаются один за другим, пока всё не поглотится в Брахмане.

### 10.2. Ньяса

Ньяса – очень важный и могущественный Тантрический обряд. Он заключается в приложении кончиков пальцев правой руки к различным частям тела, сопровождаемом Мантрой.

### 10.3. Кавача

Здесь один Брахман заклиняется с помощью различных имён для того, чтобы защитить различные части тела. О Парабрахмане думают, словно о заключённом в Сахасраре Падме. Высший Бог является объектом медитации в сердце. Защитник Мира, Вишну, заклиняется для защиты горла, так что ученик может повторять Мантры своего Ишта Деваты.

Пусть Высший Брахман защищает голову,

Пусть Высший Бог защищает сердце,

Пусть Вишну защищает горло,

Пусть Бог защищает лицо,

Пусть Бог защищает мои кисти,

Пусть Он защищает мои стопы,

Пусть Он всегда защищает моё тело во всех его частях.

Мантра пишется на берёзовой коре и упаковывается в золотой шарик, и носится на шее или на правой руке. Носящий получает защиту и достигает сил всех видов.

### 10.4. Мудра

Мудра – ритуальный жест руками. Мудра доставляет удовольствие Дэватам. Имеется 108 Мудр. В приветствии (Авахана) Дэваты принимаются соответствующий жест. При подношении (Аргхья) выполняется Матсья Мудра. Правая кисть кладётся на тыл левой и оба больших пальца вытягиваются, как плавники с каждой стороны кистей. Аналогично имеются Мудры для различных действий, совершаемых во время Пуджи.

## Глава 11. Панча Таттва

Панча Таттва существенно важна для поклонения Шакти. К Панча Таттве относятся: вино, мясо, рыба, поджаренные злаки и половая связь (Мадья, Мамса, Матсья, Мудра и Майтхуна). Поскольку они начинаются с буквы М, они грубо называются Панча-ма-кара или Пять М. Панча-Таттва символизирует питьё, еду и размножение. Панча-Таттва – поклонение пяти элементам, разрушающее большие грехи, Махапатака-насанам.

Панча-Таттва не всегда имеет своё буквальное значение. Значение различно в соответствии с отношением соответственно к Тамасическому (Пашу), Раджасическому (Вира) или Саттвическому (Дивья) Садхаку.

Вино может быть вином или кокосовым молоком, или означает опьянение Бога, или опьяняющее знание Брахмана или Абсолюта. Вино – символ, подчёркивающий Высшее, вечное блаженство Йогического знания или знания Атмы (Атма Джнана).

Союз Шивы и Шакти в центре головного мозга, называемом Сахасрара или тысячелепестковый лотос, есть Майтхуна.

Мамса (мясо) – действие, с помощью которого ученик посвящает все свои действия Богу.

Матсья (рыба) – это то Саттвическое знание, с помощью которого Садхака сочувствует удовольствиям и страданиям всех существ.

Мудра есть действие отказа от всех ассоциаций (связей) со злом, которое ведёт к оковам.

Вино есть огонь; мясо есть воздух; рыба есть вода; злаки есть земля; половой союз есть эфир.

Молоко, гхи, мёд – заменители вина. Соль, имбирь, кунжут, белые бобы, чеснок – заменители мяса. Белый баклажан, красная редиска, масур (вид зерна) и красный кунжут – заменители рыбы. Рис в шелухе, очищенный рис, пшеница и злаки – Мудра. Подношение цветов, сложив ладони в форме особой Мудры, есть Майтхуна.

Садхака думает, что он обладает телом Дэви. Это – Бхута Шуддхи. Выполняются различные Ньясы. Ментальное поклонение выполняется по отношению к Дэви, которая, как предполагается, одета в красную одежду и сидит в красном Лотосе. Её тёмное тело подобно туче. Её лоб сияет полумесяцем. Затем выполняется Джапа Мантра. Вслед за этим идёт внешнее поклонение.

Половой акт мужчины с женщиной, которая не является его законной женой, есть грех. Ведическая Дхарма очень строгая на этот счёт. Она не ограничивается просто действительной Майтхуней, но Аштангой или восьмиступенчатой Майтхуней: Смаранам (размышление об этом), Киртанам (разговор об этом), Кели (игра с женщинами), Прекшанам (строить женщинам "глазки"), Гухья-бхашанам (разговор с женщиной в уединении), Санкальпа (желание или намерение иметь половую связь), Адхьяваса (решимость на это), Криянишпати (настоящее совершение полового акта).

Тантрист может иметь половую связь со своей женой. Он называет свою жену своей Шакти. Жена является домом Богини, Гриха Лакшми или Граха-Дэватой, соединённой с мужем священной Самскаркой брака. Она не должна считаться объектом наслаждения. Она является его партнёром в жизни (Ардхангани). Союз мужчины и жены является настоящим священным обрядом священного писания.

## Глава 12. Упачара

Принадлежности, используемые в Пудже, называются Упачара. Их шестнадцать:

1. Асана (сидение образа).
2. Свагата (приветствие Дэваты).
3. Падья (вода для омовения ног).
4. Аргхья (подношение: Саманья – общее и Вишеша – специальное).
5. Ачамана (вода для питья мелкими глотками и омовения губ).
6. Мадхупарка (мёд, гхи, молоко и творог).
7. Снана (вода для купания).
8. Вастра (одежда).
9. Абхарана (драгоценные камни).
10. Гандха (духи).
11. Пушпа (цветы).
12. Дхупа (ладан, фимиам).
13. Дипа (свет).
14. Найведья (пища);  
Тамбулам (бетель – орех).
15. Ниранджана (Аратхи).
16. Вандана или Намак Крия (распростёртое положение, молитва)

## Глава 13. Янтра

Янтра занимает место образа. Это объект поклонения. Она подавляет похоть, гнев и другие страдания Дживы. Поэтому она называется Янтрой.

Янтра – это диаграмма, рисунок на бумаге. Её также делают на металле. Янтра соответствует только особому Дэвате. Разные Янтры специфичны для каждого Дэваты. Они содержат различные предназначения в соответствии с объектом поклонения. Янтра есть тело Дэваты.

Все Янтры имеют общий край, называемый Бхупура. Они имеют квадратную форму с четырьмя дверями, которые отгораживают и отделяют Янтру от внешнего мира.

Садхака вначале медитирует на Дэвате или Божестве, а затем проявляет (поднимает) Дэвату в себе. Затем он связывает Божественное присутствие, возникшее таким образом, с Янтрой. Когда Дэви призывается (заклинается) в Янтру с помощью соответствующей Мантры, жизненный воздух (и) (Прана) Дэваты вливается туда с помощью церемонии Пранапратишти. Дэвата посредством этого устанавливается в Янтре.

#### Глава 14. Чакра Пуджа

Поклоняющиеся сидят в кругу (Чакре), мужчины и женщины поочередно. Шакти (Бхайрави) сидит слева от Садхака, Бхайравы. Бог Чакры (Чакрасвамин или Чакрешвар) сидит со своей Шакти в центре.

Все едят, пьют и поклоняются вместе. Здесь нет кастового различия.

Бывают разные виды Чакр, такие, как Вира, Раджа, Дэва и Маха.

Каждая Чакра приносит различные плоды для поклоняющихся в ней.

#### Глава 15. Манасик Пуджа

Манасик Пуджа более могущественная, чем внешняя Пуджа с цветами и т.д. Арджуна думал, что Бхима не совершал какого-либо вида поклонения. Он гордился своим внешним поклонением Богу Шиве. Он подносил листья бетеля. Но Бхима подносил Богу Шиве мысленно листья бетеля всех деревьев бетеля всего мира. Он совершал Манасик Пуджу Богу Шиве. Слуги Бога Шивы были не в состоянии убрать листья бетеля, подносимые Бхимой, с головы Бога Шивы. Однажды Арджуна увидел большую толпу людей, тащивших корзины с листьями бетеля. Он про себя подумал, что эти листья следует поднести Богу Шиве, и он спросил людей: "Братья, откуда вы несёте эти листья бетеля?" Они ответили: "О Арджуна, эти листья являются подношением нашему Богу Шиве от Бхимы с помощью его Манасик Пуджи." Арджуна был удивлён. Он узнал, что Манасик Пуджа более могущественна, чем внешнее поклонение, и что Бхима был более хорошим почитателем, чем он. Его гордость была сломлена. Он стал очень покорным.

Манасик Пуджа может совершаться опытными учениками. Начинающие определённо должны совершать поклонение с помощью цветов, сандаловой пасты, ладана (фимиама) и т.д. Вы должны обладать большей концентрацией при совершении Манасик Пуджи. Мысленно возведите Дэвату на престол в Симхасане, усыпанной драгоценными камнями, жемчугом, изумрудами и т.д. Предложите Ему место. Смажьте Его лоб и тело сандаловой пастой. Поднесите Аргхьям, Мадхупарку и различные виды цветов и одежд. Поднесите различного вида фрукты, конфеты и Маха Найведьям. Поднесите Богу плоды всего мира. Не будьте нищим даже в Манасик Пудже. Один человек поднёс в Манасик Пудже только один гнилой фрукт и пригоршню мелкого турецкого горошка. О несчастный нищий! Даже в Манасик Пудже он не смог быть щедрым и либеральным. В конце мысленно повторите: "Какое бы действие я ни совершал телом, речью, умом, чувствами, интеллектом или своей собственной природой, я подношу всё это Высшему Богу." Это очистит ваше сердце и устранил следы ожидания вознаграждения.

#### Глава 16. Бхава в поклонении

Бхава – это умственное отношение. Духовное умственное отношение есть божественная Бхава. Бхава больше имеет значение в медитации и поклонении.

Имеется отсрочка в видении Бога, поскольку вы не обладаете Бхилини-бхавой или Бхавой Дханна Бхагаты. Бхилини подносила только фрукты, которые она сама пробовала перед подношением их Богу Рама. Бог Рама был очень рад. Дханна Бхагат из Пенджаба дал Богу только немного варёных овощей. Бог был просто в восторге. Бог не хочет золотых храмов и богатых подарков. Ему нужно только ваше преданное сердце. Он необыкновенно рад маленькому цветку, фрукту или небольшому количеству воды, если это подносится с большой преданностью, верой и любовью.

Вы должны снова и снова культивировать божественную Бхаву с помощью любви, веры, преданности, Джапы, молитвы, медитации и служения Богу. Культивируйте девять способов преданности, и вы достигнете божественной Бхавы.

В поклонении имеется четыре вида Бхавы: Брахма-бхава; Дхьяна-бхава; Бхава, которая генерируется во время Джапы, пения гимнов и молитвы; и Пуджа-бхава.

Реализация того, что всё есть Брахман, "Я – Брахман", что индивидуальная душа и Высший Дух есть одно и что ничто не существует, кроме Брахмана – это Брахма-Бхава или высшая стадия. Шри Даттатрея, Шри Шанкара, Шри Яджнавалкья обладали этой высшей Бхавой. Для таких реализовавшихся мудрецов нет ни поклоняющегося, ни поклоняемого, ни Йоги, ни Пуджи, ни Дхараны, Дхьяны, Джапы, Ставы или Враты.

Постоянная медитация с помощью процесса Йоги на Дэвате в сердце есть Дхьяна-бхава. Джапа, гимны и молитва ещё ниже. Пуджа Бхава самая низкая из всех Бхав. Пуджа-Бхава образована из дуалистического понятия о поклоняющемся и поклоняемом, слуге и Боге.

Вы не можете сразу обладать всей Брахма-Бхавой. Вы должны медленно подниматься по лестнице Бхавы: от Пуджа-Бхавы к Дхьяна-Бхаве, от Дхьяна-Бхавы до Брахма-Бхавы. Сердце должно быть тщательно очищено с помощью Джапы, гимнов, молитвы и медитации.

## Глава 17. Мантра Йога

Мантра Йога – точная наука. С помощью Мананы или постоянного размышления или воспоминания, из которого человек реализуется из цикла рождений и смертей, есть Мантра.

Мантра есть Дивинити. Мантра и её председательствующий Дэвата есть одно. Мантра – божественная сила. Повторение Мантры устраняет грязь ума, такую, как похоть, гнев, алчность и т.д.

Ритмические вибрации её звуков регулируют неустойчивые вибрации оболочек ученика и превращают его в божество. Мантра Сиддхи – это способность сделать Мантру эффективной и достичь её плодов.

Когда Мантра Шакти пробуждена с помощью Садханы, появляется председательствующий Дэвата; когда достигнуты совершенные Мантра Сиддхи, Дэвата открывается.

Шабдха или звук является Гуной Акаши или земли. Он не создаётся Акашей, а проявляется в ней.

Мантра состоит из определённых букв, устроенных в определённой последовательности звука, где буквы предстают в виде признаков. Мантра должна быть смодулирована соответствующим образом в отношении (ритма) Свары и (звука) Варны. Шабдха есть проявление самой Чит-Шакти.

Каждая Мантра имеет Риши, который дал её миру, Матру, Дэвату, Биджу или зерно, которое даёт ей определённую силу, Шакти и Килакам или опору.

Постоянное повторение Мантры с верой, преданностью и чистотой, увеличивающее Шакти или силу Садхака, очищает и пробуждает Мантра Чайтанью, скрытую в Мантре, и дарит Садхаку Мантра Сиддхи; просвещённость, свобода, мир, вечное блаженство и Бессмертие сопровождают это.

Мантра пробуждается ото сна с помощью Садхана Шакти ученика. Мантра есть масса лучистого Теджаса или энергии. Мантра пробуждает Сверхъестественные силы. Мантра даёт гармонию. Она даёт силу, освобождающую космическое и сверхкосмическое сознание.

#### 17.1. Джапа Мантры

Повторите Мантру некоторое время устно, некоторое время шёпотом и некоторое время мысленно. Ум хочет разнообразия. Он протестует против любой монотонной практики. Мысленное повторение очень могущественно. Оно называется Манасика Джапой. Устное повторение называется Вайкхари Джапой. Повторение шёпотом или с гудением называется Упамшу Джапой. Даже механическое повторение Джапы без какой-либо Бхавы даёт сильный очищающий эффект сердцу и уму. Ощущение придёт позже, когда произойдёт процесс умственного очищения.

Громкая Джапа забивает все звуки мира. Здесь нет срывов Джапы. Это одно из преимуществ громкой Джапы. Манасика Джапа трудна для обычных людей, и некоторое время могут быть срывы в уме. Когда бы сон ни пытался побороть вас, когда вы ночью занимаетесь Джапой, возьмите в руки Малу и перебирайте чётки. Это препятствует сну. Есть ещё одно преимущество громкой Джапы. Громко повторяйте Мантру. На это время оставьте Манасика Джапу. Мала напомнит вам о прекращении Джапы. Когда приходит сон, вставайте и выполняйте Джапу.

Шандилья говорит в Шандилья Упанишаде: "Как сказано в Ведах, Вайкхари Джапа (громкое произношение) даёт вознаграждение, в то время, как Упамшу Джапа, шептание или гудение, которые не могут слышать другие, даёт вознаграждение в тысячу раз большее, чем Вайкхари; Манасика Джапа (мысленная Джапа) даёт вознаграждение в несчётное число раз большее, чем Вайкхари Джапа.

Выполняйте Джапу в горле или Кантхе один год. Это устная Джапа или Вайкхари Джапа в громком тоне. Делайте её в сердце или Хрилая около двух лет. Это мысленная или Манасика Джапа. Делайте её около года в Набхи или пупе. Этот вид Джапы связан с дыханием.

Когда вы преуспеете в практике, каждая пора кожи, каждый волосок на теле будут уверенно повторять Мантру. Весь организм будет заряжен могущественной вибрацией Мантры. Вы будете вечно в Преме или любви Дэваты. Вы будете испытывать мышечные подёргивания и проливать обильные слёзы Ананды. У вас будет восторженное Божественное настроение. Вы обретёте вдохновение, откровение, экстаз, глубокую проницательность, интуицию и Парама-Ананду. Вы составите вдохновляющие стихи. Вы приобретёте различные Сиддхи, Божественную Айшварью, сокровища Небес.

Повторяйте Имя постоянно. Это очень легко приведёт к контролю ума. Выполняйте это с абсолютной Шраддхой (верой), с Антарики-Премой (любовью от всей души) и Анурагой (искренней привязанностью). Вы должны искренне чувствовать стремление и болезненное отделение от Бога. Слёзы ручьями должны литься из ваших глаз. Это Вирах-Агни. Когда вы повторяете имя Бога, помните, что в вашем сердце в центре разливающегося света Анахаты Чакры присутствует Дэвата.

#### 17.2. Пурашчарана

Способ повторения Мантры с чувством и особым образом, определённое время с соблюдением правильных ритуалов, пока фиксированное число Джапы не достигнет реальной пользы от Мантры, называется Пурашчарана.

Практикующий Пурашчарану Мантры должен есть овощи, фрукты, молоко, корни, клубни, творог и ячмень, Хавишью (рис, сваренный с гхи, сахаром и молоком, который был поднесён Богу) или он может жить лишь на одной чистой Бхикше.

Любое святое место паломничества и святое место на берегах святых рек, пещеры, вершины холмов и гор, слияния рек, огромные священные леса, основание дерева Ашвата – всё это рекомендовано в качестве мест, подходящих для совершения Пурашчараны.

Садхака во время Джапы должен сесть, обратившись лицом на восток или на север. В ночное время он может сидеть, обратившись только на север. Он должен купаться три раза в день. Если это невозможно, он должен принимать ванну хотя бы 1-2 раза в день в соответствии с возможностями и течением обстоятельств. Опытный ученик может использовать любую Малу или не использовать Малу совсем. Это всё зависит от стадии эволюции, в которой человек находится. Для Джапы рекомендуется Падма, Сиддха, Свастика, Сукха или Вира Асана. Место для сидения должно быть покрыто хлопчатобумажной тканью, шерстяным одеялом, шёлком или тигровой шкурой; это принесёт Саубдхью, Джнану и Сиддхи.

Абстрагируйте ум от всех мирских объектов, растворив его во внутреннем значении Мантры. Повторяйте Мантру не слишком быстро и не слишком медленно. Мантру следует повторять столько Лякх (одна Лякх = 100 000), сколько слогов содержится в ней.

Число Джап, совершаемых ежедневно, должно быть постоянным и не должно меняться изо дня в день. Каждый день после окончания Джапы должны быть преданы священному огню Ахути, гхи или жертвоприношение Чару, которые предписаны равные 1/10 совершённой Джапы. Или это может совершаться в конце каждой сотни тысяч.

Когда требуемое число Джапы совершено, жертвоприношения, равные 1/10 общей Джапы, сделаны, следует предложить Яджну, повторяя ту же Мантру с каждым подношением или Ахути.

Если человек не может совершать Хому и соблюдать её ограничения, он может поклоняться Божеству, совершая вдобавок к уже сделанной общей Джапе, ещё Джапу, равную 1/10 и потом угощать Брахминов и Махатм.

Сон на голом полу, безбрачие, поклонение Божеству три раза в день, молитва Божеству, вера в Мантру, купание три раза в день, отказ от масляной ванны должны строго соблюдаться как обет во время Мантра Садханы.

Садхака не должен сидеть, положив ногу на ногу, и не должен касаться кистями стоп. Очень важна постоянная концентрация ума на Мантре и её значении. Джапу не следует выполнять при хождении туда-сюда и приглядении по сторонам. Упасака никогда не должен вовлекаться в другие виды деятельности даже мысленно и не должен бормотать, ворчать и т.д. или поурывать лицо любого рода одеждой.

Сияние, ясность и спокойствие ума, удовлетворённость, бесстрашие по отношению к чувственным объектам взойдут в Мантра-Сиддхи, если Пурашчарана совершается без какого-либо эгоистического побуждения или желания. Ученик не должен совершать Пурашчарану ради любого мелкого эгоистического результата. Сакама-Упасана не принесёт ему настоящего духовного знания, опыта или внутренней силы. Джапа не должна выполняться со стремлением получить милость Божества и осознать Божество. Лучшая Пурашчарана – та, что совершается для самоочищения и Атма-Сакшаткары. Пурашчарана, сделанная после этого, принесёт Сакшаткару или реализацию Божества.

## Глава 18. Биджа-Акшара

Биджа-Акшара – коренная буква. Это очень могущественная Мантра. Каждый Дэвата имеет свою собственную Биджа-Акшару. Самая великая из всех Биджа-Акшара – это ОМ или Пранава, так как это символ Пара-



Брахмана или Самого Параматмана. ОМ содержит в себе все остальные Биджа-Акшары. ОМ – это общий звук или общий корень, от которого произошли все особые звуки или второстепенные корни. Буквы алфавита – только следствия ОМ, который является корнем всех звуков и букв. Нет Мантры выше или величественнее, чем ОМ. ОМ, как это обычно произносится, является внешней грубой формой истинного тонкого неслышимого состояния звука, называемого Аматра, или неизмеримого четвёртого трансцендентального состояния. Поскольку различные Дэваты являются аспектами или формами Одного Высшего Существа, поэтому разные Биджа-Акшары или Биджа-Мантры представляют многочисленные аспекты или формы Высшей Биджи или Мантры, а именно ОМ. Даже буквы "А", "У", "М" не дают в действительности трансцендентального или оригинального состояния звука. Даже этот трёхбуквенный звук является только выражением или проявлением высшей первичной Дхвани или вибрации. Трансцендентальный звук ОМ слышат только Йоги и не обычным ухом. В правильном произношении ОМ, звук распространяется глубокой и гармоничной вибрацией от пупа и постепенно по стадиям проявляет себя у верхней части ноздрей, где звучит Анусвара или Чандрабинду.

Обычно Биджа-Мантра состоит из одного слога. Иногда она состоит из нескольких слогов. Например, Биджа-Мантра "Кам" имеет одну букву с Анусварой или Чандрабинду, Нада и Бинду, смешанные вместе. Некоторые Биджа-Мантры состоят из сгруппированных букв, как Мантра "Хрим". Биджа-Мантры имеют большое внутреннее значение и часто внешне не выражают никакого значения. Их значение мистическое, тонкое. Форма Биджа-Мантры является формой Дэваты, выраженного ею. Биджами пяти Махабхут или великих элементов, то есть Дэват или председательствующих умов элементов (Эфира, Воздуха, Огня, Воды и Земли) являются соответственно следующие: Хам, Йам, Рам, Вам и Лям. Ниже для примера приведены значения нескольких Биджа-Мантр.

#### Ом

Ом состоит из трёх букв: А, У и М. Это означает три периода времени, три состояния сознания, всего существования. "А" есть состояние бодрствования или Вират и Вишва. "У" есть состояние дремоты или Хираньягарбха и Тайджаса. "М" есть состояние сна или Ишвара и Праджна. Для понимания значения ОМ детально изучайте Мандукьопанишаду.

#### Хаум

В этой Мантре "Ха" есть Шива, "Ау" есть Садашива. Нада и Бинду обозначают того, кто рассеивает печаль. С этой Мантрой следует поклоняться Богу Шиве.

#### Дум

Здесь "Да" означает Дурга. "У" означает защищать. Нада обозначает Мать вселенной. Бинду выражает действие (поклонение или молитву). Это Мантра Дурги.

#### Крим

С этой Мантрой следует поклоняться Калике. "Ка" есть Кали. "Ра" есть Брахма. "И" есть Махамая. Нада является матерью вселенной. Бинду – рассеиватель печали.

#### Хрим

Это Мантра Махамайи или Бхуванешвари. "Ха" означает Шива. "Ра" есть Пракрिति. "И" означает Махамая. Нада есть Мать вселенной. Бинду означает разрушитель печали.

#### Шрим

Это Мантра Махалакшми. "Ша" есть Махалакшми. "Ра" означает богатство. "И" означает удовлетворение или удовлетворённость. Нада есть Апара или проявленный Брахман или Ишвара. Бинду означает разрушитель печали.

## Айм

Это Биджа-Мантра Сарасвати. "Ай" означает Сарасвати. Бинду обозначает рассеивателя печали. Это также Гуру-Биджа.

## Клим

Это Калябиджа. "Ка" означает Бог желания (Камадева). "Ка" может также обозначать Кришну. "Ля" обозначает Индру. "И" обозначает удовлетворённость или удовлетворение. Нада и Бинду обозначают того, кто приносит счастье и рассеивает печаль.

## Хум

В этой Мантре "Ха" есть Шива. "У" есть Бхайрава. Нада есть Высший. Бинду обозначает рассеивателя печали. Это тройственная Биджа Варма или доспехи (кольчуга).

## Гам

Это Биджа Ганеши. "Га" обозначает Ганешу. Бинду обозначает рассеивателя печали.

## Глаум

Это тоже Мантра Ганеши. "Га" обозначает Ганешу. "Ля" обозначает то, что проникает (распространяется). "Ау" обозначает блеск или сияние. Бинду обозначает рассеивателя печали.

## Кшраум

Это Биджа Нарасимхи. "Кша" есть Нарасимха. "Ра" есть Брахман. "Ау" означает "с зубами, направленными вверх". Бинду обозначает рассеивателя печали.

Имеется множество других Биджа-Мантр, подобных этим, обозначающих различных Дэват.

- "Вьям" есть Биджа Вьяса-Мантры,
- "Брум" есть Биджа Брихаспати-Мантры,
- "Рам" – Биджа Рама-Мантры.
- "Айм Клим Саух" являются Биджа-Мантрами Баля Трипурасундари.
- "Айм Хрим Клим Чамундаяй Виччхе" являются Биджа-Мантрами Чамундэшвари.

Биджи согласно обычному использованию языка не имеют значения. Их значение является собственной формой или Сварупой особого Дэваты, чьей Мантрой они являются. Они являются формой тонкой силы как творческой Дхвани.

Каждая буква, слог и Мантра являются формой Брахмана. Главная Мантра в поклонении любому Деве или любой Дэви известна как Муля-Мантра (коренная Мантра). Все буквы являются формами звуковых сил, как Шакти. Биджа-Мантры могут читаться наизусть теми людьми, кто знает Санскрит и правильную интонацию.

## Глава 19. Шри Видья

Шри видья является великой Мантрой Трипурасундари или Бхуванешвари или Махамайи. Она также называется Панчадаши или Панчадашакшари, так как она состоит из 15 букв. В своей развитой форме она состоит из 16 букв и называется Шодашакшари. Ученик должен получить посвящение этой Мантре непосредственно от Гуру и не должен начинать читать наизусть эту Мантру сам или выполнять её Джапу по своему усмотрению. Это очень могущественная Мантра. Поэтому крайне необходимо, чтобы она была получена непосредственно от Гуру, который обладает Сиддхами этой Мантры.

Общее правило заключается в том, что эта Мантра (Шри Видья) должна повторяться после того, как человек пройдёт через определённые стадии самоочищения с помощью других Мантр. Вначале следует выполнять

Пурашчарану Ганеша-Мантры. Затем должны быть выполнены Пурашчараны Гаятри-Мантры, Маха Мритьюнджая-Мантры и Дурга-Мантры (ведической или тантрической). После этого для Джапы могут быть взяты Панчадашакшари и Шодашакшари.

Шри Видья не должна повторяться теми, кто с этим хорошо не знаком. Только те, кто очень хорошо знает Санскрит и кто непосредственно посвящён от Гуру (обладающего Мантра-Сиддхами), могут приступить к Джапе Шри Видьи. Остальные не должны касаться этой Мантры и могут выполнять только Джапу своих собственных Ишта Мантр, которые легко произнести и запомнить.

Шри Чакра или Шри Янтра является Янтрой Лалиты или Трипурасундари, Дэваты Шри Видьи. Каждый(ая) Дэвата имеет собственную Янтру. Лалита является высшим аспектом Шакти Брахмана.

Чакры расширяются (простираются; исходят) из точки или Бинду, называемой Сарвандамайей; Высшая Шива-Шакти в центре от наиболее удалённого отдела Чакр Бхупура, которая называется Трайлокьямохана.

Нацеленность Садхака на Лалиту заключается в реализации его идентификации вначале с Янтрой и Мантрой, а затем – с Лалитой или Трипурой, Махашакти, которая является творцом и правительницей вселенной.

Если Пара-Шакти не соединилась с Пара-Шивой, она не может произвести вселенную, находящуюся внутри Нее. Следовательно, мир не может быть создан одним Шивой или одной Шакти. Оба они производят все Таттвы. Без Шивы нет Дэви. Без Дэви нет Шивы. Нет различия между Шивой и Шакти.

При внешней форме поклонения поклоняются Шри Чакре. Янтра начертана на листе Бхурджа, изготовленном из золота или на других металлических пластинах. Мантры повторяются с жестами, позами, зажиганием света или Арати и раскуриванием фимиама (ладана), подношением Найведьи или различных видов пищи или Прасада.

Шри Чакра – высшая точка или верх совершенства, к которому могут привести Йогические практики. Когда вы достигнете совершенства в Шри Видье, не будет ничего, чего нельзя было бы достичь практикой Йоги. Шри Чакра с 43 треугольниками является огромным особняком Дэви. В Шри Чакре (Нагара) в центре между 17 и 18 стенами находится место Вишну; между 16 и 17 находится место Брахмы; между 14 и 15 – Индры и других Локапал (защитников мира). Всё это пребывает (в соответствующих местах) для поклонения Дэви. "Дэви Бхагавата Пурана" говорит: "Брахма, Вишну, Индра, Варуна, Яма, Вайю, Агни, Кубера, Твашта, Пуша, Ашвины, Бхага, Адити, Васу, Рудры, Вишваदेва, Марутганы – все они медитируют на Дэви, причине творения, защиты и разрушения.

За пределами бесчисленных мириадом мировых систем в центре Океана Нектара, протяжённостью в тысячи крор, на острове Драгоценности (Ратнадвипа) площадью в сто крор находится лампа мира, где расположена высшая обитель Шри Видьи, в 300 тысяч Йоджан высотой и украшенная 25 стенами, представляющими 25 Таттв."

## Глава 20. Симпозиум по Шакти

### 20.1. Тантра Йога

*(Шри П.С.Деванджи, отст.судья, Бомбей)*

Тот факт, что в ранних Упанишадах не упоминаются 6 Чакр, Канда, четыре Питхи, Вахнистхана, Кундалини, процесс её подъёма и развития её скрытых сил, которые упоминаются в некоторых Упанишадах класса Смарта, таких, как Джабала Даршана, Тришикх Брахмана, Вараха, Йога Чудамани и некоторых других, чтобы помочь Йогам совершать чудеса, приводит к выводу, что начало разновидности Йоги, известной как Тантра Йога или Кундалини Йога, не было положено в те далёкие времена. Этот вывод подтверждают факты, говорящие о том, что процесс подъёма Кундалини и

развития Чакр и союз Кундалини, которая говорит, является микрокосмической формой Шакти Бога Шивы, с Лингой (символом) Бога, расположенной в отделе головы надо лбом, зависели от Хатха-Йоги, Йоги Праны и Апаны, детально изложенных в некоторых более поздних Упанишадах и в специфических трактатах по Йоге, таких, как Шива-Самхита, Гхеранда-Самхита и Хатха-Йога-Прадипика и в книгах по Тантра-Йоге, таких, как Маханирвана Тантра, Куларнава-Тантра и других, и что процесс Пранаямы сам находился в экспериментальной стадии в эру тех ранних Упанишад. Это было в давние времена, когда Йоги, которые установили высшую ценность Самореализации и мира (спокойствия) ума, являющихся результатом прогрессирования от Хатха-Йоги до того, что названо Раджа-Йогой в специфических вышеприведённых трактатах и тех, которые представляли ценность больше для приобретения чудесных сил, прогрессировавших от той же Йоги к Тантра Йоге, которая делает особый упор на развитии сил, скрытых в 6 Чакрах от Мулядхары до Аджны.

## 20.2. Шакти в сотворении

*(Свами Садананда)*

Пока мы живём и движемся в этой вселенной, мы осознаём Силу или Шакти, которая поддерживает и побуждает её. Если мы думаем о том, что из себя представляет сама вселенная, мы обнаружим, что она не одно и то же, чем кажется в начале. Когда мы говорим о вселенной, мы говорим о существах, которые населяют и составляют её: людях, птицах, животных, растениях и минералах. Мы обнаруживаем, что вселенная состоит из осязаемых и неосязаемых предметов. Мы обнаруживаем не только то, что является реальной материей, но и такие вещи, как тепло, свет, звук, магнетизм и электричество. Более того, мы обнаруживаем во вселенной ненависть, страх, скупость, алчность, ревность и так далее, а также любовь, милость, сострадание, милосердие, великодушие и т.д. Мы обнаруживаем во вселенной чувство правильности и неправильности, чувство прекрасного, чувство истины и добра. Мы говорим об одних вещах как о преходящих, а о других как о вечных. Когда мы делаем так, мы имеем в виду, что некоторые вещи выходят за пределы нашего восприятия, а другие нет. По сути дела, то, что выглядит как материя, на самом деле является энергией или силой.

Теперь можно сгруппировать всё это и организовать так, чтобы наша точка зрения о вселенной могла быть ясной и полной. Это было сделано древними мудрецами, которые дали нам Санкхью и философию Йоги. Они начали с пяти первоэлементов, которые они называли Панча Бхутами: Притхиви, Апас, Теджас, Вайю и Акаша (земля, вода, огонь, ветер (воздух) и эфир). Всё творение в конкретных формах состоит из комбинаций в различных пропорциях этих пяти элементов. Вне этих "элементов" имеется пять Танматр, соответствующих пяти элементам. Это Шабда, Спарша, Рупа, Раса и Гандха (звук, чувство осязания, форма, вкус и запах).

Разложив реальную часть вселенной таким способом, мудрецы имели дело со снаряжением, обнаруженным в индивидуальных Дживах, которое позволило им признать и использовать эти конкретные объекты вселенной. Это снаряжение состоит из пяти Джнана-Индрий и пяти Карма-Индрий. Первые являются окнами сознания, а вторые – орудиями действия. Чтобы использовать эти Индрии, необходимы отдельные существа и то, что называют Манасом или умом.

В древности ум также рассматривали как инструмент Дживы. Согласно системе Йога Патанджали, Джива создаёт для своего собственного особого использования особый ум и ряд специальных Индрий, таким образом может быть получен опыт, который ищет отдельная Джива. Например, буйвол создаёт ум буйвола, так что он может иметь опыт буйвола о вселенной. Человек получает различный опыт. Джива орла создаёт особый глаз (одна из Джнана-Индрий) так, что она может видеть гораздо лучше, чем человеческий глаз. Согласно Патанджали, имеется 16 Авишеш или общих вещей, и 16 Вишеш или особых вещей. Общие вещи следующие: 1) Ахамкара – чувство "самости" и 2) пять Танматр: Шабда, Спарша, Рупа,

Раса и Гандха. Вишешами или особыми вещами являются: 1) Манас (или Буддхи), 2) 10 Индрий и 3) 5 Бхут (элементов).

## 1. Порядок творения

Имеется порядок Творения, упомянутый в наших священных писаниях; если понять его, он даст нам ясную идею: каково положение и статус определённых объектов и сил, которые мы видим во вселенной. Прежде всего Шакти происходит от Пуруши, Высшего Существа. Эта Шакти называется Прадхана или Пракрити, или Алинга. Последнее название означает "без какой-либо отличительной черты". Это означает чистую, недифференцированную Шакти или Силу, чьё существование невозможно определить. Это Пара-Шакти или Высшая Сила. Её можно назвать Атма Шакти или Чит Шакти. От Прадханы (или Пракрити или Алинги) идёт Махат или Линга Матра (только Линга). Это проявление чисто Саттвической силы в Алинге.

Имеются три Гуны – Саттва, Раджас и Тамас. Первая обнаруживается Пракашей или блеском, вторая – движением и третья – своей силой сопротивления. В Махате качества Раджаса и Тамаса спрятаны, и лишь Саттва проявляет себя. Следовательно, в Махате, который является также Космическим Разумом, мы не можем обнаружить какую-либо Чаляну или изменение, или модификацию; не можем мы обнаружить и сопротивление. Это не отрицает проникновение в него какой-нибудь вибрации, идущей от Высшего Существа (Пуруши). Он сияет в своём собственном великолепии. Это сияние даёт возможность быть узанным.

Спускаясь от Махата, мы имеем следующую сущность в Творении – Ахамкару, то есть чувство "Я". Когда приходит момент Ахамкары, три Гуны, Саттва, Раджас и Тамас, начинают себя проявлять. От Ахамкары, когда она смешивается с Тамогуной, происходит Шабда Танматра. От Шабды развивается Спарша. От Спарши происходит Рупа; от Рупы – Раса; от Расы, наконец, происходит Гандха. От той же Ахамкары, когда на неё воздействует та же Тамогуна, мы получаем первый изначальный элемент – Акашу. От неё происходит Вайю; от Вайю – Теджас; от Теджаса – Апас и от Апаса происходит, наконец, Притхиви.

Когда на Ахамкару воздействует Раджас, возникают 10 Индрий. Когда на Ахамкару воздействует Саттва, возникает Манас. (Когда мы говорим о Манасе, мы имеем в виду его три аспекта: ум, эмоции и волю).

Таким образом, мы видим, что вся вселенная произошла из Шакти, проекции Пуруши. А как же сама Джива? Точка зрения священных писаний следующая. Джива является пророком (наблюдателем) вселенной. О ней говорят как о Драште, а о вселенной как о Дришье (то, что видно). Джива, подобно Ишваре, вечна и является Амшей или частичным проявлением Высшего Пуруши. Это взгляд не Адвайтинов; но когда мы обсуждаем вселенную, мы находимся в области двойственности, а не Адвайты. О Дживах, следовательно, можно говорить как об Амшах или частицах. Каждая Джива создаёт для себя свой собственный ум, собственные Индрии и свою собственную форму, используя пять Бхут. Поэтому каждая личность отличается от всякой другой по внешним чертам, умственным взглядам и духовному уровню.

Теперь Джива использует своё снаряжение в форме тела, ума и Индрий для переживания страдания и удовольствия, а также для своего окончательного освобождения от контакта со вселенной. Мы видели, что сама вселенная является лишь Шакти, по-разному называемой Прадханой, Пракрити или Алингой. Давайте вкратце познакомимся с тем, как эта Шакти проявляет себя с помощью различных объектов в творении.

## 2. Проявление Шакти

Мы начнём с минерального царства. Если мы растворим в воде поваренную соль и сульфат меди до уровня насыщения и оставим раствор неподвижным на несколько дней, то обнаружим общие кристаллы соли и сульфата меди, осевшие на дно. Кто придумал общие солевые частицы кристаллов из

разных солей (поваренной и сульфата меди)? Ответ следующий: "минеральный Буддхи" (или ум) – творение Дживы, воплощённой в минерале (поваренной соли или сульфата меди), которая дала порядок для организации частиц в такой специфической манере. Этот "минеральный Буддхи" является универсальной широко распространённой Шакти или Праkritи, поскольку она проявляет себя с помощью минерала. В случае образования кристаллов, мы имеем Шакти, проявляющую себя как сцепление. Но в минеральном мире мы имеем Шакти, проявляющую себя в виде тепла, света, звука, магнетизма и электричества. Высшей формой её проявления является электричество. Мы можем назвать это проявление Шакти "Бхута Шакти", потому что она обнаруживается с помощью вещей, составляющих Панча Бхуты.

Переходя на растительный мир, мы замечаем, что Шакти проявляет себя в более высокой степени. Растение обладает силой получения пищи из воды и т.д. и последовательно растёт. Здесь мы видим жизнь или Прану. Эту Шакти следует назвать Прана Шакти, поскольку она отличается от электричества. Это не просто протоны и электроны. Мы часто видим большие растения, обычно баньяны, растущие на вершинах стен храмов и разрушающие каменные стены. Жизненной энергии в живых растениях больше, и она могущественнее энергии электронов в каменной стене. Это проявление космической Шакти в растениях можно назвать Прана Шакти. Если мы перейдём к животному миру, то обнаружим, что животные имеют ещё более высокую форму энергии. Они обладают умом, который может отыскать в определённой степени взаимоотношения между причиной и следствием и который может иметь более острое чувство страдания и удовольствия. Животный ум проявляет также силу воли. Это Маношакти. Он выше по виду, а не просто по степени, чем Прана Шакти растения. По сравнению с Маношакти животного Прана Шакти растения – ничто.

### 3. Атма Шакти

Выше обычного животного стоит человек. Он не просто обладает разборчивостью, но и эстетическим, и этическим чувством. Иными словами, он полностью пользуется интеллектуальными, эмоциональными и волевыми силами. Поэтому он стоит над животными. О его Шакти можно говорить как о Джива Шакти, поскольку Джива, воплощённая в человеческом существе, заставляет полностью использовать Манас и Индрии.

Помимо обычной Джива Шакти, которой обладает каждое человеческое существо, есть специфическая Шакти, которую мы находим у святых, способных осуществлять полный контроль над своими умами. Великий Йог, являющийся знатоком в Читта Вритти Ниродхе, то есть в контроле над модификацией ума, обладает тем, что мы можем назвать Атма Шакти, поскольку когда он проясняет ум от волнений, он получает энергию Атмана, живущего в его теле. Это высшая форма Шакти, к которой только может стремиться человек.

Когда совершенный человек оставляет своё тело, он освобождается, чтобы остаться в стороне от Параматмана или слиться с ним. Если он выбирает остаться отдельным, он будет предоставлен службе различных порядков существ во вселенной. Делая так, он должен будет использовать Чит Шакти (которая является также Атма Шакти), таким образом помогая Богу в выполнении Его функций.

#### 20.3. Мать поклонения

(д-р Т.М.П.Махадеван, М.А., Ф.Д.)

В Шветашватара Упанишаде есть важная строфа, как по форме, так и по содержанию: "Ты есть женщина; Ты есть мужчина; Ты есть юноша и девушка; Ты являешься стариком, идущего неуверенной поступью с палочкой; Ты есть порождение, Своим лицом обращённым во все стороны." Бог появляется в мириадах форм. Божественная Сила проявляет себя в грациозности женщины и в силе мужчины, в радости молодости и в мудрости старости.

Эта Божественная Шакти создаёт все вещи, поддерживает их и забирает в себя. И как Сила и Обладатель Силы есть непроявленное, Сам Бог часто задумывается (воспроизводится) как Она.

Материнство Бога есть очень древнее понятие. Среди останков древних цивилизаций обнаруживаются образы Матери Богини. В одном из гимнов Риг Веды Шакти описана как живущая на небесах и поддерживающая Землю. В другом примере богиня Адити (означающая "необузданная") идентифицируется со всеми богами и всеми мужчинами, "со всем, что было и со всем, что будет". В Тайттирия Упанишаде учитель, давая своё последнее напутствие ученику, говорит: "Почитай свою мать как бога". В Кенотанишаде рассказывается история Индры, короля Дэвов, который гордился силой и победой и не мог признать Бога, когда Тот появился перед ним. Индра получил мудрость от Матери. В той же небесной области Индра повстречал ярко сияющую женщину, Уму, дочь Химавана. Он спросил её: "Что это за дух?" Она ответила: "Это - Брахман". Имеется множество меньших Упанишад, говорящих о Шакти как о высшем Существо, как об абсолютном Брахмане, одном без второго.

### 1. Матрилатри

Система философии и свод оккультных приёмов были созданы в Индии вокруг Матрилатри или поклонения Матери. Шактизм был одной из потенциальных сил для духовного возрождения индийцев, хотя в "продажные" времена и практикуемый неподходящим образом, он привёл к определённым злоупотреблениям. Шакты воспринимали Веды как основные священные писания, а Шакта-Тантры – как тексты, разъясняющие значения для достижения цели, поставленной в Ведах. Как утверждает Калика Агама, Тантра называется так потому, что она объясняет (Таноти) в мельчайших подробностях знание, имеющее отношение к Таттве (истине) и Мантре (мистическим слогам), и поскольку она спасает. (Транат). Тантра есть спасительное знание, судно, которое благополучно доставляет душу в порт свободы. Неправильно считать Тантры книгами по чёрной магии, магическим заклинаниям и таинственным формулам. Они являются открытыми священными писаниями, из которых могут черпать вдохновение все люди независимо от касты, веры или цвета кожи. Они являются изначальными Садхана Шастрами, учением о путях совершенства.

### 2. Адвайта Шактизм

Метафизическая позиция Адвайты или недуализм принимается Шактами как фундаментальная тема. Реальность одна, и она есть Сатчидананда, существование, сознательность и блаженство. Как указывает сэр Джон Вудрофф: "Доктрина Шакти является специфическим изложением так называемого Монизма (Адвайта, буквально "не два"), и ритуал Шакты даже в тех осуждаемых формах, которые дают злоупотребления, в которых это священное писание известно, является его практическим приложением. Шакта разделяет точку зрения, что окончательная Реальность едина, что природа Чистого Сознания или Опыт 'per se' и что это есть основание проявления вселенной, которая проявляется среди Майи. Хотя Адвайта Шанкары считает кажущееся как иллюзию, Адвайта Шакты рассматривает её как реальность. Майя в Шактизме является не неопределённым неведением, как какое-то иллюзорное проявление мира, а как реальная сила или Шакти, идентичная с окончательной Реальностью, вызывающей возникновение, поддержание и уничтожение вселенной. Чистое Сознание как неволнующий субстрат (Ниргуна Брахман) есть Шива. Та же Реальность в Творческой Силе или 'elan vital' есть Шакти. Саммохана Тантра говорит: "Без Пракрیتی или Шакти невозможно пересиливание мира. Без Пуруши или Шивы нельзя достичь истинного знания. Следовательно, обоим следует поклоняться Махакали и Махакалу." Абсолют есть слово, есть Шива-Шакти, Мужчина-Женщина или Бог-сила. Он развивается в мир конечного существования и прекращает быть тем, кем является, а именно чистым Сознанием, Существованием и Блаженством. Индивидуальная душа или Пашу-Джива – не кто иной, как Шива. Хотя она чувствует

отчуждающее ограничение или разделение (разлучение) от её места стоянки. С помощью сублимации она распадается вместе со вселенной до единого Сознания, которое является совершенным Блаженством.

### 3. Триединство

Популярная религия идентифицирует Шакти с Махадэви (великой матерью), вечной Супругой Шивы и обожаемой Сестрой Нараяны. Но Шакты осознают, что Великая Мать превосходит божественное единство Брахмы, Вишну и Рудры. Она есть Дурга или сила как Действие (Крия); Она есть Лакшми или Сиа как Воля (Иччха); Она есть Сарасвати или Сила как Знание (Джнана). Первые три дня Наваратри Ей поклоняются как Дурге, вторые три дня – как Лакшми и последние три дня – как Сарасвати. А на десятый день Её почитают как Раджараджешвари, Королеву-Мать, превосходящую тройственные аспекты, которые составляют мир перемен.

### 4. Сотворение и разрушение

Уникальной особенностью Индуизма в общем и Шактизма в частности является тот факт, что силы разрушения не посылаются Сатаной, стоящим отчуждённым и противоположным Богу. Мать не только создаёт, но и разрушает. Смерть теряет весь свой ужас, когда она рассматривается как главный вход в новую жизнь. Разрушение не является уничтожением, когда оно ведёт к новому способу существования. Так же, как сотворение является выражением божественной силы, так же разрушение является этим. Отсюда Шакта рассматривает Мать и как Трипурасундари, прекрасную творящую, и как ужасную Кали, Богиню тьмы, которая пирует в танце смерти. Свами Вивекананда отразил дух Шакты в гимне Кали:

"Приди, Мать, приди!

Для ужаса имя Твоё,

Смерть есть Твоё дыхание,

И каждый нетвёрдый шаг

Разрушает мир навсегда;

Время Твоё, всеразрушительница!

Приди, о Мать, приди!"

### 5. Символ Брахмана

Часто критикуют, что Шактизм есть "доктрина, учащая первенству Женского и подходящая только для суфразисток-монисток", что это "просто феминизация ортодоксальной Веданты". То, что эта критика беспочвенна, станет очевидно после понятия вовлечённости доктрины Шакти. Это не более неправильно – называть Бога Матерью, чем называть Его Отцом. С эмпирической точки зрения оба принципа статики и динамики, мужского и женского необходимы для объяснения сотворения мира. Шакты делают упор на женском, поскольку мужская роль в порождении быстротечна и мгновенна, женская роль более терпеливая и сокровенная. Высшая Мать жертвует собою, чтобы стать миром. С этой точки зрения концепция Матери более важна, чем Отца как Бога. Одновременно, Шакта хорошо знает, что с трансцендентальной точки зрения различие пола неприменимо к Абсолюту. Санскритское слово "Матри" ("мать") и мужское, и женское. Махакаля-Самхита адресует Матери такой гимн: "Ты - ни девочка, ни девушка, ни старуха. На самом деле, Ты ни женщина, ни мужчина, ни среднего рода. Ты - не зачатая, неизмеримая Сила, Сущность всего существующего, пустота всего двойственного, Высший Брахман, достижимый только с помощью просвещения или мудрости."

Ом Шакти Майям Джагат

#### 20.4. Система Шакта

*(Шри Деван Бахадур К.С.Рамасвами Шастригал)*

Философия Шакти так же стара, как Веды. Я не думаю, что есть какое-либо истинное основание с западной точки зрения, которой вторит доктор



Радхакришнан, когда он говорит: "Поклонение Шакти, без сомнения, преобладало первоначально среди не-ариев и постепенно было принято ариями." Риг Веда относится к Рудрани и Бхавани. Дэви Шуктха в Риг Веде (10-125) является подлинным источником доктрины Шакти. Там сказано: "Я Высшая Королева, сокровищница всех сокровищ; глава всех объектов поклонения, чьё всепроникающее Я проявляет всех Деват, чьё место рождения среди каузальных вод; чьё дыхание даёт форму созданным мирам и землям, простирающимся за их пределами, настолько Я велика." В ней и в Шри Шукте, Бху Шукте, Нила Шукте и Дурга Шукте мы имеем Центральную истину о Шакти, провозглашённую в прекрасных словах. В Кена Упанишаде Она описана как Ума, Хаймаватхи Баху Шобхамана (Ума – бесконечно сияющая дочь Химавана), как дар Брахмавидьи Богу Индре. В Дэви Упанишаде и других Шакта Упанишадах её слава детально описана. Таким образом, Дэви – не только принцип творения, принцип благоприятности, принцип космической энергии, принцип аскетизма (Тапасья Джвалятхи), но также принцип Божественного знания. Она есть Джада Шакти и Чит Шакти. Она есть Иччха Шакти, Джнана Шакти и Крия Шакти. Она не только Майя Шакти, но также и Мокша Лакшми. В Вайшнава Агамах Лакшми описана как милосердие и как средство спасения. Но в Шакти Агамах Дэви описана как творец и правитель вселенной, а также как аспект Сагуна Брахмана.

Её слава воспевается также в Пуранах. В Итихасах она описана как проявляющая благосклонность к Раме и Арджуне. В Шримад Бхагаватхе она описана как сестра Кришны. В Шакта Агамах имеется Субхаджага, 64 Кантага и 8 Мишраг. У своего близкого друга я взял копию Шакти Сутр Агастьи, которая заслуживает большого тиража и почтения. Знаменитые поэмы, относящиеся к Шри Шанкаре: Шиванандалахари и Саундарьялахари – показывают, как он раскрывался в поклонении и почитании Шивы и Дэви. Ценной работой является комментарий Бхаскарарайи по Лалита Сахасранаме. Недавно энтузиаст своего дела - сэр Джон Вудрофф (Артур Авалон) сделал работы по Тантре доступными для современного читателя. В доктрине Шакти Шива является Высшим неизменным вечным сознанием, а Шакти является Его кинетической энергией. Шива и Шакти описаны как Пракаша и Вимараса, то есть Слава и сила. Шива есть Чит, а Шакти есть Чидрупини, то есть статическое и динамическое сознание. В действительности они есть одно. Шива становится творцом вселенной с помощью энергии Шакти. Если Шива находится в союзе с Шакти, он становится Богом Вселенной; если нет, он не может даже двигаться. Брахма, Вишну и Рудра выполняют функции сотворения, сохранения и разрушения Вселенной в соответствии с волей Шакти. Это от Неё происходят Тиродхана (неясность Божественной природы) и Ануграха (благосклонное откровение Божественной природы).

Ходом проявления является Шива, Шакти, Нада, Бинду и Шуддхамайя. От Майи, которая принимает форму Пракрити, происходит эволюция Вселенной, общее количество категорий существ 36, как в Шайва Тантрах. Дживы являются Амшами Шивы и в действительности едины с Шивой. Сэр Джон Вудрофф говорит в своей "Шактхи и Шактха": "Функция Пракрити состоит в сокрытии, ограничении или придании окончательной формы чистому безграничному бесформенному сознанию, поскольку, чтобы придать форму без такого ограничения, не может быть внешность формы." Эти Гуны работают с помощью взаимного подавления. Функция Тамаса – сокрытие сознания, Саттвы – обнаружение его и Раджаса – активизирующего принципа, заставляющего или Тамас подавлять Саттву, или Саттву подавлять Тамас... Следовательно, формы жизни являются лестницей (Сопана), по которой человек взбирается к состоянию безграничного, вечного и бесформенного блаженства.

Особенностью является то, что Шива описан как Сатчидананда, Нирвикара (неизменный), Нишкала (неделимый), Нирмала (некасаемый Малой), Ниргуна (без атрибутов), Арупа (без формы) и всепроникающий, как

пространство. Сэр Джон Вудрофф говорит: "Таким образом, Шакта Тантра есть Адвайта Вада, так как она провозглашает, что Параматма и Дживатма – едины." Одним из имён Дэви в Лалита Сахасранамам является "Брахматмайкасварупини" (чья природа есть идентичность Брахмы и Атмана). Саммохана Тантра говорит в главе 8, что Шри Шанкарачарья был воплощением Бога Шивы для уничтожения Буддизма. Поклоняющемуся Шакти предписывалось медитировать на восходе на следующую тему: "Я – Дэви и никто иной. Я – Брахман, находящийся за пределами любого горя. Я – в форме Сатчидананды и вечно свободен по своей природе."

Великой частью доктрины Шакти является её утверждение о том, что Вселенная есть Сила – проявление славы Дэви. Но Сила является не слепой физической силой, а силой знания, силой блаженства, силой любви (Чит Шакти, Ананда Шакти, Према Шакти). Хотя, не отрицая доктрину Адвайты, что с точки зрения ноуменальной реальности в реальности вовсе нет сотворения, Шакти Шастры, которые являются Садхана Шастрами, описывают Вселенную как проявление Шакти.

Другим важным аспектом философии Шакти является делаемый ею упор на Йогу, с помощью которой высшие энергии, находящиеся в нас, могут быть пробуждены и введены в игру, чтобы помочь миру и дать нам возможность нам реализовать Высшее. Она учит нас, как пробуждать Кундалини Шакти и пронизывать 6 центров силы (Шатчакра) и реализовать неописуемую славу Шива-Шакти в Сахасраре (духовный центр в головном мозгу).

Третьей важной особенностью доктрины является упор, делаемый на систему мистических Мантр и поклонений, хотя все Садханы: Нишкама Карма, Бхакти, Йога и Джнана – принимаются как Садханы (средства освобождения).

Это правда, что в некоторых деградированных формах Шактизма имеется магия, аморальность и поиск оккультных сил. Теория пяти Матр: Мадья, Мамса, Матсья, Мудра и Майтхуна (вино, мясо, рыба, символические действия и половая связь) – является пародией на истину. Но это не подрывает чистую доктрину из-за её временной деградации и коррупции. Сэр Джон Вудрофф говорит также: "Ритуал есть искусство, искусство религии. Искусство есть внешнее материальное выражение идеи сознательности и эмоционального чувства. Ритуальное искусство связано с выражением этих идей и чувств, которые специфически называют религиозными. Это способ, с помощью которого религиозная истина утверждается и создаёт смысл в материальных формах и символах для ума. Для любой природы чувствительной страстью является та красота, в которой Бог наиболее проявляет Себя. Но более того, это – средства для перемещения и очищения ума. Таким образом, Шакта обучается тому, что он един с Шивой и Его Силой – Шакти. Это не просто аргумент. Это дело опыта. Ритуальная Йогическая практика обеспечивает ему такой опыт.

Понятие Материнства Бога является наиболее прекрасным и нежным. Гита говорит: "Я – отец Вселенной. Я – Мать Вселенной." Культ Шакти открыт для всех, включая женщин. Бог – ни мужчина, ни женщина. Род не имеет места в понятиях Божественности. Но материнский аспект Бога не менее истинный, чем отцовский аспект, и является безграничным милосердием, любовью и благосклонностью.

Ом Шакти Майям Джагат

## 20.5. Шакти

*(Шри Йоги Гаури Прасад, отст.судья, Сварг Ашрам)*

Каждый год во второй половине месяца Ашадха индийцы всей Бхаратварши непрерывно в течение 9 дней поклоняются Шри Дурге Дэви, посвящая каждый из этих дней специальному образу Маха Шакти Дэви, и завершают это поклонение на 10 день или Виджаядашами день.

Давайте рассмотрим, что всё это значит и как это религиозное поклонение помогает нам в реализации цели человеческой жизни на этой земле. В индийской мифологии Маха Дэви или Махешвари считается Высшей Шакти

или Силой Высшего Существа и известна как Джагадамба, творец вселенной. Согласно Санкхье, Она является Мулей Пракрити или Высшей Пракрити Высшего Пуруши.

Слово "Шакти" происходит от корня "Шак", означающего "быть способным", "делать" – это указывает как на активность, так и на способность Шакти, поскольку это производительный или творческий принцип, является чисто женским, но в действительности ни мужской, ни женский, а только сила, которая проявляет себя в различных формах.

Шакти в её статическом состоянии есть Чит-Шакти, а в кинетическом состоянии – Майя-Шакти.

1) Как Чит-Шакти она - Окончательная Неизменная Реальность.

2) Как Майя-Шакти она развивается и предстаёт в форме мира.

Обе они по своей сущности являются

1) Устойчивой Реальностью в Себе (Я) и

2) Формами Себя (Я), преходящими, однако реальными объектами Опыта.

Согласно Шакта Даршане, Вселенная является продуктом этих двух Шакти – Чит-Шакти и Майя-Шакти. В природе этой Окончательной Реальности (Чит) проявляется Я. В Чит или Сознании имеется семя Силы для проявления себя как объекта для его ограниченных центров. Это семя является концентрацией всех тенденций (Самскар) по отношению к жизни и форме, полученной в бесконечном количестве прошлых вселенных. Различные перемены в этих коллективных тенденциях во временном выражении составляют Югу и классифицируются в соответствии с преобладающим элементом Гуны в этих коллективных тенденциях. Та, что преимущественно содержит чистую Саттва Гуну, называется Сатья Юга и т.д.

Таким образом, Шакти обозначает силу в общем и каждую особую форму Силы. Жизнь есть сила сознания или Читты. Ум тоже является силой, так же, как и материя. Ум постоянно функционирует в форме Вритти. Ум, воля и ощущения или Бхава и так далее – все являются аспектами ума-силы в его общем смысле. Сила, переведённая на материальный план, является энергией и, следовательно, только одним и самым грубым аспектом Шакти или Силы.

Короче говоря, все эти аспекты или особые силы являются ограниченными формами Великой Творческой Силы, Мата Дурга Дэви, Матери (Амбика) Вселенной. Это Она персонифицируется в форме всех существ во вселенной; и это опять же она является сущностью таких персонификаций, является Высшей Личностью (Парамамта), которая в проявленном состоянии составляет "Бога в действии". Следовательно, поклонение Маха Шакти не является поклонением этим ограниченным формам; это поклонение Божественной Воле, Знанию и Действию, обнаруживаемым во Вселенной. Поклонение просто силе – асурическое. Сила, однако, может быть морализирована хорошей целью, которой она служит. Некорректен антитезис между могущественным и правильным, он возможен между могущественным в служении правильному и могущественным в служении неправильному. Чтобы поклоняться просто силе, нужно поклоняться делу (материи).

1. Сходство между системой Санкхья и доктриной Шакты философии Шакти  
Как было указано выше, в терминологии системы Санкхья Маха-Шакти есть Муля-Пракрити Высшего Пуруши. Говоря в общем, мы можем превратить второй элемент этой системы, а именно, Беспредельного Пурушу – в одного Шиву, а Пракрити - в Силу Шивы или Шакти, а затем утверждать, что Шива и Шакти - это не две независимые реальности, как говорит Санкхья, а только одна Реальность в двойственном аспекте - статическом и кинетическом, и, таким образом, воспринимать некоторое сходство между Санкхьей и доктринами Шакты системы Шакти. Пуруша Санкхьи является неизменным Сознанием (Чит). Так же, как Шива. Пракрити есть

неограниченная причина, принцип перемены (изменения) и, как следствие, ограничена меняющимися формами, которые являются следствиями или модификациями их причины. Подобным образом и Шакти - неизменна в себе, производит формы из себя, как материальная причина мира перемен. В общем можно сказать, что Сила или Шакти Шивы, но строго - Шакти есть Шива; нет Шивы без Шакти и Шакти без Шивы. Этот прочный союз с разнообразными аспектами содержит различную точку зрения на причину космического процесса. В Санхье - две реальности; в доктрине Шакти есть только одна реальность с двойственным аспектом.

Поскольку мы здесь имеем дело с силовым аспектом Сознания, для того, чтобы вспомнить и представить дальнейшую вселенную, мы можем говорить только о Силе или Шакти, если мы хорошо помним, что вселенная есть продукт Чит-Шакти и Майя-Шакти, что является Чит или Сознанием в его аспекте силы и действенной причины и Майя-Шакти или силы, как материальной причины. Таким образом, имеется одна окончательная продолжающаяся абсолютная Реальность, по отношению к которой все другие родственные реальности, такие как ум, жизнь и материя, являются преходящими формами.

Окончательная Реальность есть Вечное Существо-Сознание (Сат-Чит), которое само по себе неизменно. Сознание, независимо от того, переступает ли оно пределы или присуще, никогда не меняется и не движется. Если в мировом процессе кажется, что оно это делает, это происходит благодаря характеру ума, основой которого оно является. Но, тем не менее, это сознание является истинной действующей причиной того, что движется. Поэтому это сознание является силой (Чит-Шакти).

Но могут спросить, а что же является этой Субстанцией-Энергией, которая служит материальной причиной нашей вселенной?

Ответ зависит от того, как мы смотрим на это. Если мы смотрим на это в аспекте другого мира, она есть Реальность, которую мы называем Шакти или Сила, поскольку она сама по себе даёт ответ, что это сознание (Чидрупини Шакти). Если мы смотрим на это со стороны этого мира, тогда он является Корнем-Субстанцией-Энергией Вселенной, которая проявляется как ум и материя. Однако, этот корень, как причина, является ни одним, ни другим, а Силой (Майя-Шакти), чтобы проявиться для себя и казаться обоими, когда сознание становится внешне-направленным (Бахирмукхи) и видится в его обычном пробуждении к миру, "Это" (Идам) или Вселенная.

## 2. Два отношения или состояния сознания

Сознание имеет два отношения: внутреннее и направленное вовне (Антармукхи и Бахирмукхи). В первом и его полнейшем смысле имеется опыт, в котором нет субъекта или объекта. Во втором - объект или "Это" (Идам) постепенно проявляется вначале как часть, а затем, как внешняя часть себя. Имеется полярность в (первом) единичном сознании "Я" (Ахам) и "Это" (Идам), испытываемое предметом и его миром. Последний есть истинное, а первый воспринимает его, но оба, поскольку преходящие и меняющие свою реальность, являются родственными. Полный, вневременный, внепространственный, бесконечный, постоянный аспект есть Абсолютная Реальность, которая есть Высший Опыт. В Шакта Шастрах эволюция сознания в 36 Таттвах или стадиях в ум и материю описана в деталях и сложностях, с использованием технической терминологии. Они показывают источник даже Пуруши и Пракрити. Фактически Пуруша и Пракрити Таттва просто обозначают стадии эволюции и вибрации, когда "Это" (Идам) или объект "Я" (Ахам) выведен из Себя и становится внешним предметом, отличным от этого. Иными словами, они (Пуруша и Пракрити) являются непосредственным корнем эмпирической реальности, но этот корень сам покоится в почве сознания, которое является окончательно Самвит или Высшим (Чидрупини) опытом Себя. Для Шакты это есть Майя-Шакти. Она в одном аспекте является конечной неизменной Реальностью; а в другом аспекте она развивается и предстаёт в формах мира.

Таким образом, имеется настоящее, но преходящее различие в настоящей и прочной связи. Несомненно, эта доктрина не объясняет логически, как Богиня (Шакти Дэви) может быть неизменной и тем не менее меняющейся. В этом отношении Майя Шанкарачарьи, которая является ни реальной, ни нереальной, также противоречит логике. Высшая истина логична. Шакта говорит: "Лучше принимать обе: 1) реальность меняющегося мира, которая навязана нам Майей в нашем обычном опыте, и 2) реальность неизменную, которая воспринимается в Йоге."

В духовном опыте проблема исчезает. Так, Шива говорит в Кулярнава Тантре: "Некоторые хотят дуализм (Двайтавада), другие - монизм (Адвайтавада). Однако так не узнаешь мою истину, которая лежит за пределами монизма и дуализма (Двайтадвайтавиварджита). Шакта Тантры являются формой Адвайта Веданты. Все поклоняющиеся являются практическими реалистами, какой бы ни была их доктрина. Шакта молится Матери (Дурге Дэви), зная, что форма Того, что как Мать является таковой, потому что Она предстаёт перед ним. Эта характерная особенность доктрины Шакты хорошо проиллюстрирована в Дэви Бхагаватам. Рассказ повествует следующее:

"Когда Шива отказал своей жене Сатиджи посетить Яджну её отца Дакши, хотя она непрерывно умоляла его, Джагадамба Дэви, видя, что её мужем овладело тщеславие, приняла очень страшную форму с целью уничтожить это тщеславие. Поразмыслив минуту, Сатиджи открыла свои три ужасных глаза и сокрушила Шанкарджи (Шиву) иллюзией. Шива стоял тихо, глядя на Дэви с искажённым в гневе ртом и глазами, горящими, как разрушительный огонь. Дэви внезапно показала страшные зубы в своём страшном рту и громко засмеялась. Услышав этот страшный смех, Шанкар Махадева был парализован от испуга. С большим трудом открыв свои три глаза, Шива (сразу) увидел ужасающий мир аспект Джагадамбы. Когда он посмотрел на неё, её тело мгновенно потеряло свой золотистый цвет и приняло вид тёмной массы размазанной (смешанной) краски (Анджана). Она казалась голой, как пространство, с растрёпанными волосами, высунутым языком и четырьмя руками. Она была ужасно свирепа, вымокшая от пота (вызванного её гневом), со страшным выражением лица, увенчанной черепами на её блестящей короне и полумесяцем, сияющим, подобно 10 миллионам Солнц. Её голос громко гремел. В таком страшном виде Сатиджи стояла, поражая массой её собственного сияющего Теджаса (энергии), перед Махадевой и раскатисто-громко смеялась. Видя такую прекрасную внешность Дэви, Шанкарджи потерял весь свой самоконтроль и в панике искал, куда бы убежать. Видя Шиву, завоёванного страхом, Дэви вновь и вновь раскатисто захохотала и успокаивающе закричала: "Не бойся! Не бойся!"

Слыша этот крик и ужасный раскатистый смех, Махадева неистово бросился бежать на все четыре стороны. Но куда бы он ни бежал, он видел перед собой страшную форму. В бегстве по всем десяти четвертям Небес, он ничего не видел, кроме опасности перед собой. Так он сел на землю и закрыл свои три глаза, а когда он открыл их, он увидел перед собой Шьяму (чёрную женщину) с улыбающимся лицом, её глаза были расширенными и страшными, а волосы растрёпанными. Видя это, Махадева в жутком страхе спросил: "Кто тебя создал, Шьяма? Куда делась моя возлюбленная жена, Сати?"

Дэви ответила: "Махадева, Я - твоя Сати стою здесь перед тобой. Почему твой ум сегодня приведён в замешательство? Я кажусь тебе отличной от твоей Сати?" Шива сказал: "Если ты действительно моя Сати (дочь Дакши), то почему ты стала чёрной и страшной? Кто обладает этими ужасными по форме формами и находится повсюду от меня? Кем из них являешься именно ты? Расскажи мне всё об этих удивительных формах, так сильно напугавших меня."

Сати сказала: "Я тонкая (вне досягаемости речи и ума) Муляпракрити, которая создаёт и разрушает. Благодаря обещанию, которое я прежде дала

тебе (для благословения тебя для твоего Тапаса), Я воплотилась в светлую девушку в доме Дакши просто для того, чтобы получить и очаровать тебя как своего мужа. Сегодня я приняла ужасный вид, чтобы ужаснулся один Дакша. 10 ужасных форм, которые ты видел в каждом из десяти направлений, все являются моими аспектами. Видя тебя таким испуганным и повернувшим на все четыре стороны, Я встала перед тобой, закрыв их своими формами."

Шива сказал: "Ты являешься тонкой Муляпракрити, которая создаёт, предохраняет и разрушает. Невозможно, чтобы кто-то знал тебя, находящуюся за пределами речи и ума. Так, не зная тебя, из-за большой иллюзии Я наговорил тебе неприятностей. Прости меня, О Парамешвари, за совершённый проступок. Назови мне имена каждой из этих десяти ужасных форм, стоящих в десяти направлениях."

Дэви сказала:

'Тёмная форма с ужасными глазами, которую ты видел перед собой, есть Кали.

Та, что выше твоей Шьямы (тёмно-синего) цвета, есть Махамаяя Тара, тот самый образ Махакали.

Очень худая и страшная Дэви, которую ты видишь справа, о высокодуховный Махадэва, есть Махавидья Чиннамаста.

О Шамбху! Дэви с левой стороны есть Бхуванешвари.

Та, что позади тебя, есть Дэви Багалямукхи, разрушительница врагов.

Та, что предстаёт как вдова на юго-востоке, есть Дэви Махавидья Дхумавати, великая Ишвари.

Дэви на юго-западе есть Трипурасундари (Камалья).

На северо-западе - Малянди, а

на северо-востоке - Махавидья Шодаши, великая Ишвари.

Та, что внизу, есть Бхайрави.

О Шамбху! Не бойся. Из множества моих форм (90 миллионов проявлений) эти 10 являются лучшими (наиболее совершенные Вибхути)."

(Вибхути - это предмет, характеризующийся высокой природой. Вибху - то, что всё пронизывает, а Вибхути - это то, что это проявляет, и сила, с помощью которой это проявляется.)

Из приведённой выше Пураны мы можем заключить, что 10 Дэви являются десятью основными Божественными Шакти, предназначенными для того, чтобы преодолеть и сопротивляться всем Асурическим элементам в этом мире, которые распространяются на все 10 направлений этого земного шара.

Всё это не словесные образы или воображаемая символика; это тонкие сознательные тела силы и энергии, которая происходит и нисходит из высшей обители, чтобы поднять земное сознание и обожествить его в человеческих существах. Эти божества являются Названиями, Силами и Личностями Универсального божественного ума. Каждое из них представляет собой какое-то важное могущество, власть или энергию Высшего Божественного Существа. Они проявляют космос и проявлены в нём. Они признают в душе человека своего брата и союзника и желают помочь и возвеличить его, сами возвеличиваясь в нём, чтобы обладать этим миром своей Силой, Светом и Красотой. Эти божества призывают человека к божественному союзу и альянсу; они привлекают и возвышают его благодаря своему братству, просят его помощи и предлагают свою против сынов темноты и разногласия - асурических элементов в человеке.

Человек, в свою очередь, призывает божества для своего жертвоприношения, предлагает им свой собственный ум, силу и волю и получает их назад просветлёнными, окрепшими и усиленными в качестве даров в его существе и жизни. Боги и их Шакти, как Богини, не просто поэтические личности абстрактных идей или психологических и

физических функций Природы. Согласно ведическим пророкам, они являются живыми реальностями; превратностью человеческой души, представляющей космическую борьбу и не просто принцип или тенденцию. Космические Силы поддерживают и воплощают (олицетворяют) их. Это Дэваты и демоны или Асуры. На мировой сцене и в индивидуальной душе точно такая же настоящая драма и игра с теми же персонажами имеет место.

Какова цель этой Игры и какой достигается конец? Это, конечно, нисхождение Высшей Чит-Шакти или Силы-Сознания к физическому или материальному сознанию и установление себя как наивысшего всеуправляющего элемента в человеческом существе. Только тогда это производит прямое воздействие работы внутри и посредством человеческого тела. Но перед прибытием в человеческом инструменте должно быть совершено много подготовительной работы с помощью его собственной йогической силы, являющейся специальной Силой Высшего Существа, тонким инструментом для очищения существа и создания готовности к восприятию и задержке инфильтраций энергий силы знания и мира в организме.

Давайте внимательно изучим некоторые основные принципы этой системы, обычно называемой "Тантра" или "Тантра Шастра". Использование самого этого выражения происходит благодаря неправильному пониманию и ведёт к другому неправильному пониманию. Слово "Тантра" происходит от корня "Тан" - распространяться. Тантра - это то (Шастра или священное писание), с помощью чего распространяется знание. Суффикс "Тра" происходит от корня "спасать". Распространяется то знание, которое спасает. Что является тем религиозным знанием, которое спасает? Тантра Шастра - это трактат, имеющий дело с этим Знанием. Знание в Шастрическом смысле есть действительное непосредственное (Сакшаткара) восприятие или демонстрация, о которых не просто читают в книгах, а божественные и полезные, как подготовительное учение. Таким образом, Тантры можно считать скорее научным открытием, чем откровением; поскольку нечто открывается скорее с помощью Я, чем без него. Тантры открывают значения, с помощью которых Таттвы и другие материи и силы могут быть раскрыты. Короче говоря, Тантра Шастры или форма Агам является практической философией, то есть философией, которая не просто доказывает, но является экспериментами. Фактически все, кто не достиг, должны действовать. По этой причине каждая древняя вера имеет свой ритуал.

Западный писатель выразил мнение, что Тантра Шастра, по крайней мере в своём происхождении, являлась чужой и действительно враждебной к Ведам. Он говорил: "Мы твёрдо убеждены, что их сущность, два принципа фундаментально противоположны и что Тантра только использует Ведические формы, чтобы замаскировать свою сущностную противоположность." Это неверная точка зрения. В отношении Тантры к Ведам и Вед к Тантре преобладают невежественные замечания. Со внешней исторической точки зрения, поклонение Великой Матери, большой матери Ближнего Востока, Адья Шакти Шакта Тантры в своей сущности является одной из старейших и наиболее широко распространённых религий в мире и единственной, которая в Индии была возможна в своём происхождении от Брахманической религии, дошедшей до нас в Вайдик Самхитах и Брахманах. Если это было так, то она позже смешалась с традицией Веданты так, что Вера Шакты сегодня особо присутствует в общем Ведантическом учении. Каковы бы ни были источники доктрин Шакти, ошибочно рассматривать возможность так называемой "Тантрической" традиции, как питающейся от мысли и практики, которые не были в прямом смысле термином, частью Вайдического культа или на линии его происхождения.

Последняя тенденция в современной Западной философии основана на интуиции или сверхсознании, как прежде восхвалялась диалектическая

тенденция. Но, однако, интуиция должна привести ко всё более и более высоким возможностям с помощью Садханы, которая просто постепенно раскрывает широкие скрытые запасы силы Духа или Шакти, которой обладает каждый человек. Она будет основана на компиляции, названной "Яти-Дхарма-Нирная", которую даже Ведантисты школы Шри Шанкары сопровождали Тантрическим ритуалом, подходящим для их состояния.

### 3. Расширенное сознание

Давайте после этого отступления вернёмся к нашему изучению и остановимся на первых принципах, которые образуют якорь этого изучения Шакта Шастры. Это Ведантическое изречение, что сознание - Чит - есть основа бытия, всего существования - Сат. Это аксиоматическая вера мистиков и мудрецов Упанишад. Необходимо уточнить, что подразумевается под сознанием. Очевидно, это некоторое представление о себе; это в человеке самоочевидное представление, которое хотя и субъективно, тем не менее, не ограничено его субъективным существованием. Поскольку оно есть бесконечное и единое, поэтому в нём находится внутренняя сила, которая необъятна и развёрнута во множестве форм сознания. Мы можем назвать её проявлением многого от Одного, Разнообразием в союзе. В нашей собственной психологии мы можем постичь это двойственное различие в сознательности. Один аспект этого заключается в понимании сознания, которое заключается в представлении "Я есть", сознания Я; а другой аспект заключается в понимании сознания, что "всё есть". Таким образом, важно, что единство всего существования является основой сознания, на котором основана множественность развития его.

Разные формы, которые оно принимает, осуществляются с помощью силы (Шакти), которая всегда подразумевается во всестороннем движении Силы в бесконечности Высшего Бытия. Это разнообразие освободившихся форм в проявлении настолько большое по степени и виду, качеству и величию, что мы обнаруживаем явное отсутствие чувствительности в материи, что мы называем неодушевлёнными объектами. Но сознание присутствует всюду, только его проявление различно, поскольку инструменты выражения различны по форме, качеству и виду.

С другой стороны, поскольку мы принимаем это сознание (Чит-Шакти), оно вездесуще и безгранично и не ограничено трёхмерным пространством. Кроме его сохранения в непроявленном (Авьякта), оно охватывает бесконечно протяжённую субстанцию, в которой выливаются его присущие силе большие массы энергии, которая идёт на построение мира. Это расширение имеет в своей основе экспансивный характер и аспект Божественного Духа и не должно смешиваться с физическим пространством, в котором мы воспринимаем звёздную вселенную. Мы должны иметь это в виду, когда говорим о происхождении творения из вышеуказанного. Это заявление мистиков всего мира. В Индии мы обнаруживаем в Ведах постоянное упоминание об этом. В Ведических текстах это используется в смысле "Последствие свыше" (Утсишта). Очевидно, это называется так, поскольку любое число творений не может уменьшить бесконечность Высшего Бытия, которое всегда остаётся над творением, которое нисходит из него. Когда Высшая Чит-Шакти Верховной Сущности развёртывает определённые энергии для сотворения миров, Она остаётся неистощимой и покоится там, образуя основание наверху - Упари-Бадхва, - для сотворения в своём нисходящем направлении. Поскольку не возникает вопрос о направлении в отношении к Безграничному Сознанию в нём самом, нет ничего внутри и снаружи его, каждое проявление в нём, брошенное в творение из него, имеет границу, которая означает, что оно наделено собственностью направления, как относящийся к подобным объектам творения, так и к источнику и поддержке своего собственного бытия во всесуществовании. Но этот источник и основание созданного существования постоянно наверху, постигая сознание в воплощённом



существе независимо от того, воплощение индивидуальное или универсальное и космическое по образованию.

Нельзя сказать, что ничего нет постоянного выше воплощенного существа в пространственных терминах переживающего сознания из-за того, что восприятие - чисто объективное. Следует отметить, что все восприятия субъективны и все знания об объективном - субъективны, более того, само объективное существование является проявлением, созданным силой Шакти, исходящей из Бесконечного Сознания и обитающей в нём; в этом смысле само объективное существование покоится на субъективном и предчувственном аспекте сознания в неизменной бесконечности Высшей Сущности. В этом контексте мы должны помнить, что творение первоначально происходит из других измерений пространства (Чидакаша) в высшем плане Существования, проходя через разные градации в нисходящем порядке, прежде чем прибыть в состояние, в котором мы воспринимаем его материальный аспект в физическом пространстве. Космос, частью которого является наша Земля, занимает самую нижнюю ступень: самую нижнюю, поскольку выше расположено много уровней, а на самом верху - Бог, творческий дух, который поддерживает космическую систему сверху и является основанием этого созданного существования. Эти степени в космическом существовании действительно являются различными уровнями и состояниями сознания с их соответствующими полями для активного участия в космической схеме, которую мы называем планетами бытия.

Сама космическая система является воплощением божественного духа, бога-творца или Ишвары, председательствующего над ней и входящего в поддерживающий прямой столб, заканчивающийся наверху своей вершиной и внизу, здесь на земном плане. Этот вертикальный столб поддержки называется "Скамба". В Атхарва Веде (книге) есть два больших гимна, в которых Божество описано, как Скамба, источник, поддержка и субстанция всего этого существования. Это Скамба поддерживает (Дадхара)..., это Скамба входит и обладает всем в этой вселенной (Идам Вишвам Бхуванам А-вивеша), говорит Веда. Скамба является космической опорой, позвоночником космического бытия, представленного в эволюции человеческого тела; позвоночником, который поддерживает человеческое тело в прямом положении. Далее, мы должны помнить, что в высших областях сознания мы не говорим о средствах выражения места, занимаемого сияниями; сознание, которое локализовано в физическом теле, в высших стадиях своего развития концентрируется в центре, как Сила Света, из которой лучи разбегаются во всех направлениях.

Во всех критических стадиях эволюции должен быть развит высший принцип. Однако, усиление может быть эволюционным побуждением в Духе Земли. Каким бы присущим достоинством ни обладала бы эволюционная сила, высший принцип, ожидающий проявления, должен ожидать нисхождения Силы из неограниченного дома того принципа, чтобы поднять его из его погружённого бодрствования. Это подобно жизни или Чайтанья-Шакти, проникшей в материю и ум и превратившей их в живую материю для выражения Духа через мышление - самосознательную жизнь. Этот принцип, технически называемый Сверхразумом, есть Свет, означающий больше, чем его буквальный смысл. Это не речевой приём и не воображаемый символ, а грандиозное сознательное тело Света, которое распространяется и нисходит из высшего плана сознания (Чит-Шакти), чтобы возвысить земное сознание и обожествить его в человеческом существе, устанавливая себя, как высший принцип всезнания, жизни и действия в человеке. Это особая божественная сила, поскольку это не Шакти или сила, созданная человеческим усилием в связи с выполнением хорошо известных приёмов Садханы. Эта Сила или Шакти является активной сама по себе, хотя человек может и должен содействовать её эффективности,

ПОДЧИНЯЯСЬ ЕЁ РАБОТЕ, ИЗЫСКАННО ПРИЗЫВАЯ ЕЁ, С ПОМОЩЬЮ ВСЕОХВАТЫВАЮЩЕГО ЖЕЛАНИЯ СОГЛАСИЯ ДЛЯ ЕЁ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

Это Дайвам (Провидение) Гиты. Мудрая, постоянно ищущая воля, которая находится за работой в мире (Гита, глава 18.5,14). Божественная Истина, Сатьям, как считали Ведические Риши, есть не просто статическая Реальность метафизики, а вечно активная, с постоянным излучением её Чит-Шакти (Силы-Воли), чтобы прокормить и поддержать миры. Она имеет свой собственный путь и работы по собственному праву - Рита. Если Сатьям есть Истина, то способ создания этой Истины есть Рита, Право. Отсюда тройная формула Атхарва Веды - Сатьям, Ритам, Брихат. Это способ создания Истины, который есть Право, Закон, обозначаемый на древнем языке Дхарма. Это путь действия Божественно просвещённой воли, который является Правом, истинным Законом. Риши молились знанию Закона Истины - Сатья-Дхармая. Это была Истина-Закон, который искали все мудрецы и провидцы Ведического периода и над которой они работали. С Ведических времён фактически, два понятия играли доминирующую роль в личной и социальной жизни людей Бхаратаварши, а именно, Сатья и Рита. Древние провидцы Дхармы видели, что Истина-Закон в действительности является Истиной-Волей Божества и может действовать в жизни, как внутренний и духовный закон, и как правило личного поведения. Они применяли принцип Дхарма-Сакшат-Крита-Дхарманах, как путь Божественной Воли, ко всей жизни, личной и общественной, и распространяемый на правление групповой жизнью, представленное Штатом, Раджья Дхарма. Таким образом, Дхарма становится руководящим принципом всей жизни, чья природа действительно спрятана в тайнике сердца - Хридая. Это была идея Дхармы, которую имели в виду древние, когда они призывали человека искать её внутри и предписывали эту санкцию сердца, необходимую для особого курса действия. Даже Ману, когда он составлял законы этического поведения, использовал фразу "Хридая-Абхьянуджнана". Настоящая Дхарма есть Закон Истины - Сатья-Дхарма; это способ, с помощью которого Божественная Воля действует в каждом. Махатма Ганди применял Сатья-Дхарму или Сатьяграха для освобождения своей страны и делал это успешно.

Следовательно, если человек хочет быть истинным творцом божественной работы, его первой целью должно быть полное избавление от личных желаний и самоуважающего эго. Он должен расти в божественном сознании Божественной Шакти Сатьи, пока не исчезнет различие между собственной волей и волей Божественной Матери Шакти. Он должен рассматривать свою жизнь, как данную ему только для божественной работы и для помощи в божественном проявлении. Никакого мотива, кроме Материнского побуждения в вас, никакого действия, которое не является её сознательным Действием в вас и только в вас, не должно быть. Не должно быть требования (результатов) плодов и поиска вознаграждения; единственный плод - это удовлетворение Божественной Матери и выполнение её работы, ваше единственное вознаграждение - постоянный прогресс в Божественном Сознании. Пока осуществляется это превращение, более, чем необходимо - поддерживать себя свободным от всех налётов извращённости Эго. Не должно быть привязанности к работе или результату, не требуйте обладания Шакти, которая должна обладать вами, не гордитесь инструментом; не должно быть тщеславия или высокомерия. Когда человек полностью идентифицировался с Божественной Матерью Шакти и больше не ощущает другое и отдельное существо, инструмент, слугу или рабочего, а поистине является ребёнком и вечной частью Её сознания и силы, тогда придёт совершенство. Тогда он узнает, увидит и почувствует, что является существом и силой, образованной ею вне себя, использованной для её игры, находящейся всегда под её защитой. Мать есть сознание - сила Всевышнего, намного более высокого, чем всё, что она создаёт.

Есть 3 способа существования Матери, которые мы можем познать, когда войдём в соприкосновение с единством Сознательной Силы, охватывающей нас и вселенную:

- 1) трансцендентальный
- 2) универсальный
- 3) индивидуальный.

Поскольку трансцендентальный источник Шакти один, Мать стоит выше всех миров и несёт Высшее Божественное в своём вечном сознании. Всё есть Она, для всего есть посылка и часть Божественного Сознания-Силы. Ничего не может быть здесь или где-либо, кроме того, что Она решила с Её высшей санкции. Ничто не может принять форму, кроме того, что она не сдвинула Высшими пониманиями и формами после помещения их в семя её творческой Ананды. Матра-Шакти, Универсальная Мать вырабатывает, что бы ни передавало её трансцендентальное сознание от Высшего, и входит в миры, которые она создала. Её присутствие заполняет и поддерживает их с божественным духом и божественной всеподдерживающей силой и восхищает (наслаждает), без чего они не могли бы существовать. Каждое есть нечто, что она видела своим видением, собрано в её сердце красоты и силы и создано в её Ананде. Ближе к нам находятся миры совершенного сверхумственного творения, в которых Мать есть Сверхумственная Маха-Шакти, Сила Божественной Всеведающей Воли и всемогущего Знания (Джнана), всегда явная в своей неизменной работе и спонтанно совершенная в каждом процессе. Там все движения являются шагами Истины; там все существа есть души, силы и тела Божественного Света; там все опыты есть моря, наводнения, волны абсолютной интенсивной Ананды.

Но здесь, где мы живём, находятся миры невежества, ума, жизни и тела, отделённых в сознании от их источника, в котором эта земля является важным центром и решающим процессом его эволюции. Здесь во мраке, борьбе и несовершенстве тоже всё охвачено Универсальной Матерью; здесь всё приводится в движение Маха-Шакти и управляется для её тайной цели. Эти силы и личности находятся во множестве божественных форм и личностей, в которых ей под различными именами поклонялись люди на протяжении веков. Все сцены земной игры были подобны драме, устроенной, спланированной и поставленной ею с космическими Богами для помощи ей и ею самой, как завуалированной актрисой. В её глубокой великой любви к своим детям она согласна опрокинуть на себя клоаку этого мрака, снизошедшая, чтобы вынести атаки и влияния пыток сил Тьмы и Лжи, рождённая, чтобы пройти через входы рождения, являющегося смертью, взяв на себя угрызения совести, печали и страдания творения, отсюда кажется, так одно оно и должно быть, вознесённое к Свету и Радости, и Истине и Вечной Жизни. Это великое жертвоприношение, называемое иногда жертвоприношением Пуруши, но наиболее глубоко полное уничтожение Пракрити, жертвоприношение Божественной Матери.

Четыре великих Аспекта (Сварупы) Божественной Матери, четыре её ведущих Силы и Персоны стоят отдельно в Её руководстве этой Вселенной и в её связи с этой земной игрой или Лилой. Для этих четырёх великих аспектов Шакти мы дали четыре великих имени:

- 1) Махешвари; 2) Махалакшми; 3) Махасарасвати и 4) Махакали.

1) Махешвари - это её личность спокойного свидетеля и всесторонней мудрости, спокойного великодушия и неистощимого сострадания, независимости, необыкновенной величественности и всеуправляющего величия. Она могущественна и мудра. Она открывает нас для сверхсознательной бесконечности и космических просторов, для великолепия Высшего Света, для клада всебожественного Знания, для безмерного движения Божественной Матери. Мудрецу она даёт больше и более светлую мудрость. Того, кто обладает видением, она принимает в свой совет. Будучи выше всего, она ничем не связана, ни к чему во

вселенной не привязана. Она обладает сердечностью Универсальной Матери больше, чем кто-либо.

2) Махалакшми - яркая, сладостная и прекрасная, со своей глубокой тайной красоты, гармонии и хорошего ритма; со своей запутанностью и утончённым богатством; со своей вынуждающей привлекательностью и очаровательной грацией. Она согласна жить в атмосфере, где имеется родство с ритмом тайного блаженства мира (Ананда) и ответ на зов всего прекрасного и согласованного, союза и радостного потока многих жизней, направленных к Божественному. Но всё безобразное, подлое, низкое, всё бедное, убогое, грязное, животное и грубое препятствует её приходу. Когда она обнаруживается в сердце человека, окружённого эгоизмом, ненавистью, ревностью и враждебностью, злом и борьбой, божественное отвращение овладевает ею, и она удаляется. Даже аскетическая обнажённость и грубость не приятны ей, так же как подавление глубоких сердечных эмоций и суровое подавление части красоты души и жизни. Через любовь и красоту она приходит к человеку, как ярмо Божественного. Допущенная к сердцу, она раскрывает для него мистические тайны экстаза, который превосходит все знания, соединяет преданность со страстным влечением Божественного и возвышает мудрость с вершинами чудес и кладовыми ума для совершенного очарования, которое делает его выдержанным навсегда.

3) Махасарасвати есть Материнская сила работы и духа её совершенства и порядка. Она наиболее искусна в исполнительской способности и самая близкая к физической Природе. В то время, как Махешвари закладывает большие линии мирских сил, Махакали управляет их энергией и импульсом, Махалакшми раскрывает их ритмы и размеры, Махасарасвати руководит деталями организации и исполнения, взаимоотношениями частей и эффективностью комбинации сил и неистощимой точностью результата и исполнения. Наука, ремесло и техника вещей являются провидением Махасарасвати. Никакое непродолжительное совершенство совершенства не может удовлетворить её, и она готова встретиться лицом к лицу с вечностью тяжёлого труда, если это необходимо для полноты её творения. Следовательно, из всех сил Матери в человеке она наиболее многострадальна в его тысячах несовершенств. Мать нашим желаниям, друг нашим трудностям, настойчивый и спокойный советчик и наставник, разгоняющий своей лучезарной улыбкой облака мрака, раздражительности и депрессии; она твёрдая, спокойная и настойчивая в глубоком и постоянном побуждении, которое ведёт нас к целостности высшей природы. Вся работа других сил опирается на неё из-за её завершенности.

4) Махакали другой природы. Не широта, а высота, не мудрость, а энергия и сила составляют её особую силу. В ней содержится всепоглощающая напряжённость, могущество страсти силы достижения, божественная стремительность, вдребезги разбивающая любое ограничение и препятствие. Она ужасна для Асуров, опасна и безжалостна по характеру для ненавистников Божественного; она является бойцом миров, никогда не отступающей с поля боя. Она не может терпеть равнодушие, небрежность и лень в божественной работе. Она сразу поражает острой болью, безвременным сном и бездельем. Она тоже является Матерью, и её любовь так же сильна, как её гнев; она обладает глубокой и преданной добротой. Её гнев страшен своей враждебностью и неистовостью её присутствия по отношению к слабым и робким. Её любят и ей поклоняются великие, сильные и знатные, поскольку они чувствуют, что от её участия зависит превращение материального в силу и совершенную истину, пробивающую перекося, искажение и исключаящую всё нечистое и дефектное. Никто не может удовлетворить её из короткого экстаза, высочайших высот, благородных целей и больших перспектив. Следовательно, с нею приходит победная сила божественного, и с помощью милости её огня, страсти и скорости в жизни можно достичь многого больше сейчас, чем позднее, в будущем.

Махешвари или Махамая является Высшей Силой. В Тантрической Шастре обладатель силы и сила являются единым, хотя превращений силы много. Мы говорим о превращении или эволюции, поскольку сила и её обладатель являются действенной и материальной причиной мира. Строго говоря, творение (ex nihilo - из ничего) не изучает ни одна из систем Индуизма. Но каждая система предполагает некоторую "потенциальную материю", из которой развивается мир в возвращающихся циклах от вечности к вечности. Это заявление "с помощью потенциальной материи" означает, что материя сама по себе не главная или иная, но является причиной, становящейся среди других вещей материального мира. Эта причина есть сила сознания, которая в Тантре известна как "Майя-Шакти". Хотя эта Космическая Сила неизмерима и неопределённа, отмеряет (коренное значение слова Майя) или создаёт ограниченные формы в бесформенной Беспредельности, которые вместе (форма и бесформенность) составляют одно алогическое Целое (Пурна). В античном западном мире эта Сила называлась Магна Матер, а в Индии - Майя, когда она ограничена, и Маха-Майя, когда она свободна от ограничения. Основой человеческого существа является высшее "Я" (Пуруша), которое хотя Само по себе находится за пределами ограниченной личности, тем не менее ограничено персонифицируется в качестве существ Вселенной. "Са-ахам" (Она есть я) - это Высшая Майя Шакти, известная в Тантра Шастре, как Махешвари.

Пока фактически есть перемена, Майя Шакти просто является потенцией, становящейся в Сущности и как одно целое с Матерью Шакти. Но Потенция или Сила, как материальная причина, содержит своё следствие, а последнее является изменённой причиной. Этой причиной является Сила Сознания, которое как индивидуальный центр разделяет себя на Я и не Я, как Целостное Сознание.

Творение есть движение, разворачивающаяся Майя-Шакти. Отсюда мир назван "Джагат", что на санскрите означает "что движется". Поскольку природа этого движения циркулярная или спиралевидная, мир, как говорят, развивается в повторяющихся циклах.

Эта Чит-Шакти, когда проявляется как энергия, то есть Майя-Шакти, обладает двойственным аспектом потенциальной и кинетической энергии.

Эта сила Чит, из которой происходит форма, то есть сила, создающая форму, называется Пракрити-Шакти. Эта Пракрити-Шакти непосредственно составляет ум и материю. Соответствующий сознанию (Чит) аспект той же Силы есть Пуруша. Пракрити есть кинетический, а Пуруша - статический аспект Майя-Шакти.

Отсюда мы имеем научную доктрину, что любая форма активности имеет статическое основание. Отрицание составляет функцию Шакти. Например, подобно тому как атом или электрон состоят из статического центра, вокруг которого вращаются движущие силы, точно так же в человеческом теле Кундалини является земным центром - статическим центром (или Кендра на санскрите), вокруг которого действует Прана-Шакти в кинетическом аспекте, в качестве сил тела. Всё тело, как средство выражения ума и материи (как Шакти Таттв), находится в непрерывном движении; Кундалини (статическая) Шакти является неподвижной основой всех этих движений. В связи с этим мы напомним, что нет средства выражения ума и материи, не проявляющего в различной степени некоторую Чит-Шакти или сознательность, и нет средства выражения Сознания, которое не находилось бы в постоянном движении. Во вселенной Махешвари является Статическим Аспектом Маха-Майя-Шакти и Маха-Кали, Маха-Лакшми и Маха-Сарасвати, различные Космические Кинетические Шакти всё время действуют на Земле нашего земного плана. Космическая творческая эволюция существования в природе поляризации превращается в Статический и Кинетический аспекты Чит-Шакти, так отличается от эволюции в самой вселенной. Хотя творческая эволюция происходит во вселенной от пункта Чит-Шакти, верно, что Космическое Существо или Ишвара является причиной вселенной, а также верно, что вселенная, как

следствие, является изменённой причиной, Причина, как причина остаётся тем, чем была, есть и будет, то есть Светом от Света.

Но в случае эволюции в самой вселенной, материальная причина, создавая эффект следствия, исчезает. Например, молоко превращается в творог и молока больше нет. Мы должны всегда помнить об этом отличии, когда имеем дело с творческой Шакти Пара-Брахмана, как творца Вселенной и эволюцией в самой созданной вселенной.

Согласно доктрине Шакты, вселенная есть Динамизм - выражение Шакти (кинетики) и безграничного резервуара Силы или Шакти (Статики). Это выражение Силы или Шакти самодинамично.

С точки зрения Веданты или метафизики, Чистая Чит-Шакти, как Высшая Воля, является действенной причиной (Нимитта), а Майя-Шакти, как Муля-Пракрити, является инструментальной и материальной (Упадана) причиной Вселенной. Метафизически говоря, можно сказать, что всё творение есть движение между двумя инволюциями: духом, вовлекающим всё, из которого развивается всё к другому полюсу материи, и материей, в которую всё вовлекается и из которой всё развивается по направлению к другому полюсу Духа.

Имеются другие великие личности Божественной Матери, но их трудно выделить из эволюции земного духа. Их присутствие совершенно необходимо для сверхсознательной реализации, особенно Личности, которая даёт таинственный и могущественный экстаз и Ананду, текущую от высшей божественной Любви, Ананду, которая содержит ключ прекрасной божественнейшей жизни и даже сейчас поддерживается своими скрытыми действиями всех других Сил Вселенной. Но человеческая природа ограничена, эгоистична и мрачна и не подходит для восприятия этих великих Присутствий или для поддержки их могущественного действия. Только когда эти Четыре обнаружили свою гармоничную свободу движения в трансформированном уме, жизни и теле, могут те редкие Силы проявиться в движении Земли, и становится возможным сверхсознательное действие. Если вы желаете этого превращения, отдайте себя в руки Матери и её Сил без придиристости или сопротивления и позвольте ей беспрепятственно совершить в вас её работу.

Вы должны обладать тремя вещами: сознанием, пластичностью и полной отдачей. Вы должны быть сознательны в уме, душе, сердце, жизни и в каждой клеточке тела, осознавать Мать, её Силу и их работу; хотя она может и выполняет работу в вас, даже в вашем мраке и несознательных частях и движениях, это не одно и то же, когда вы пробуждены и живёте с ней вместе. Полная отдача своего внутреннего и внешнего существа принесёт пластичность во все части вашей природы; сознание пробудится повсюду в вас с помощью постоянного открытия мудрости, света и силы, гармонии, красоты и совершенства, которые нисходят свыше. Даже тело пробудится и наконец соединит своё сознание, больше не сублимированное со сверхсознательной силой сознания, ощущая все её силы, допускаемые сверху, снизу и вокруг него и вызывающих трепет в высшей Любви и Ананде. Но будьте начеку и не старайтесь понять и судить божественную Мать своим маленьким мирским умом. Человеческий ум заперт в тюрьме своего полумрака и не может следовать многосторонней свободе шагов Божественной Шакти. Быстрота и полнота её видения и действия выходит за пределы его понимания; меры её движения неизмеримы для него.

Лучше откройте ей свою душу и удовлетворяйтесь, чтобы чувствовать её психической природой и видеть её психическим видением, это единственное, что даёт прямой отклик на Истину. Избегайте также ошибки невежественного ума, требующего от божественных Сил действовать всегда в соответствии с нашими неотёсанными, поверхностными понятиями о всеведении и всемогуществе. Для нашего ума шумы должны производить впечатления каждый час с помощью чудесных сил, лёгкого успеха и ослепительного великолепия, иначе он не может поверить, что здесь есть

Божественное. Имеются состояния, пожертвованные Высшей Волей, много запутанных узлов, которые нужно распутать, а нельзя разрубить.

Божественное Сознание и Сила присутствуют в каждом мгновении предмета, являясь необходимыми в условиях труда, и делают каждый шаг, который предписан и образован среди несовершенств совершенства, которое идёт. Только тогда, когда сверхсознание снизойдёт на вас, она будет иметь с вами дело непосредственно как сверхсознательная Шакти со сверхсознательной природой. Следуйте своей душе, а не уму; ваша душа отвечает на Истину, а не ум, который прыгает за кажущимся. Доверьтесь Божественной Силе, и она освободит божественные элементы в вас и обозначит всё в выражении Божественной Природы; но перемена может прийти, принять форму и продолжаться, необходим призыв снизу, волей признать и не отрицать Свет, когда он идёт, и здесь необходима санкция Высшего сверху Сила, которая посреди разумного и зова есть присутствие и сила Божественной Матери. Материнская сила, а не какое-либо человеческое усилие и Тапасья, может одна закончить закрытие и плач и принять форму корабля и привести Истину, Свет, Божественную Жизнь и бессмертную Ананду в мир тьмы, лжи, смерти и страдания.

ОМ ШАНТИ, ШАНТИ, ШАНТИ

#### 20.6. Ассамский Тантризм: его значение

*(Шри Анварул Хасан, Дхубри)*

Подобно Малабару, Ассам является колыбелью Индийской тантрической философии и религии. В Тантра Шастрах Камарупа в Ассаме названа драгоценностью всех священных мест. Знаменитый храм Богини Камакхья привлекал миллионы поклонников со всей Индии. В текстах тибетского буддизма, переведённых доктором Эвансом-Вентцем, ясно указано, что многие Ламы и йоги из Тибета приходили в Камарупу для посвящения. Ассам имел также репутацию земли оккультизма и психических исследований. Для простых людей Индии магичность Камарупы была хорошо известной. История сообщает нам об одном средневековом мусульманине, божественном и мистическом Хазрат Мухамад Гахутхе, чья могила находится в Гвалиоре. Он отправился в Ассам для изучения индийской тантрической философии. Результат своего исследования он воплотил в персидской книге Аби Хьят, или "Вода Жизни".

Тантрическая философия, хотя часто понимается неправильно, является замечательным продуктом духовного гения индийцев. Она подходит для тонкого и философского ума. Поскольку она была не для простых масс людей, посвящённые тантризма выражали свои доктрины на непонятном символическом языке. Знание следующих основных идей поможет прояснить неправильное понимание многих вопросов. Это:

- 1) поклонение Матери;
- 2) символы подсознательного ума;
- 3) сексуальные символы;
- 4) поклонение Идолу;
- 5) Кундалини Шакти.

Мы последовательно разберём все их:

##### 20.6.1. Поклонение Матери

В Тантрической философии Богу поклоняются в форме Божественной Матери или Дэви. К ней взывают под разными именами: Лакшми, Сарасвати, Махакали, Дурга или Трипурасундари.

В семитических религиях, таких как ислам, или иудаизм, или христианство, Богу поклоняются как Отцу. Поклонение Матери кажется последователям этих религий чем-то новым и незнакомым. Фактически, поклонение Божественной Матери древнее, чем поклонение Богу как Отцу. Существенно важно, что Бог - ни мужчина, ни женщина. Он есть Абсолютная Реальность. Но человеческий язык ограничен, чтобы выразить

свои соображения о Нём в соответствующих терминах. Естественно, в обществе, где отец является главой семьи и ребёнка приучили почитать его отца, как авторитета, легко предстваить Бога в форме Отца. Но этот вид представления сложился позже. Антропологические исследования показывают, что первобытный человек всюду жил в обществе матриархата. В этом виде общества жена или мать была главой семьи. Жена не переходила в семью мужа после замужества, а муж отправлялся и жил с семьёй жены. Такого типа общества ещё существуют в Малабаре и весьма обычны в Тибете. Известный санскритский учёный, бывший профессор санскрита Ленинградского университета Рахул Санкритьян (Rahul Sankrityayan) доказал, что среди древних арийцев определённо существовала матриархальная модель общества. Это в этих обществах было развито поклонение Божественной Матери. Этот тип поклонения стал очень популярным и приятным для ума, и никто не мог превзойти сыновнюю любовь и материнскую любовь к детям. Это понятие очень сильно помогало поклоняющимся. Подобно тому, как ребёнок легче себя чувствует с матерью, чем с отцом, поклоняющийся тоже был больше привязан к Божественной Матери, чем к чему бы то ни было. Абсолютная отдача души стала основной характерной чертой. Это значение имело место и в других формах индийской религии. Поклонение Матери синтезировано с поклонением Богу как Отцу. Сите и Раме, Радхе и Кришне поклонялись одновременно.

Поклонение Дэви - мощный инструмент для устранения полового стремления. Ученик видит Божественную Мать в каждой женской форме и старается поддерживать такое отношение. Плотские эмоции не могли процветать в этом случае для каждого, кто мог представить священный образ собственной матери.

Священное слово "Ом" также является реликвией древнего арийского поклонения Матери. На каждом языке мира звук Ма выражает идею матери, например,

английское слово mother;

латинское mater;

санскритское матри;

французское маммон;

персидское мадар;

арабское умм и т.д.

Фактически этот звук естественно приходит к ребёнку, когда он находится у груди матери. Когда он старается издать какой-то звук, его нос зажат грудью матери, а рот занят сосанием, и производится звук "ма".

Священная Мантра "Ом" имеется в любой религии мира.

В христианстве она звучит как Амен;

в исламе - как Аминь.

Буддисты расппевают "Ом Мани Падме Хум".

"Ом" действительно является универсальным именем Бога.

#### 20.6.2. Символы подсознательного ума

Исследователи современного психоанализа обнаружили и делают упор на большом значении символов в эмоциональной жизни человека. Мысль первобытного человека строилась символами, поскольку у него не было запаса слов для выражения абстрактных идей и качеств. До изобретения алфавита существовало только чтение картинок или рисунков. Древнеегипетская "Книга смерти" написана в символах картин.

Современная психология показала, что человек имеет два ума: сознательный и подсознательный. В подсознательном уме запасаются и хранятся все воспоминания детства и все опыты, обретенные человеческой расой, начиная с зарождения истории. Это область всех наших больших чувств и эмоций, отличных от интеллектуальных мыслей и пониманий. Это



также место телепатии, ясновидения, гипноза и других оккультных сил. У нормального человека деятельность подсознательного ума проявляется в снах.

Подсознательный ум думает целиком в символах. Если во сне человек ощущает стремление подняться, он видит во сне, что летает в воздухе. Если в нашем уме поселился страх, нам снятся демоны и страшные животные и т.д. На подсознательный ум можно воздействовать внушением или повторением какой-то идеи снова и снова. На него можно воздействовать также громкими звуками, музыкальными или подобными звуку колоколов.

На подсознательный ум едва ли можно воздействовать интеллектуальными идеями.

Современные психиатры, подобные доктору Карлу Густаву Юнгу, развили несколько систем лечения умственных и нервных болезней с помощью внимательного изучения символов подсознательного ума, проявляющихся во сне, галлюцинациях и отношениях, созданных прошлыми опытами пациента. Они обнаружили, что символы являются почти единственным способом для изучения подсознательного ума пациента и для направления его эмоций к здоровью и нормальному психическому состоянию.

В истории повсюду встречаются известные символы, такие как Крест, Тао, Свастика, круг и т.д.

#### 20.6.3. Сексуальные символы

Наличие сексуальных символов в индийских храмах вызывало критику различных иностранных писателей, которые поверхностно рассматривали значение этих предметов. Фаллос был символом творческой силы у первобытного человека. Он ещё остаётся таким в подсознательном уме современного человека. Эта символика, выраженная по-разному, обнаруживается во всех религиях мира. Она представляет Бога или Творца. В этой символике нет порока. Это было естественное, прямое и здоровое представление первобытного человека и его преемников. Не было ничего неприличного, аморального и безнравственного в умах простых первобытных людей, создавших эти символы.

Нормальный половой инстинкт никогда не может быть прямо осуждён или проигнорирован. Он может быть только сублимирован. Привлечением нашего внимания к космическому, творческому аспекту полового инстинкта и подъёмом нас над сферами физических желаний, с помощью распознавания, отражения и йогической дисциплины, половой инстинкт может быть превращён в духовную энергию. Следовательно, индийские тантрические символы предназначены для постепенного превращения полового желания в Оджас для духовных достижений. Тантристы – сторонники не подавления, а сублимации.

#### 20.6.4. Поклонение Идолу

Идолы бывают двух видов:

- а) представляющие образы Иисуса Христа, Будды, Кришны или Рамы, в которых верит поклоняющийся, как в воплощение Бога, и
- б) представляющие символические образы какого-то аспекта Бога, например, Сарасвати (знание или обучение), Лакшми (богатство или красота) и т.д.

С первым классом идолов нет каких-либо философских трудностей. Если поклоняющийся верит в них, что они имели Божественные воплощения, он прямо поклоняется их образам, точно так же мы должны идолизировать их жизнь. Идолизация известна и среди материалистических наций, например, В.И.Ленина и И.В.Сталина. Польза второго класса символов уже объяснена. Действительно, символы гораздо могущественнее и эффективнее в подъёме эмоций подсознательного ума, чем просто абстрактные, интеллектуальные идеи. Это сейчас хорошо установленный факт современной психологии.

Некоторые семитические религии, такие как ислам и иудаизм, боятся идолопоклонничества, поскольку их прорки чувствовали, что важно поклонение идее Бога, как абстрактной сущности. Но в действительности использование символов - всеобщее для всех религий. Например, в исламе и иудаизме в определённых случаях допускаются жертвоприношения. Цель - показать уму необходимость жертвоприношения Богу нашей собственной низшей природы. Даже метафизические идеи Бога фактически являются символами, и без тех или иных видов ассоциации невозможно появление понятия Бога в уме человека.

Имеется и другая мистическая причина для идолопоклонничества. Мысли являются потенциальными сущностями. Они продолжают оставаться в подсознательном уме и влиять на наш сознательный ум и отношения. Поклоняющемуся Кришне или Раме помогают силы мысли миллионов поклоняющихся, которые медитировали на них и поклонялись этим божественным символам столетиями. Это касается расового, традиционного ума.

Имя Бога также символично. Должна быть своего рода ассоциация, чтобы привлечь наше внимание. Если я выдумую для себя новое имя Бога, например, АКБ или П.239, я не испытаю высоких религиозных эмоций, повторяя эти имена. С другой стороны, если я использую символы, используемые человечеством долгое время, такие как Аллах или Кришна, или какой-то привлекательной и священной личности, я легко получу вдохновение. Причина этого уже объяснена выше.

Санкиртан, Намаз, церковный хор или простое повторение имени Бога поднимают также эмоции подсознательного ума. Религиозная музыка, звон колоколов в храмах или звучное песнопение Кальм или псалмов определённо полезны и почти универсально необходимы для той же цели.

#### 20.6.5. Кундалини Шакти

Кундалини Йога - оккультный процесс превращения физической энергии в Оджас Шакти. Человеческое сознание проводится через 6 различных уровней восприятия, пока не растворится в Абсолюте. Имеется прямое доказательство этой точки зрения, взятое из Тибетской системы йоги. Доктор Эванс-Вентц в своей книге "Тибетская йога и Тайная Доктрина" перевёл некоторые тибетские священные писания, где описаны упражнения Хатха-йоги, с помощью которых Ламы выдерживают суровый холод тибетских зим без какой-либо тёплой одежды. 6 чакр или сплетений Кундалини-йоги и другие тантрические янтры являются древними символами подсознательного ума. Некоторые из этих символов были независимо друг от друга расшифрованы антропологами и психоаналитиками, такими как доктор Юнг ("Интеграция личности", К.Г.Юнг - "The integration of the personality" C.G.Jung). Йогические Крии и процесс восхождения Кундалини Шакти детально описаны Свами Шиванандой в "Кундалини Йоге".

#### 20.7. Поклонение Богу как Матери (Шри Анварул Хасан)

Поклонение Богу как Божественной матери с незапамятных времён было широко распространено. Профессор Зигмунд Фрейд сказал в своей работе "Тотем и табу": "Великие материнские божества, возможно, всюду превратились в отцовские божества." Древние египтяне поклонялись Ей под именем Исис.

Для изучающих сравнительную религию будет очень интересно проследить параллельное развитие этой идеи в индуистской и христианской религиях.

В этой связи краткое изложение индуистских идей можно дать в виде следующих вдохновенных слов Свами Шивананды Сарасвати:

"Поклонение Матери есть поклонение Богу, как Божественной Матери - Шри Мата. Её проявления бесчисленны. Дурга, Кали, Бхагавати, Бхавани, Амбаль, Амбика, Джагадамба, Камешвари, Ганга, Ума, Чанди, Чамунди,

Лалита, Гаури, Кундалини, Тара, Раджешвари, Трипурасундари и т.д. - все являются Её формами. Радха, Дурга, Лакшми, Сарасвати и Савитри есть 5 Пракрити. Хотя каждое имя даёт особый результат, можно получить общий результат. Вы можете повторять любое из имён Дэви. Если вы желаете достичь особых результатов, вы должны заклинять богиню соответствующим именем."

"Упасана или поклонение Дэви или Универсальной (Вселенской) Матери ведёт к достижению знания Я. Следовательно, ученик вначале должен приблизиться к Матери так, чтобы она могла познакомить Своего духовного ребёнка с Отцом для просветления или Самореализации. Поэтому поклоняющиеся ставят Радху, Ситу, Гаури перед именами Джагат: Радха Кришна, Сита Рама, Гаури Шанкар, Ума Шанкар, Бхавани Шанкар, Лакшми Нараяна."

"Благословение Матери безгранично. Её милосердие неисчерпаемо. Её знание безгранично. Её сила неизмерима. Её слава невыразима. Её великолепие неопишимо. Она даёт вам Бхукти и Мукти (материальное процветание и освобождение)."

"Кундалини Шакти - является космической и индивидуальной одновременно. Как космическая она называется Маха Кундалини; а как индивидуальная - Кундалини. Она лежит спящая в Мулядхара Чакре в форме змеиной силы или свёрнутой энергии, известной как Кундалини Шакти. Она находится в центре жизни Вселенной. Она - первозданная сила жизни, лежащая в основе всего существования. Она оживляет тело через Сушумна Нади и нервы. Она питает тело млечным соком и кровью. Своей энергией она оживляет вселенную."

"Поклонение Дэви в форме Шри Видьи бывает двух видов:

внутреннее - для продвинутых учеников и

внешнее - для менее развитых учеников."

Практические инструкции для внешней формы поклонения Дэви даны Свами Шиванандой в его книге "Ананда Лахари - перевод и комментарий" ("Ananda Lahari - Translation and commentary"):

"Встаньте в 4 часа утра. Примите ванну и совершите другие очистительные процедуры. Затем выполняйте свою Нитья-карму в отдельной комнате для Пуджи. Поместите в ней фотографию своего Ишта Дэваты, своего Гуру, Трипурасундари - Мировой Матери и творца этой Вселенной, в честь которой поётся Ананда Лахари. После совершения своей Нитья-кармы читайте всю Ананда Лахари с искренней верой и преданностью. Пусть в течение всего времени совершения Пуджи горит лампа на гхи. В конце машите огнями, зажгите фимиами (ладан) и камфору перед Дэви, своим Ишта Дэватой и другими. Поместите подношение: кокосовый орех, мёд, молоко, фрукты и т.д. перед божеством и возьмите священный Прасад. Совершайте это регулярно без пропусков."

"Это уничтожит все ваши страдания, несчастья и горе. Вы достигнете высшего положения и успеха в жизни и окончательно достигнете Саюджья Мукти, как сказано в строфе 22. Молитесь Богине-Матери с преданным сердцем, верой и искренностью. Я гарантирую вам быстрый успех в жизни и духовный прогресс."

Внутренняя форма поклонения Дэви описана Свами Шиванандой следующим образом:

"При внутренней форме поклонения нет ни ритуалов, ни церемоний. Высшее существо в форме Шивы соединено с Шакти, и ему поклоняются в различных центрах энергии человеческого тела, Чакрах или лотосах. Те, кто выполняет внутренний способ поклонения, верят в идентичность Шивы и Шакти, в пробуждающуюся Кундалини и в проведение её через различные Чакры к Сахасраре или тысячлепестковому лотосу с помощью поклонения, Джапы Мантры, где индивидуальная душа соединяется с Высшим Духом."

"Шактизм помогает ученику поднять Кундалини и соединить Её с Богом Шивой и наслаждаться высшим блаженством Нирвикальпа Самадхи. Когда Кундалини спит, человек пробуждён для мира. Он обладает объективным сознанием. Когда она пробуждена, он спит. Он теряет всё осознание мира и становится единым с Богом. Мать – Кундалини Шакти соединяется с Богом Шивой в Сахасраре во время Нирвикальпа Самадхи."

"Йог открывает рот Сушумны с помощью Пранаямы, Бандх и Мудр и пробуждает спящую Кундалини или изначальную энергию в Муладхаре и ведёт её к Сахасраре, расположенной на макушке головы, через низшие шесть Чакр. Нижние шесть Чакр являются местом отдыха или стадиями Кундалини. Йог испытывает разные виды блаженства и силу в различных центрах. В конце концов Кундалини соединяется со своим Богом Парама Шивой в Сахасраре. Теперь имеет место Нирвикальпа Самадхи. Йог достигает освобождения и получает высшее знание и блаженство. Йог испытывает соблазны в нижних Чакрах или местах отдыха. Он обретает силы и различные виды счастья. Он должен стараться достичь своей окончательной или постоянной обители, Сахассары. Он должен избегать всех Сиддхи."

"Бесстрашие, состояние нерушимого спокойствия, бесстрашие, постоянное медитативное настроение, отсутствие желаний, удовлетворённость, духовное блаженство, мир, внутренняя духовная сила, распознавание, самообуздание, направленность ума в одну точку, сильная вера в существование Ишвары и преданность являются признаками, указывающими на пробуждение Кундалини. Устойчивость ума, устойчивость Асан, чистота, сильное желание освобождения, милосердие, приятный голос, блеск в глазах, особый румянец на щеках и очаровывающая внешность являются признаками личности с пробуждённой Кундалини."

Все вышеприведённые цитаты взяты из комментария Свами Шивананды к Ананда Лахари. В своей "Мудрости Шивы" он проливает ещё дополнительный свет на предмет Кундалини Йоги.

"Садхана, Дхрити, Стхирата, Дхайрья, Лагхава, Пратьякша и Нирвикальпа Самадхи являются семью стадиями Кундалини Йоги. Когда Кундалини начинает подниматься вверх, практикующий йогу видит её, как луч электрического света."

Читатели, которые желают получить дальнейшую информацию о Таинствах поклонения Дэви и философии школы Шакты, должны читать комментарий к "Ананда Лахари", написанный Свами Шиванандой на английском языке. Ананда Лахари - это поэма преданности Шри Шанкарачарьи, состоящая из 41 строфы и содержащая прекрасные гимны в честь Дэви или богини Трипурасундари. Как говорит Свами Шивананда:

"Ананда Лахари - это всеми признанная, древняя и авторитетная тантрическая работа. К ней написано 35 комментариев. Строфы содержат различные Мантры или мистические формулы вместе с Янтрами или диаграммами для поклонения Дэви и для достижения различных Сиддхи или сил. Мирские люди обычно используют стихи этого гимна с целью заклинания Дэви для осуществления мирских желаний."

Исходной точкой нашего исследования развития этих идей в христианской религии является доклад доктора Эрнста Джонса в его "Очерках по прикладному психоанализу" (Dr. Ernest Jones. "Essays in Applied Psychoanalysis"), опубликованных в Международной Психоаналитической Библиотеке. В этой работе доктор Эрнст Джонс привлекает наше внимание к христианской Троице: Отцу, Сыну и Святому Духу. Он указывает, что разумно предположить, что третьей персоной в Троице, где оставшиеся две - это Отец и Сын, должна быть Мать, а не Святой Дух. Как тогда туда попал Святой Дух? Цитируя различные исторические источники, доктор Джонс говорит, что первоначально христианская Троица состояла из Отца, Сына и Матери (то есть святой Девы Марии, Матери Бога). Но позже под влиянием различных исторических причин, которые мы здесь не будем обсуждать,

семитический ум развил отвращение к идее женского божества, и Святой Дух заменил Божественную Мать.

Мы не будем повторять аргументы доктора Джонса, а попробуем найти подтверждение его центральному тезису в других областях человеческого знания. Примечательно, что, используя другую точку зрения Глубины Психологии, доктор Карл Густав Юнг пришёл к тому же выводу. Он говорит в своей "Интеграции Личности" (Carl Gustav Jung. Integration of the Personality):

"Женственность в Боге содержит тайну, и говорить, что Святой Дух есть София, считается ересью. Это соответствует тому психологическому факту, когда Святой Дух принимался как София, согласно еретической интерпретации, поскольку Святой Дух был посредником рождения во плоти, и это дало возможность для сияющего Бога стать видимым во тьме мира. Это была связь, которая посеяла подозрение, что Святой Дух был женщиной, поскольку Мария была тёмной землёй сферы, той девственной почвой, которую ещё не поливали дожди, как сказал о ней Августин. Доктор Юнг говорит, что он обнаружил женский аспект Бога повторяющимся, как духовную проблему в бессознательных умах своих христианских пациентов.

Позвольте нам суммировать здесь некоторые относящиеся к делу характеристики Святого Духа, имеющиеся в христианской литературе:

- 1) женский символ голубя часто изображает Святого Духа в Библии;
- 2) символ огня также используется для Святого Духа. Святой Дух воспринимается как Небесный Огонь. В день Троицы Святой Дух спустился к Апостолам в форме "языка огня";
- 3) Святой Дух предлагает 7 духовных даров искреннему верующему. Христианский гимн говорит:

Святой дух, приди и вдохнови наши души  
и зажгись Небесным Огнём.

Ты - Святой Дух,

который наделяет состоящими из семи частей дарами.

Твоё благословенное помазание

является утешением, миром и огнём любви.

- 4) Святой Дух переживается как состояние величайшего блаженства и спокойствия. Поэтому в Святой Библии его называют Утешителем. В христианских гимнах мы находим:

Приди, Святой Дух, вечный Бог,

пришедший сверху

от обоих: Отца и Сына,

Бог мира и любви.

Ты есть тот самый Утешитель

в горе и во всех бедствиях.

Твоё небесное утешение столь высоко,

ни один язык не может это выразить.

Фонтанируй и бей живым ключом

радости небесной!

Огонь настолько яркий, любовь настолько сладостна

Твоего духовного помазания.

Но четыре атрибута Святого Духа, описанные выше, точно такие же, как атрибуты, которые мы находим в нашем учении о Кундалини Шакти. Святой Дух является женским символом Бога и так же, как Кундалини Шакти, является лишь аспектом Дэви. Она является Космической Кундалини. Кундалини Йога есть просто внутренний философский образ действия поклоняющегося Дэви. Опять же, Святой Дух представлен с помощью

символа огня и, как нам говорит Свами Шивананда, когда Кундалини начинает подниматься вверх, практикующий йогу видит её, как луч электрического света. Кундалини Шакти называется также некоторыми авторами "Змеиный Огонь".

Кундалини Шакти проходит через шесть нижних Чакр и, наконец, приходит в Седьмой Центр, Сахасрару. Согласно Свами Шивананде, имеется семь стадий Кундалини Йоги. Подобно этому, Святой Дух дарует человечеству семь духовных подарков. И Кундалини Шакти, и Святой Дух, когда переживаются, ведут к ощущению духовной радости, безмятежности ума и божественному экстазу.

Когда Кундалини поднимается, йог получает различные виды Сиддхи или чудесных сил. Подобное говорит нам Святой Павел в Святой Библии, что все виды даров, таких как дар пророчества, дар предчувствия и т.д., даются Святым Духом.

Таким образом, мы находим, что внутренний философский способ поклонения Дэви, как индивидуальной Кундалини Шакти, живущей в нас, и внешнее церемониальное поклонение Дэви, как Дурге, Кали, Бхавани или Трипурасундари, которые существуют как единая объединённая система преданной мысли в индийской религии, были отделены друг от друга в христианстве: индивидуальная Кундалини представлена Святым Духом, живущим внутри нас и вдохновляющим нас на добрую работу; Космическая Шакти или Дэви, представлена Святой Девой Марией. Эти две параллельные линии мысли, которые были разъединены или вырваны из контекста в христианской религии, рассматривались как два аспекта одного и того же духовного опыта в симметричной и синтетической философии Тантр. Различные неразрешимые проблемы христианства разрешимы в свете индийской мистической философии. Святой Дух не замещает фигуру Девы Марии, а идентичен с Нею.

Хотя Святая Дева, Мать Бога, была выведена из христианской Троицы, первоначальная тенденция продолжает себя утверждать в христианской мысли.

(\* Далее переводчик опустил рассуждения о Деве Марии. -П.)

Свами Шивананда говорит в своём предисловии к "Ананда Лахари":

"Ему передали силу поверенного Своей супруги Дурги. Только Мать Дурга следит за делами мира."

"Совершайте специальную Пуджу на дни Наваратри. Эти 9 дней очень священны для Дэви. Погрузитесь в поклонение Ей."

Позвольте нам предложить вам Молитву Божественной Матери:

1. Приветствую тебя, Мария. Полную милосердия, Благословенную среди женщин. Благословенным плодом твоей матки является Иисус. Святая Мария, Мать Божья, помолись сейчас и в час смерти за нас, грешников. Аминь.

(Христианский Розарий)

2. Наш поклон Тебе, о Дэви, Благоприятствующей всему, дающей успех и процветание, обители беспомощных, супруге Бога Нараяны, Той - белого цвета с тремя глазами.

Поклонение Матери Мира, которая создаёт, поддерживает или сохраняет эту вселенную с помощью Своей Шакти и дарит круглогодичную радость и Высший Мир своим поклонникам.

(Древнеиндийская Молитва)

3. О Трипурасундари! О Почтенная Мать! Я кланяюсь Тебе. Без Твоей милости никто не может достичь успеха в духовной Садхане и спасения в конце.

О Сострадательная Мать! Ты - океан милосердия. Благослови меня. Если я отопью каплю из того океана, разве он высохнет?

О моя прекрасная Мать! Руководи мною. Защищай меня. Спасай меня. Я - твоё дитя.

Джая Трипура Сундари! Приветствия Тебе!

(Свами Шивананда)

4. Пусть все мои праздные разговоры будут звуком божественной Джапы,  
все жесты будут Мудрой,  
все шаги вокруг твоего места -  
всем ниспадающим Пранам,  
всей Хоме, что я ем.

Вся радость всех моих действий - для Высшей, для Тебя.

(Ананда Лахари)

5. Джая Шри Дурга, Джая Шри Дурга, Джая Шри Дурга  
Шаранам Ом

Джая Шри Дурга, Джая Шри Дурга, Джая Шри Дурга  
Шаранам Ом

Джая Шри Дурга, Джая Шри Дурга, Джая Шри Дурга  
Пахимама

Джая Шри Дурга, Джая Шри Дурга, Джая Шри Дурга  
Ракшамам.

(Свами Шивананда)

Книга вторая  
Нада Йога

Влияние звука на ум

Олень ловится в ловушку с помощью приятного звука.

Кобра бывает очарованной приятной музыкой.

Рага Пуннадаварали очаровывает кобру.

Нада ловит ум.

Ум получает Лайю в приятной Наде.

Ум привлекается приятной Надой.

Следовательно, вы легко можете контролировать ум

С помощью практики Нада Йоги.

Глава 1. Слава Наданусандханам

В этом мире существует 150000 типов Лайя Садханы, обо всех сообщил Сада Шива. Мы считаем Наданусандхана Самадхи – лучшим из всех типов Лайи.

Наданусандхана! Пусть это Приветствие будет тебе. Мы держим тебя как трансцендентальное состояние во всех Лайях. С помощью твоего милосердия мой ум достигает Лайи в обители Вишну вместе с Праной.

С помощью того, кто желает достичь совершенства в Йоге, Нада одна может быть близко слышна (если медитировать на ней), отказавшись от всех мыслей и со спокойным умом.

- Шанкарачарья, "Йога-Тапавали".

Нет Асаны, подобной Сиддхасане,  
нет силы, подобной Кумбхаке,  
нет Мудры, подобной Кхечари Мудре, и  
нет Лайи, подобной Наде.

- Шивасамхита.

## Книга вторая

### Нада Йога

Мокшаприя обратился со словами: "О Свамиджи! Проинструктируйте меня, пожалуйста, по Нада Йоге." Свами Шивананда ответил:

"Нада есть звук. Брахман задумал. Была Сат-Санкальпа. Поднялась вибрация или Спандан. Была вибрация Ом. Это есть Нада.

Ум фиксирован на Наде и звуках Анахаты, слышимых в ухе. Он получает Лайю или растворение. Йог входит в Самадхи и получает Знание Я. Это – Нада Йога. Нада Йога называется также Лайя Йогой. Кундалини Йога также называется Лайя Йогой. Ум естественно привлекается приятными звуками. Он захватывается в ловушку приятными звуками, подобно тому, как лань попадает в ловушку, привлечённая приятной музыкой.

Когда ум поглотится звуками Ананды, вы достигнете знания о скрытых вещах. Вы услышите Пара-Вак. Вы разовьёте глаз интуиции. В конце концов ум поглотится Брахманом или Абсолютом.

Сядьте в Падмасану, Сиддхасану или Сукхасану. Зажмите уши большими пальцами рук. Это Шанмукхи-Мудра или Вайшнави-Мудра. Слушайте музыку звуков Анахаты. Теперь у вас будет прекрасная концентрация.

Выполняйте Джапу Сохам (Аджапа Джапа) с дыханием или любой Мантрой. Практикуйте Пранаяму 1-2 месяца. Вы ясно услышите 10 звуков и будете наслаждаться музыкой души.

Отбросьте все мирские мысли. Контролируйте свою страсть. Станьте безразличным ко всем объектам. Практикуйте Яму (самообуздание) или Садачару (правильное поведение). Сконцентрируйте своё внимание на звуке Анахаты, который уничтожает ум.

#### Глава 3. Цель жизни

Жизнь в индивидуальном, в своём онтологическом аспекте есть не что иное, как неустанная борьба за бесконечное, чистое блаженство; вечное, бессмертное, круглогодичное Блаженство. Священные писания без сомнения доказывают это. Мудрецы и Святые с начала творения и по сей день выражают мысль о том, что Высшее Блаженство может и должно быть достигнуто собственным Я. Следовательно, Самореализация, Самоосознание или Собственное Переживание Целого Апарокшанубхути есть *summum bonum* человеческого существования. Но как нам лучше достичь этого?

Атмачайтанья Самадхи или Апарокша Джнана возможна только когда ум становится чистым и Саттвическим. Чистота ума наступает только тогда, когда маленькое "Я", эгоизм или Ахамкара обуздан, уничтожен, что означает отказ от Самости и Собственничества. В свою очередь, это развивает чистоту и контроль над Индриями. Если ум не окультурен и не контролируется, Индрии нельзя контролировать. Так по кругу мы опять приходим к уму. Правильно говорили Мудрецы: "Лишь ум является причиной для освобождения и порабощения человека."

Практическое исследование в этом направлении привело Мудрецов к заключению, что Прана и Ум взаимозависимы в своих функциональных способностях. Пока один не контролируется, другой также не может контролироваться. Если один под контролем, другой тоже, в свою очередь, становится под контроль. Но недостаточно, чтобы они просто контролировались. Пока они не уничтожены, Васаны не покинут нас. Пока Васаны не уничтожены, Читта не может быть уничтожен. Только уничтожение Читты может привести нас к Джнана. Таким образом, начнём с двух направлений. Вначале нужно взять Прану под контроль с помощью различных трудных Йогических процессов, а затем перейти к контролю ума и удалить его от внешних объектов и фиксировать его на Я. Во-вторых, мы можем постараться уничтожить ум, с помощью воздействия Мано-Лайи,



отыскивая такой высокомогущественный принцип, к которому ум естественно побежит и с которым он сам сольётся, входя таким образом в состояние Лайя. Мудрецы обнаружили, что Мано-Лайя, сопровождаемая Мано-Наса, была более безопасным средством для достижения Самореализации, чем трудный процесс контролирования ума и окультуривания его, который всегда сопровождался опасностью для ума в любой момент опять впасть в старую рутину Васан.

В ходе дальнейших практических исследований Мудрецы и Провидцы обнаружили, что Звук обладает силой привлечения ума и, так сказать, поглощения его.

Таким образом, Мано-Лайя и Мано-Наса с помощью Нада Йоги (союз или растворение в звуке) были обнаружены эффективные и безопасные способы Самореализации.

#### Глава 4. Сила звука

Сверхзаряженный трансцендентальной силой души, Звук находится во всём создании, как единый могущественный принцип, который широко влияет и эффективно берёт под контроль все остальные проявления. Можно привести много примеров, подтверждающих это заявление о звуке, как в отношении индивидуума, так и космоса. Мы слышали, что Тансен мог вызвать дождь с помощью Мегха Раги, как он зажигал лампу с помощью Дипак Раги. Это в некоторой степени относится к Тибетским Ламам, которые рассказывали нам о Ламах, разгоняющих и растворяющих дождевые тучи или собирающих облака и заставляющих их давать дождь, дуя в рожки и трубы и ударяя в барабаны.

Мы видели также, как лань или кобра становились замороженными приятной музыкой. Это действие на дорациональном уровне показывает, что существует определённое взаимоотношение между звуком и умом, и что ум естественно бежит (стремится) к звуку и, делая это, полностью забывает о внешнем мире. Во всём творении, таким образом, имеется естественная тенденция искать уединение и покой в звуке; на рациональном уровне мы можем только делать то же самое с большей эффективностью и результатом, и мы делаем это.

Сколько людей в трудовых делах мира влачат своё жалкое существование и перестают страдать в присутствии приятной ритмичной музыки? Даже невежественный человек, не знающий музыкальной азбуки, отвлекается, когда слышит приятную мелодичную музыку. Это лишь доказывает, что в присутствии ритмического звука ум отказывается думать о чём-либо ещё, кроме звука.

Невежественный человек после прослушивания какой-либо приятной музыки восклицает: "Я хорошо наслаждался ею. Я ничего не сознавал." Этот возглас почти идентичен высказыванию другого человека: "Я хорошо спал и ничего не сознавал." Это ясно доказывает, что наслаждался состоянием единства со звуком, подобно его достижению Лайи в каузальном неведении во время глубокого сна.

Все эти вещи только показывают нам приоритет Звука над нашими умами и непоколебимую основу Нада Йоги и пользу звука в достижении Мано-Лайи.

#### Глава 5. Звук и Брахман

Звук есть первое проявление Абсолюта. Мы ничего не знаем о природе Абсолюта, кроме того, что Он существует. Священные писания со всей присущей им любезностью старались всё рассказать нам о творении, как оно происходит от Абсолюта. Они говорят: "Брахман был один, а не два. Он подумал: "Эко (а) хам, Бахушьям". Это вызвало вибрацию, окончательно выраженную в звуке, и этот звук был Ом, откуда произошли все остальные проявления." Отсюда мы можем сделать вывод: "Так долго, как будет продолжаться сила Брахма-Санкальпы, будет существовать космическая вибрация и Звук. Когда вибрация уменьшится, Звук также исчезнет в трансцендентальной Сущности. Во время вибрационной стадии творения

производятся элементы, а из них успешно рождаются Танматры и, наконец, имеет место создание пяти элементов, и мы имеем мир, каким мы его видим. Во время убывания вибрации, имеет место обратный процесс и инволюция, весь этот мир растворяется в звуке, а звук растворяется в Брахмане. Таким образом, фактически Звук является всесторонней основой для всего творения. Поэтому, естественно, он обладает силой для поглощения других проявлений. Брахман неисчерпаем в своём трансцендентальном аспекте. Ближе всего к нему приближается только Звук, или мы можем назвать Звук как Апарам Брахман."

## Глава 6. Звук Анахат

В микрокосмосе то же самое, что и в макрокосмосе.

Всё, что говорилось о вселенной и космическом творении, может быть полностью применено к индивидууму. Наше физическое и астральное тела, наши Индрии и ум – все в своей основе должны иметь звук. Лишь глубокое проникновение в них может привести нас к звуку. Анализ нашего индивидуального существования должен привести нас к Звуку, прежде чем мы достигнем трансцендентального Я.

Иданкатту Читтар, южноиндийский мистик, эффектно заявляет: "Прежде звука вовлечённый в вас, познай субстрат Омкар".

Это ясно указывает, что внутри нас существует определённый звук, поддерживающий все виды нашей деятельности, и что когда этот звук вовлекается в свою причину, наша настоящая земная жизнь сразу приходит к концу.

Что может быть иным, кроме Звука, который является первым проявлением нашего Я, прежде чем оно проявится как ум и Индрии?

Естественно, когда мы затыкаем оба наших уха и стараемся слушать внутри нас, мы слышим этот прекрасный звук, который называется Звук Анахат.

Анахат буквально означает небитый, неударный. Звук Анахат так называется, поскольку не является результатом удара или боя определённых вещей, подобным поднимающемуся звучанию виолончели или вины. Он исходит из Анахата Чакры. Поскольку Звук Анахат исходит из этой Чакры, Чакра носит такое название.

Звук, как это и должно быть, образует основу всех шести Чакр внутри нашего тела. В нижних трёх Чакрах он отчётливо не слышен, поскольку они контролируются Таттвами земли, огня и воды, начиная соответственно от Мулядхары.

Вайю Таттва преобладает в Анахата Чакре. Поэтому мы отчётливо можем слышать и различать разные звуки в Анахата Чакре. Природа звука различна в соответствии с волнением, вызванным движением Вайю Таттвы. В этой Чакре мы можем слышать Стхуля и Сукшма звуки. Это зависит от интенсивности нашей концентрации и спокойствия в Таттве.

### 6.1. Мано-Лайю следует искать только в Звуке Анахат

Для нас возможно достичь Мано-Лайи с помощью внешней музыки. Но это не приведёт нас к нашей цели. Мано-Лайя – лишь средство, а цель – наше собственное Я. Растворение ума во внешних звуках можно сравнить с глубоким сном. Это не поможет нам в случае с Мано-Наса. Поиск Мано-Лайи в Звуке Анахат вдвойне эффективен. Подобно ребёнку, автоматически бегущему к своей матери, ум быстро побежит к Звуку Анахат, поскольку последний является основой ума. Подобно ребёнку, который быстро обретает состояние единства с матерью, ум тоже войдёт в состояние Лайя в Звуке Анахат. Во-вторых, поступая так – способствуя союзу ума со Звуком Анахат, мы создаём эффект исчезновения в причине, иными словами, наступит Мано-Лайя.

Вначале установимся в Звуке Анахат, а затем отправимся к нашему собственному Я как к форме Крама Мукти.

Звуки Анахаты или мелодия – это мистические звуки, слышимые Йогом в начале его цикла медитации. Этот предмет называется Нада-Анусандхана или введение в мистические звуки. Это признак очищения Нади или астральных потоков благодаря Пранаяме. Звуки можно также услышать после повторения Мантры Аджапа Гаятри "Хамса Сохам" 100 000 раз. Звуки слышны правым ухом с зажиманием уха и без этого. Звуки отличаются, когда слышатся через зажатые уши. Уши можно зажать, введя большие пальцы в слуховые проходы с помощью Йони Мудры. Сядьте в Падма или Сиддха Асану, зажмите уши большими пальцами рук и очень внимательно слушайте звуки. Временами вы сможете слышать звуки также через левое ухо. Практикуйтесь слышать только правым ухом. Почему вы слышите через правое ухо или отчётливо слышите только правым ухом? Из-за влияния солнечной Нади, Пингалы, на правую половину носа. Звук Анахаты называется также Омкара Дхвани. Это благодаря вибрации Праны в сердце.

#### 6.2. 10 видов звука

Слышимая Нада бывает 10 видов.

Первый – Чини (как звук слова Чини);

второй – Чини-Чини;

третий – звук колокольчика;

четвёртый – звук раковины;

пятый – звук Тантри (лютня);

шестой – звук Таля (тарелок);

седьмой – звук флейты;

восьмой – звук Бхери (барабана);

девятый – звук Мриданга (двойной барабан) и

десятый – звук грома.

#### 6.3. Голос тишины

"Перед тем, как ступить на более высокую ступень лестницы мистических звуков, вы должны слышать голос своего внутреннего Бога (Высшего Я) семью способами. Первый – подобен приятному пению соловья своей подруге. Второй приходит как звук серебряной тарелки Дхьянис, пробуждающей мерцающие звёзды. Следующий – как ясная мелодия океанского духа, заточённого в его раковине. И это сопровождается пением вины. Пятый подобен звуку трели бамбуковой флейты в твоём ухе. Он переходит в звук слоновового рёва. Последний вибрирует как громохание тучи. Седьмой поглощает все другие звуки. Они умирают и больше не слышатся."

#### 6.4. Лайя Йога

(концентрация на Звуках Анахаты)

Дхарана – это интенсивная и совершенная концентрация ума на каком-то внутреннем или внешнем объекте, или звуках типа звуков Анахаты, или на любой абстрактной идее, сопровождающаяся полным отключением (Пратьяхара) от всех вещей, относящихся ко внешней вселенной или миру чувств.

Сядьте в Падма или Сиддха Асану. Практикуйте Йони Мудру, зажав уши большими пальцами рук. Правым ухом слушайте внутренний звук. Звук, который вы услышите, сделает вас глухим ко всем внешним звукам. Преодолев все препятствия, вы войдёте в состояние Турия за 15 дней. В начале практики вы услышите множество громких звуков. Они постепенно будут возрастать по высоте и слышаться всё более и более тонко. Вы должны стараться различать всё более и более тонкие звуки. Вы можете менять свою концентрацию от грубого звука к тонкому и от тонкого к грубому, но не должны позволять своему уму отвлекаться от них на другие объекты.

Ум, вначале сконцентрировавшись на любом одном звуке, твёрдо фиксирует себя так, что поглощается им. Ум становится нечувствительным ко внешним впечатлениям, становясь единым со звуком, как молоко с водой, и затем становится быстро поглощённым в Чидакше (Акаше, где преобладает Чит). Будучи безразличным ко всем объектам, вы, контролируя страсти, должны с помощью постоянной практики концентрировать своё внимание на звуке, который разрушает ум. Уничтожив все мысли и освободившись от всех действий, вы всегда должны концентрировать своё внимание на звуке, и тогда ваша Читта станет поглощённой им. Как пчела, поглощая мёд, не беспокоится о запахе, так же Читта, будучи всегда поглощённой в звуке, не стремится к чувственным объектам, поскольку связана приятным запахом Нады и бросает свою непостоянную природу. Змея Читта, слушая Наду, окончательно поглощается ею и перестаёт всё сознавать, концентрируя себя на звуке. Звук служит средством для достижения тонкой цели, чтобы контролировать бешеного слона-Читту, который бродит по саду удовольствий чувственных объектов. Он служит ловушкой для оленя-Читты. Он также служит берегом для океанских волн Читты. Звук, исходящий из Пранавы, которая есть Брахман, лучезарной природы; ум становится поглощённым в нём. Это высшее место Вишну. Ум существует, пока есть звук, а с его затиханием наступает состояние, называемое Турия. Этот звук поглощён Брахманом, и беззвучное состояние есть высшее место. Ум с Праной имеет своё Кармическое влечение, разрушаемое постоянной концентрацией на Нада, есть поглощение незапятнанным единым. В этом нет сомнения. Освободившись от всех состояний и всех мыслей, вы будете, как мёртвый. Вы станете Муктой. Не сомневайтесь в этом. Тело будет, как бревно и не будет чувствовать тепло и холод, радость и печаль. Когда духовное зрение станет фиксированным без какого-либо объекта наблюдения, когда Прана успокоится без какого-либо усилия, и когда Читта станет твёрдой без какой-либо поддержки, вы станете Брахманом (Брахмавит Брахман). Вы можете испытать десятый звук без первых девяти звуков с помощью посвящения Гуру.

В первой стадии тело станет Чини-Чини;  
во второй будет (Бханджана) ломание или воздействие в теле;  
в третьей будет (Бхедана) пронизывание;  
в четвёртой трясётся голова;  
в пятой – нёбо покрывается слюной;  
в шестой достигается нектар;  
в седьмой – приходит знание скрытых вещей мира;  
в восьмой – слышится Паравака;  
в девятой – тело становится невидимым, развивается чистый божественный глаз;  
в десятой вы достигаете состояния Пара Брахмана.

Когда Манас уничтожен, когда добродетели и грехи сожжены, вы сияете как лучезарный, безупречный, вечный, незапятнанный Шуддха Брахман. Ом.

## Глава 7. Звук и образ

Звуки – это вибрации. Они поднимаются до определённых форм. Каждый звук создаёт форму в невидимом мире, а комбинации звуков создают сложные формы. Учебники описывают некоторые опыты, показывающие, что ноты, воспроизведённые определёнными инструментами, вычерчивают на слое песка определённые геометрические фигуры. Это демонстрирует то, что вибрации поднимаются до правильных геометрических фигур. Индийские книги по музыке говорят нам, что различные музыкальные мелодии "Рага" и "Рагини" каждая имеет особую форму, которые эти книги графически изображают. Например, Мегха-Рага, говорят, имеет величественную фигуру, восседающую на слоне. Васант-Рага описан как

прекрасный юноша, украшенный цветами. Всё это подразумевает, что отдельная Рага и Рагини, когда поётся правильно, создаёт эфирные вибрации, создающие определённую форму, характеризующую её. Эта точка зрения недавно получила подтверждение в опытах Миссис Ваттс Хьюз, подарившей автору "Голос Фигур". Перед избранной аудиторией в студии лорда Лейтона она прочла иллюстрированную лекцию как результат многолетнего кропотливого труда для демонстрации прекрасных научных открытий. Миссис Хьюз пела в простой инструмент, называемый "эйдофон", состоящий из трубы, приёмника и гибкой мембраны. Она обнаружила, что каждая нота принимает определённую и постоянную форму, что определяется с помощью чувствительной и подвижной матрицы. В начале лекции она поместила крошечные семена на гибкую мембрану, и воздух вибрациями, создаваемыми нотами, которые она играла, заставлял их перемещаться определённым геометрическим образом. После этого она использовала порошок различных видов, особенно подходил порошок *sorodium*. Докладчица, описывая форму нот, говорила о замечательных откровениях геометрии, перспективах и нюансах: "Звёзды, спирали, змеи и воображаемые формы, буйствующие в богатстве очаровательного методического плана." Это было первое, что она показала. Однажды, когда миссис Хьюз пела ноту, маргаритка появилась и исчезла. "Я старалась вернуть её назад целую неделю и, наконец, успешно", - сказала она. Теперь она знала точные изменения каждой ноты, которая есть маргаритка, и это делалось постоянно и определённо странным методом, задабривая перемену крещендо и диминуэндо. После того, как аудитория была восхищена сериями, некоторые имели ряды лепестков, изящно видимые, они показывались после нот, и это были маргаритки большой красоты. "Как прекрасно! Как восхитительно!" – восклицала аудитория. Изысканные формы следовали одна за другой. Цветы сопровождалась морскими чудовищами, змеевидными формами толстых окружностей, полные света и тени и деталей, питаемых милями перспективы. Затем шли деревья, деревья с падающими фруктами, деревья с камнями на земле под ними, деревья с морем позади. "Почему они напоминают японский ландшафт?" – восклицала аудитория.

В то время, как во Франции пение мадам Финланг гимна "Аве Мария" создавало форму Марии с ребёнком Иисусом на груди, пение гимна "Бхайрава" бенгальским студентом из Бенареса, учащегося во Франции, дало подъём образования фигуры Бхайравы с его повозкой и собакой.

Таким образом, повторное пение Имени Бога постепенно создаёт форму Дэваты или особого проявления Божества, которому вы поклоняетесь, и эти действия, как фокус, концентрируют великодушное влияние Божественного Существа, которое, излучаясь из центра, пронизывает поклоняющегося.

Когда человек входит в состояние медитации, сильно возрастает поток внутренних Вритти. Чем глубже человек входит в медитацию, тем более заметен эффект. Концентрация ума вверх вызывает прорыв этой силы через макушку головы, и ответ приходит в виде замечательного дождя мягкого магнетизма. Ощущение, производимое от силы, направленной вниз, посылает замечательный пыл через тело, и человек чувствует, что он словно купался в мягком электричестве.

Приведённые выше опыты демонстрируют следующее:

1. Звук создаёт формы;
2. Особые ноты создают особые формы;
3. Если вы хотите получить особую форму, вы должны воспроизвести определённую ноту определённой высоты.

Повторение Панчакшара Мантры "Ом Намах Шивая" создаёт форму Бога Шивы. Повторение "Ом Намо Нараяная", Аштакшара Мантры Вишну, создаёт форму Вишну. Все вибрации, производимые нотами в Мантре, очень важны. Особый упор делается на высоту и форму (Свара и Варна) Мантры. Варна буквально означает цвет. В невидимом мире все звуки

сопровождаются цветами, поэтому они образуют формы с многочисленными оттенками.

Также цвета сопровождаются звуками. Нужно использовать особую ноту, чтобы создать особую форму. Разные ноты различной высоты создают различные формы. В учении о Мантрах мы используем различные Мантры с целью заклинания различных богов. Если вы поклоняетесь Богу Шиве, вы используете "Ом Намах Шивая", но поклоняясь Вишну или Шакти, вы должны заменить Мантру. Что происходит, когда Мантра читается наизусть? Повторное чтение Мантры создаёт в уме форму Деваты или Божества, связанного с Мантрой, который есть ваш Ишта, и эта форма становится центром вашего сознания, когда вы прямо представляете её. Следовательно, говорят, что Мантра Деваты есть Сам Девата. Это может объяснить многое в непонятном изречении философов Мимамсы, что боги не существуют вне Мантр (Мантратмако Девах). Это в действительности означает, что когда соответствующая определённому богу специфическая Мантра читается правильно, вибрации создают в высших планах особую форму, которую на время принимает этот бог.

#### Глава 8. Четыре стадии звука

Веды образуют звуковое проявление Ишвары. Звук имеет четыре стадии:

Пара, обнаруживающая проявление только в Пране;

Пашьянти, которая обнаруживает проявление в уме;

Мадхьяма, обнаруживающая проявление в Индриях и

Вайкхари, обнаруживающая проявление в словесном выражении.

Артикуляция – последнее и самое грубое выражение божественной звуковой энергии. Высшее проявление звуковой энергии – изначальный голос, божественный голос – это Пара. Голос Пара становится корнем идей или зародышем мыслей. Это первое проявление голоса. В Пара звук остаётся в недифференцированной форме. Пара, Пашьянти, Мадхьяма и Вайкари – это различные градации звука. Мадхьяма – среднее невыраженное состояние звука. Его местоположение – сердце. Место Пашьянти – пуп или Манипура Чакра. Йоги, которые обладают тонким внутренним видением, могут испытать состояние Пашьянти, слово которого имеет цвет и форму, которые общие для всех языков и которые обладают вибрационной однородностью звука. Индийцы, европейцы, американцы, африканцы, японцы, птицы и звери – все испытывают ту же Бхавану вещи в состоянии голоса или звука Пашьянти. Жест – разновидность более тонкого языка. Он один для всех людей. Человек из любой страны сделает один и тот же жест, поднося руку ко рту особым образом, когда хочет пить. Поскольку одна и та же сила или Шакти работает через уши – и они слышат, через глаза – и они видят и т.д., та же Пашьянти принимает различные формы звука, когда материализована. Бог проявляет Себя через силу Майи вначале как Пара Вани и пупа, затем как Мадхьяма в сердце и окончательно как Вайкари в горле и во рту. Это божественное нисхождение Его голоса. Всё Вайкхари просто являются Его голосом. Это голос Вират Пуруши.

#### Глава 9. Что такое Нада?

Нада есть Шива-Шакти. Связь и взаимоотношение Шивы и Шакти есть Нада. От Нады произошла Махабинду. Нада есть действие. Первое время Шакти-таттва становится активной.

Нада – этимологически означает звук. Это не грубый звук, который воспринимается ухом. Нада – наиболее тонкий аспект Шабдхи. Нада развивается в Бинду.

Нада есть первая стадия происхождения в производстве Мантры. Вторая есть Бинду. Нада и Бинду существуют во всех Биджа Мантрах. Нада есть аспект Шакти, который развивается в Бинду.

#### Глава 10. Нада, Бинду и Каля

Ученик спрашивает: "Я бы хотел, чтобы вы объяснили значение слов Нада, Бинду и Каля, т.к. они используются в Хатха-йоге Прадипика, где сказано, что Шива проявляется как Нада, Бинду и Кала. Как может Шива, являющийся высшей Реальностью, лишённый какого-либо качества, обладать Калей, которая представляет особую Гуну или качество?"

Первичный звук или первая вибрация, из которой развивается всё творение, есть Нада. Это развёртывание проекции первой стадии вселенной (творения). Нада есть первое проявление непроявленного Абсолюта. Это Омкара или Шабда-Брахман. Это также мистический внутренний Звук, на котором концентрируется Йог.

Бинду не следует рассматривать как каплю или жизненную силу. Это непостижимая тонкая точка, корень всего проявления. Это точка, из которой проецируется феноменальная вселенная названий и форм. Из этой точки или Бинду развивается всё творение. Следовательно, в её аспекте как жизненного источника проявления, она иногда используется в смысле, родственном жизненной силе.

Кратко, в первичном смысле, Каля означает особый вид качества (Гуны) божественной силы. Нет вопроса о Кале в случае Пара-Шивы, который есть Ниргуна, без качества и, следовательно, Калятита. В момент проявления Шакти, Абсолютная Шива-Таттва становится присутствующей в Её Сагуна аспекте, который является также Са-Калей. Будучи проявленным таким образом, Он является Пурнакалямурти, наделённым 16-ю Калями. Он обладает одной из этих 16 Каль и называется Калямурти; дальнейшей дробью этого становится Амшамурти, и последующая доля (дробь) иногда называется Амшамшамурти.

#### Глава 11. Дхвани

В некоторых звуках, таких, как барабанный бой, раскат грома, звуки смеха, плач и т.д., буквы не проявлены. Это есть Дхвани. В некоторых других буквы или Варны проявлены, как в случае устной речи. Это Варнатмака Шабдха.

Звук вызван ударом одной вещи по другой или рукой и барабаном в случае неразрешённого звука и органами речи и ухом в случае произношения речи. Но звук Анахат не создан и самопроизведённый. Он не вызван ударом одним предметом о другой.

Варнатмака Шабдха имеет значение. Каждая Дхвани также имеет значение. Звук смеха указывает на то, что какой-то человек счастлив. Звук плача указывает на то, что какой-то человек в беде. Звук колокола указывает на то, что чай или пища готовы. Звук горна указывает на то, что имеет место парад.

#### Глава 12. Наданусандханам

Наданусандханам означает медитацию на Наде или Звуке, слышимом в Анахата Чакре.

Существенное предварительное требование для Садханы этого типа то же, что и для любой другой Йогической Садханы. Первое требование – это этическая и моральная подготовка. Точно так же важна сноровка в Хатха Йоге и Пранаяме. Лучше обладать значительной практикой в концентрации и медитации. Это позволит вам легче сконцентрироваться внутри себя и медитировать на звуках Анахат. Аджапа Джапа или Джапа "Сохам" с дыханием поможет вам в концентрации на тонких звуках. Это само посебе приведёт вас к звуку Анахат.

Сядьте в Падмасану или Сиддхасану. Сделайте Шанмукхи или Вайшнави Мудру. (Описание этого упражнения можно найти в книге Свами Шивананды "Хатха Йога"). Сделайте Аджапа Джапу. Пусть ваш взгляд будет направлен внутрь. Это приведёт вас к звуку Анахат.

С помощью Шанмукхи Мудры в Падмасане или Сиддхасане, вы можете также привести Прану и Апану в Сушумну и затем медитировать на Анахата

Чакре. Тогда вы услышите звуки Анахат. Приятная мелодия звуков подарит вам большую силу концентрации.

Вначале вы услышите 10 различных звуков, которые сделают вас глухим ко всем внешним звукам. Звуки следующие: Чини, Чиничини, звон колокола, шум раковины, звук лютни, звук тарелок, звук флейты, звук барабана, звук Мриданги и звук грома.

Эти звуки должны быть слышимы правым ухом.

Имеется два аспекта этих звуков – грубый и тонкий. Вы должны следовать от грубого к тонкому. Если ум следует лишь к грубым звукам, не волнуйтесь. Пусть он вначале привыкнет и установится в грубом звуке. Затем его можно вести к тонкому звуку.

Имейте в виду, что Мано Лайя – не цель, целью является Мано Наса и Самореализация.

Помните, что не следует привлекаться или любить какой-то особый звук, а старайтесь вести ум от первого ко второму, от второго к третьему и т.д. до десятого.

Есть другая школа Нада-йоги, которая различает три различные стадии в слышании звуков. Первая стадия – когда Прана и Апана подводятся к Брахмарандхре. Вторая стадия приходит, когда они входят в Брахмарандхру, и третья стадия – когда они хорошо в ней устанавливаются. В первой стадии звуки подобны рёву моря, удару барабанов и т.д. Во второй стадии слышатся звуки, подобные Мриданге, раковине и т.д. В третьей стадии слышатся звуки, подобные Чинчини, жужжанию пчелы, звуку флейты или лютни.

Знания, относящиеся к скрытым вещам, производятся в том человеке, кто хорошо может слышать седьмой звук (как звук флейты). Если он ясно может слышать восьмой звук, тогда он услышит Пара Вак. С девятым он развивает Божественный Глаз. Когда он слышит десятый, он поистине достигает Пара Брахмана.

### Глава 13. Освобождение или Мокша

Ум, привлечённый звуком Анахат, определённо должен достичь состояния Самадхи. Так же, как пчела, вкушающая сладкий мёд, не отвлекается запахом цветка, ум, если однажды услышит тонкий звук Анахат, тоже больше не бежит за старыми Васанами. Ум-кобра, слыша звук Анахат, становится как после заклинания и сбрасывает все Васаны и взволнованную природу. Забывая внешний чувственный мир, он становится однонаправленным и никогда больше не блуждает.

Звук, который является природой Ом и Пранава, который есть сам Брахман, является формой Лучезарности. Это высшая обитель Бога Вишну. В ней ум достигает Бога. Это означает Мокшу. Пока слышатся звуки (Анахат), в уме существует Акаша Таттва. Пока слышится звук Анахат, существует ум. Как только звук Анахат становится Беззвучным Звуком, преобладает Брахманубхути или Атманубхути.

Нада со звуком растворяется в Акшара Брахмане. Лишь этот Беззвучный Звук называется Высшей Обителью. Когда ум оставляет тонкий звук и следует к Беззвучному Звуку, ум и Прана вступают в Ниракара Брахмане в состояние Лайя.

Ум, который становится единым с Надой, подобно молоку, разведённому водой, достигает единения с Надой Чидакаши. В этот момент преобладает десятый звук - гром. Затем, как только Светлая Высшая Лучезарность обнаруживает свою природу, в этот момент громоподобный звук становится Беззвучным Звуком, появляется Брахма Джнана или Атма Джнана.

### Глава 14. Священная Пранава

#### 14.1. Священный Ом

Ом есть слово силы,

Ом есть священный слог,



Ом есть мистическое слово,  
Ом является Бессмертным Акшарой,  
В Ом покоится мир,  
В Ом мы живём и движемся,  
В Ом мы идём отдыхать,  
В Ом мы находим то, что ищем.  
Пойте Ом ритмично,  
Пойте Ом громко,  
Кричите Ом с силой,  
Повторяйте Ом мысленно.  
Берите силу из Ом, Получайте вдохновение от Ом.  
Получайте энергию от Ом,  
Поглощайте блаженство из Ом.  
Славьте ОМ,  
Победа – Ом,  
Хосанна – Ом,  
Привет – Ом.  
Поклонение – Ом,  
Приветствие – Ом,  
Падайте ничком перед Ом,  
Преданность – Ом,  
Полагайтесь на Ом,  
Размышляйте об Ом,  
Концентрируйтесь на Ом,  
Медитируйте на Ом.  
Ом! Ом! Ом!

#### 14.2. Сладостный Ом

Ом является словом силы,  
Ом является священным слогом,  
Ом есть Высшая Мантра,  
Ом есть символ Брахмана,  
Ом есть Сохам,  
Ом есть Ом Тат Сат.  
Ом – источник всего,  
Ом –местилище Вед,  
Ом – основа языков,  
В Ом сливается вся Троица,  
От Ом произошли все звуки,  
В Ом существуют все предметы.  
О Сладостный Ом! Могущественная Пранава!  
Жизнь моей жизни,  
Лодка для пересечения этой Самсары,  
Предвестник Вечного Блаженства,  
Мой Спаситель и Избавитель!  
Руководи мной и веди меня  
К Брахману, скрытому мудрецу!

#### 14.3. Нада есть Звук

Нада есть Звук.

Ом есть Нада Брахман.  
Веда есть Нада Брахман.  
Звук есть вибрация.  
Название неотделимо от формы.  
Форма может исчезнуть.  
Но название или звук останется.  
Ом есть первая вибрация звука.  
Мир вышел из Нады или Ом.  
В Пралае все звуки сливаются в Ом.  
Звук вибрации бывает грубый и тонкий.  
Качество Акаши есть звук.  
Акаша есть бесконечность.  
Таким образом вы можете заполнить ухо бесконечным звуком.

#### Глава 15. Нада-Бинду Упанишада или Ригведа

Слог А считается его (птицы Ом) правым крылом; У – левым; М – хвостом, а Ардхаматра (пол-ритма), говорят, является его головой.

(Раджасические и Тамасические) качества – его ноги (до поясницы);

Саттва – его (основная часть) туловище; Дхарма – его правый глаз, а Адхарма – левый.

Бхурлока расположена в его стопах;

Бхуварлока – в его коленях;

Сварлока – в его пояснице и

Махарлока – в его пупе.

В его сердце расположена Джаналока;

в горле – Таполока и

в центре лба между бровями – Сатьялока.

Затем за пределами Сахасрары (тысячи лучей) следует Матра (или Мантра).

Адепт Йоги, который оседлал Хамсу (птицу) таким образом (созерцанием Ом), не подвержен воздействиям Кармических влияний или десяткам сотен грехов.

Первая Матра имеет Агни в качестве Дэваты (председательствующего божества);

вторая – Вайю в качестве Дэваты;

следующая Матра представлена как сфера Солнца и, наконец,

Ардхаматра известна мудрецу как принадлежащая Варуне (председательствующему божеству воды).

Каждая из этих Матр имеет три Калиы (части). Это называют Омкара.

Узнают её с помощью Дхараны, т.е. концентрации на каждой из двенадцати Каль или вариантов Матр, созданных различными Сварами (или интонацией).

Первая Матра называется Гхошини;

вторая – Видьюнмали (или Видьюнматра);

третья – Патангини;

четвёртая – Вайювегини;

пятая – Намадхея;

шестая – Айндри;

седьмая – Вайшнави;

восьмая – Санкари;

девятая – Махати;

десятая – Дхрити;

одиннадцатая – Нары и

двенадцатая – Брахми.

Если человек, бывает, умирает в первой Матре (пока концентрируется на ней), он вновь рождается в качестве великого императора в Бхаратаварше.

Если во второй Матре – он становится великим Якшей;

в третьей Матре – Видьядхарой;

в четвёртой – Гандхарвой (эти существа – божественные хозяева).

Если он случайно умирает в пятой Матре (Ардхаматра), он живёт в лунном мире в звании необыкновенно прославляемого Дэвы.

В шестой он сливается с Индрой;

в седьмой он достигает места Вишну;

в восьмой – Рудры, Бога всех творений.

Если в девятой – Махарлоки;

если в десятой – Джаналоки;

если в одиннадцатой – Таполоки и

в двенадцатой – он достигает вечного состояния Брахмы.

Должен быть познан тот, кто находится за пределами этих – Парабрахман, который за пределами (вышеприведённых Матр), чистый, всепроникающий, находящийся за пределами калы, вечно сияющий, являющийся источником всего Джьоти (света).

Когда ум выходит за пределы органов и Гупты и поглощён, он не имеет отдельного существования и не имеет умственной деятельности, тогда (гуру) должен инструктировать его (для его дальнейшего курса развития).

Человек, всегда вовлечённый в созерцание и всегда поглощённый им, должен постепенно оставлять своё тело (или семью), следуя курсу Йоги и избегая всех сношений с обществом.

Затем он, будучи освобождённым от оков Кармы и существования, как Джива, и будучи чистым, наслаждается высшим блаженством с помощью своего достижения состояния Брахмы.

О благоразумный мужчина, всегда тратить свою жизнь на познание высшего блаженства, услаждая всю свою Праабдху (та часть прошлой Кармы, которой сейчас наслаждается), без какого-либо недовольства (этим).

Даже после пробуждения (в человеке) Атмаджнаны (знания Атмы или Я) Праабдха не покидает (его); но он не чувствует Праабдхи после восхождения Таттва-джнаны (знания Таттвы или истины), поскольку тело и другие предметы Асат (нереальны), подобно вещам, увиденным во сне проснувшимся человеком.

Та (часть) Карма, которая совершена в предыдущих рождениях и называется Праабдха, не воздействует на человека (Таттваджнани), если для него нет повторного рождения.

Поскольку тело, существующее в состоянии сна, не соответствует этому телу. Где тогда рождаться повторно вещи, которая иллюзорна? Как может вещь иметь какое-либо существование, когда (для неё) не существует рождения?

Подобно тому, как глина является материальной причиной горшка, так же человек учится у Веданты, что Аджнана есть материальная причина вселенной; и когда Аджнана перестаёт существовать, где тогда находится космос?

Подобно тому, как человек по незнанию принимает верёвку за змею, так же глупец, не зная Сатьи (вечной истины), воспринимает мир (как истину).

Когда он узнаёт, что это кусок верёвки, иллюзорная идея змеи исчезает.

Точно так же, когда он узнаёт вечный субстрат всего, и, следовательно, вся вселенная становится (для него) пустотой, где тогда для него находится

Парабдха, тело, будучи частью мира? Следовательно, слово Парабдха используется (только) для просвещения невежественных.

Затем, поскольку Парабдха со временем изнашивается, он, являясь звуком-результатом союза Пранавы с Брахманом, который является самой абсолютной лучезарностью и который является дарителем всего доброго, сам сияет, как Солнце в безоблачном небе.

Йог, находясь в Сиддхасане (позе) и выполняющий Вайшнавимудру, должен всегда слышать внутренний звук через правое ухо.

В начале своей практики он слышит много громких звуков. Постепенно они возрастают по высоте и воспринимаются всё более и более тонко.

Вначале звуки подобны производным океана, туч, литавр и водопадов; в средней (стадии) – они подобны производным Мардали (музыкального инструмента), колокола и рога. В последней стадии – они подобны производным звенящих колокольчиков, флейты, Вины (музыкального инструмента) и пчёл. Итак, он слышит много таких звуков, всё более и более тонких.

Когда он приходит к стадии, когда слышен звук больших литавр, он должен стараться различить лишь более и более тонкие звуки.

Он может менять свою концентрацию от грубого звука к тонкому или от тонкого к грубому, но он не должен позволять своему уму отвлекаться от них на что-то другое.

Ум, вначале сконцентрированный на любом одном звуке, твёрдо фиксируется на нём и поглощается им.

Если (ум), становясь нечувствительным ко внешним впечатлениям, становится единым со звуком, как молоко с водой, тогда он быстро становится поглощённым в Чидакше (Акаше, где преобладает Чит).

Будучи безразличным ко всем объектам, Йог, контролируя свои страсти, должен непрерывно практиковать концентрацию своего внимания на звуке, и (тогда) его Читта становится поглощённым им.

Как пчела, пьющая (лишь) мёд, не беспокоится о цвете, так и Читта, который всегда поглощен в звуке, не стремится к чувственным объектам, поскольку она связана сладким ароматом Нада и отрекается от своей перелётной природы.

Змея-Читта, слушая Наду, окончательно поглощается ею и, становясь не сознающим ничего, концентрируется на звуке.

Звук служит для цели контроля над бешеным слоном-Читтой, который бродит в саду удовольствий чувственных объектов.

Это служит цели поймать оленя-Читту, а также создать берег для волн океана Читты.

Звук, исходит из Пранавы, которая есть Брахман, лучезарной природы. Ум становится поглощённым в нём – это высшее место нахождения Вишну.

Звук существует, пока существует концепция Акаши (Акаша-санкальпа). Вне его находится (Ашабда) беззвучный Парабрахман, являющийся Параматмой.

Ум существует до тех пор, пока есть звук, но с его (звука) уменьшением наступает состояние Унмани Манаса (состояние выше ума).

Звук поглощён в Акшаре (неразрушимом), и беззвучное состояние есть высшее место.

Ум, который вместе с Праной (Вайю) имеет (своё) Кармическое влечение, разрушен постоянной концентрацией на Наде и поглощается незапятнанным Одним. В этом нет сомнения.

Многие Мириады Над и гораздо больше Бинду (все) становятся поглощёнными в звуке Брахма-Пранавы.

Освободившись от всех состояний и всех мыслей, Йог остаётся словно мёртвым. Он есть Мукта. В этом нет сомнения.

После этого он не слышит звуки раковины или дундубхи (больших литавр). Тело в состоянии Унмани, определённо, напоминает бревно и не чувствует жару или холод, радость или печаль.

Йоговская Читта, отказавшись от славы или позора, находится в Самадхи выше трёх состояний.

Освободившись от состояния бодрствования и сна, он достигает своего истинного состояния.

Когда (духовный) взгляд становится фиксированным без наблюдения какого-либо объекта, когда Вайю (Прана) достигается без какого-либо усилия и когда Читта становится твёрдым без какой-либо поддержки, он становится формой внутреннего звука Брахма-Пранавы.

Такова Упанишада.

## Глава 16. Тягараджа на Надопасане

Весьма интересной и наиболее популярной среди форм Надопасаны является Сангита (Музыка). Это в Сангите или Санкиртане встречаются все противоположности Шреи и Преи. Шрея – это то, что ведёт к Вечному Добру человека, т.е. Самореализация. Прея – то, что непосредственно приятно. Обычно считают, что то, что есть Прея, – не Шрея, и наоборот. Но здесь, в Сангите или в Санкиртане, Шрея и Прея находят друг друга. Сангита ласкает слух, являясь богатым развлечением для ума и чувств, настолько большим, что чувства и ум приручаются и контролируются ею; в Сангите облагораживается душа и внутри обнаруживается Я. Следовательно, музыка считается лучшей формой Надопасаны.

Он первый среди музыкантов, главный среди композиторов, бриллиант среди святых – Бхакта Широмани, кто обожает Бога сладостной, душевной и совершенной музыкой – Шри Тягараджа, чьи вдохновляющие песни превозносят Бога Раму и фундаментальные истины духовной жизни, покоятся по всей Индии каждым любителем музыки для вдохновения и развлечения, постоянно подчёркивая божественное величие музыки. Он снова и снова подчёркивает, что музыка – не только пища для одних чувств, но пища для души.

Тягараджа говорит в Крити "Надопасана": "С помощью Надопасаны существует Тримурти, авторы-мудрецы великих священных писаний, Махариши, выдвигающие на обсуждение Дхарму; провидцы – мастера искусств и наук и те, кто предан музыке с её тремя интегральными частями: Бхавой, Рагой и Талой, - все они – знатоки в Надопасане." Эту великую истину стоит помнить, как все наши великие священные писания: Веды, Смрити, Пураны и т.д., все они ведут к музыке и являются метрическими сочинениями. В них есть ритм, размер и мелодия. Сама Веда, в особенности, не имеет себе равных в музыке. Поэтому Шри Тягараджа считал всех Махариши и провидцев Надопасаками.

Тягараджа говорит: "Знание музыкальной науки способно подарить вам состояние Сарупья" (в своей Крити: Сангита Шастра Джнана). Почему? Потому, что "все звуки вышли из Ом" (в его Крити "Надасудха"). Он продолжает: "Этот нектар (Сангита), который является сущностью Пранавы – Ом-кары, которая сама по себе является сущностью всех Вед, Агам, Шастр и Пуран – может устранить все ваши страдания и подарить вам вечное блаженство." Он венчает своё заявление замечательными словами: "Это Сангита принимает форму Рамы в этом мире". Поэтому в другой Крити он говорит, что тот, кто поклоняется Богу через Сангиту, достигнет Сарупья Мукти. Для Сангиты, идентичной с Богом; и в соответствии с истиной, что вы становитесь тем, на ком вы внимательно медитируете, Надопасана становится Надасварупой или Богом.

Сангита – не просто приятное щекотание нервов. Это Йога, подчёркивающая эту истину. Шри Тягараджа говорит в своей "Шрипаприе": "Музыка, состоящая из семи Свар, является сокровищем

для великих Тапасвинов, которые обладают невозмутимой Тапа Трайей (Адхьятмик, Адхидайвик и Адхибхаутик Тапас)."

Фактически Тьягараджа приходит к заключению, что Мокша невозможна для того, кто в себе не имеет музыки! Он говорит в "Мокшамугаладе": "Есть ли Мокша для тех, кто не имеет знаний о музыке, основанной на Бхакти, кто не осознаёт истины, что Сапта-Свары произошли от Пранавы, которая рождена от союза Праны и Агни, и кто желает приятную мелодию Ви'ны, но не понимает Шива-Таттву?" Итак, пока музыка не возвеличена до статуса истинной Садханы для Мокши, Тьягараджа неустанно утверждает, что простое повторение звуков не дарует певцу Мокшу и что реализации Источника и Цели музыки следует искать далее.

Если человек осознаёт эту истину, он достигает Дживанмукти. Тьягараджа говорит в своей "Рагасудхарасе": "Пейте нектар Раги и становитесь просветлённым. Любые Сиддхи, наиболее трудная практика, подобная Яге, Йоге и т.д., может быть дарована вам; вы легко это получите с помощью Надопасаны. Те – Дживанмукты, кто осознал, что Музыка есть не что иное, как Омкара, рождённая от Я и которая имеет Наду в качестве своего тела, - этой Музыке поклоняются с помощью Сапта-Свары, которая сама имеет Форму Садашивы." Следовательно, Садхака убеждён в необходимости осознать Шива-Таттву, являющуюся Субстратом для музыки.

Нельзя не отдать дань глубокого уважения тому замечательному вниманию, которое Тьягараджа уделяет Музыке, Надопасане в своей песне "Интаканнанандамеми", где он поёт: "Воспевая великие Имена в мелодичных мотивах и танцуя с радостью с одной целью – обладать своей Даршаной, – почему бы это не делать? Это ли не состояние, к которому стремятся даже мудрецы?" Для Тьягараджи сама Надопасана дарует Садхаку Адвайтическую реализацию. В этой же песне он говорит: "В тебе я постигаю мир, и я растворяю себя в тебе с моим ясным и просветлённым интеллектом."

Пусть все вы осознаете Я с помощью Надопасаны.

## Глава 17. Музыка-терапия

Музыка есть Шабда Брахман.

Замечайте силу нежных, сладких звуков,

Са, ри, га, ма, па, дха, ни, са.

Музыка чарующе успокаивает свирепого тигра.

Она плавит камни и сгибает баньяновое дерево.

Она восхищает, убаюкивает и энергетизирует.

Она возвышает, вдохновляет, укрепляет и усиливает.

Она вибрирует в памяти.

Она лечит неизлечимые болезни.

В бегущих ручьях слышна музыка.

В крике детей слышна музыка.

Музыка – во всех вещах, если у вас есть уши.

Человеку нужна музыка, чтобы расслабиться и возвыситься.

Преданный сидит со своей Экатарой, Тамбурой,

Чтобы растворить в тишине свой ум в своём Боге.

Нарада Риши скитается в трёх мирах

С тамбурой в руках, распевая:

"Шриман Нараяна, Нараяна, Нараяна".

Музыка помогает поклоняющемуся соединиться с Богом.

Она быстро делает ум однонаправленным.

Музыка Анахат укрепляет ум.

Слушайте её ежедневно и растворите ум в тишине.

Практикуйте Йони-Мудру, чтобы слышать Анахат.

С помощью упорной практики войдите в Самадхи.

Музыка есть Нада Брахман. Сама Веда – полна музыки высшего класса. Равана пел Сама Веду и умилиствовал Бога Шиву.

Бхава, Рага и Таля – три составляющих понятия Нада Лайи, которая ведёт к Нада Брахману.

Гита, Вадья и Нритья – втроём составляют Сангиту, которая предлагается в услужение Богу.

Музыка очаровывает ум. Музыка возвышает ум до величественных высот божественного великолепия. Музыка вызывает Лайю или растворение ума в Брахмане или Абсолюте.

Гармония, Вина, Ситара, Сарангхи, Дильроба, скрипка, Виллю, Яль, Сварамандаль, Хари и т.д. являются различными музыкальными инструментами, выражающими разные мелодии, которые помогают процессу Лайи.

Музыка – помощник в лечении болезней. Музыка обладает сверхъестественной силой над болезнями. Гармоничный ритм, вызванный приятной музыкой, обладает привлекательным свойством. Он отгоняет болезнь. Болезнь уходит, сталкиваясь с музыкальной волной. Они смешиваются вместе и исчезают в пространстве.

Музыка успокаивает мозг и нервы. Она успокаивает весь организм. Она стимулирует, энергетизирует, укрепляет, возбуждает и оживляет всё тело. Она воздействует на эмоции и поднимает импульсы для действия и посредством этого влияет на все жизненные функции. Она состоит из серии гармоничных вибраций, электрических по своей природе.

Музыка снимает нервное напряжение и восстанавливает нормальные функции в тех частях тела, которые были подвержены напряжению.

Музыка необыкновенно полезна в лечении нервных заболеваний, бессонницы и т.д.

Когда человек находится в состоянии упадка духа или страдания, музыка обладает огромной силой создавать удобство и утешение.

#### Глава 18. Учение о Тхаан

*Свами Нада Брахманандаджи, Редкого Мастера  
(Шри Свами Чидананда)*

Пропусту говоря, Термин Тхаан подразумевает музыкальное вокальное исполнение певцом, представленное или в форме Сахитья, или с помощью Алапаны. Он обычно состоит из цепи искусно подобранных моделей, которые или ведут к внезапной кульминации, или синхронизированным наиболее чётким координированным или грациозно созданным циклам, ведущим к логическому заключению, которое может быть предвкушено с точностью опытным слушателем с тренированным слухом и музыкальной зрелостью. Здесь можно выделить два момента: 1) что Тхаан – средне выполненное соло вокалиста и 2) процесс колебания, написанный нотами, в котором певец не произносит Свару или музыкальную ноту, а просто модулирует её. Каждая форма Тхаан сама по себе есть единица или, вернее, единичная серия нот, связанных вместе в форму завершённой модели. Это наиболее выполнимо с быстротой, совершенно и точно выбрано время, когда курс песни (Гит) совершается с определённым Тал. Можно заметить, что Тхаан и его варианты, Ульта-пульта, всегда выполнимы только в Чаупат или высоком "Каалаас" или темпах, а не в первых двух низких темпах или Чаука и Мадхьяма Калас, как они известны в Дакшинадхи или южных школах. Способ, используемый в "Вистхаре" (музыкальной разработке) в этих двух Калах, обычно принимает форму Алап, Гамак и Кхатак. Первая – Алап – имеется в Виламбит или Чаука Кала. Вторая и третья – Гамак и Кхатак – есть в Дуппат, приближающейся к Мадхьяме, известной также как вторая Тхала.

Учение о Тхан хорошо представлено у Тхан Сена, Мастера-певца, который процветал в период расцвета Империи Моголов под руководством великого Акбара. Тхан Сен был придворным музыкантом Акбара и большим любимцем императора. Он развил эту запутанную науку до высшего совершенства. На бесчисленные Тханы, созданные Тхан Сеном, претендовали его последователи числом до 49 "крор" (крор = 100000). Какова степень действительности этого заявления – неизвестно, однако неоспоримо, что подаривший мастер, достигший высших Сиддхи в Сангите, остался позади бесчисленных Тхан, для процветания написанных в объёмных рукописях, некоторые из которых, говорят, были под тесной опекой ряда музыкантов, произошедших от него. Они определяли свой стиль как принадлежащий к "Тхан Сен Гхаране". Живым великим представителем учения Тхан является Свами Нада Брахмананда.

Свами Нада Брахманандаджи достиг редкого мастерства в этой наиболее трудной науке необычайно усердной и трудной тренировкой под руководством мастеров Тхан Сен Гхараны. В основном он получил свои знания упорной тренировкой у двух мастеров: 3 года – у почтенного Алладья Кхан из штата Колхапур и в течение остальных 10 лет – у старого Тата Буа из Бенареса. Это были годы неустанного труда, тренировки, личного служения и трудовой практики. Нада Брахманандаджи занимался день и ночь. Он почти не спал. Он занимался до раннего утра. Теперь он достиг такого уровня мастерства в этой области, что сегодня считается уникальным феноменом среди представителей. Он проявляет изумительный контроль над вокальной системой. Манипулируя своей артикуляцией наиболее сложным образом, он способен создать Тхан изумительных типов, чему едва ли можно научить способных людей.

Секрет гения Нада Брахманандаджи, можно сказать, заключается в его контроле над редкостной вибрацией и её распределением с помощью воли в любой части тела. С помощью этой техники различные болезни, поражающие разные части тела, могут быть излечены и предупреждены этой внутренней вибрацией. Импульс вокальной вибрации может быть направлен в любую часть тела от конечности или туловища, как поток электричества. Характерной чертой является тот факт, что вокальная вибрация направляется в том же темпе, соответствующего Тхан, что и производится певцом в данный момент. Свами Нада Брахманандаджи сам является живым примером этого и не знал ни одного дня болезни.

Ниже перечислены некоторые Тханы из репертуара Шри Свами Брахманандаджи:

Ратт Тхан: Это произносится в центре горла быстрой вибрацией голосовых связок, которые соединяются вместе быстрыми захлопывающими движениями в горле. Звук получается короткий, прерывистый, дающий эффект стаккато. Он очищает всю флегму. Практикант освобождается от "Капха" Роги или болезни, вызванной диспропорцией флегматической жидкости (флегма – слизь) в области груди и выше.

Джала-ка-тхан: Это производится центральной частью области горла в передней части шеи и заключается в манипуляции адамовым яблоком необычным способом, приводя его в колебательное движение с предельной скоростью. Звуки, вызванные таким колебанием, напоминают звуки повторного эхо готического собора – многочисленных отражений вибрации от арок и потолка. Джала-ка-тхан – надёжное оружие в руках вокалиста. Это желанный прием голосового культуриста. От простого высокого горла до спастических и воспалительных состояний гортани – таковы показания для практики этой Тхан. В отличие от "Ратт Тхан", здесь мелодия менее жертвенная.

Андолан Тхан: Теперь расположением является полость рта. Андолан – вибрационное обозначение, вызываемое увулей или малым язычком; он приводится в движение с невероятной скоростью. Отсюда значение названия Андолан, что означает "подвешенное качание", чем фактически является увуля. Этот Тхан лечит все разновидности сухого кашля,



вызванные местным раздражением горла и нёба, но не флегмой. Это упражнение поднимает звук на новый, приятный уровень.

От Тхан: Это Тхан, созданный только манипуляцией губ или От. В выполнении этого Тхан объём звука ещё более ограничен. Это оказывает стимулирующий эффект на всю передне-челюстную область резцов и коренных зубов. Тонизируются корни зубов. Отсюда у занимающегося обеспечивается здоровье рта.

Насика Тхан: В этом Тхане вибрации локализованы в носовых проходах сразу ниже переносицы. Это создаёт сильное сотрясение этой области и действует как сильное очищающее и тонизирующее средство. Это побеждает простудные заболевания, насморк и риниты. Это ликвидирует аденоиды. Это нечто подобное "Нети-Крия" без использования шнурка или воды; иными словами, "Шабда-Нети", если так можно выразиться.

Бада Джиб-ка-тхан: Как следует из названия, этот Тхан производится с помощью приведения в вибрационное состояние языка. Утверждают, что регулярное выполнение этого Тхан ликвидирует заикание и запинание.

Данта Тхан: при выполнении этого Тхан производятся быстрые движения нижней челюстью из стороны в сторону с созданием звуковой вибрации. Звуки издаются прямо из горла. Они вытекают, как простые звуки без "Гамак" или дрожания, пока не достигнут зубов, и здесь в проходе между ними передаются певцом. Этот Тхан также способствует укреплению зубов.

Бина Джиб-ка-тхан: Здесь язык крепко зажат между зубами, а его кончик высовывается за пределы губ. Таким образом, все движения языка ограничены. В этом фиксированном положении певец создаёт свой Тхан быстрой и ритмичной вибрацией. Движение вовлекает корень языка.

Чхати-ка-тхан: Здесь голос с силой выбрасывается прямо из лёгких сильным импульсом из области груди. Это обычный приём на Гаваях. Тому, кто практикует Чхати-ка-тхан, нечего бояться сердечных заболеваний.

Пет-ка-тхан: Это могущественное упражнение, в котором практикующий тщательно сотрясает весь желудочно-кишечный тракт. Этот Тхан зависит от вибрационных движений диафрагмы и всей брюшной стенки. Прямые мышцы живота принимают активное участие в этом Тхане. Ни один человек, каким бы сильным он ни был, не в состоянии остановить движение желудка певца, какое бы давление на него он ни оказывал. Все органы живота укрепляются и тонизируются с помощью Пет-ка-тхан.

Тройная тренировка Тара, Мадхьяма и Набхи. Теперь мы покажем совершенный процесс, который задевает честолюбие почти всех вокальных мастеров. Это создание звука на трёх высотах. В Тара Сварек Свами Нада Брахмананда локализует голос вибраций наиболее невыразимым образом наверху своей головы. Он делает это таинственным способом. Если в момент выполнения этого Тара Тхаана, человек кладёт свою кисть на макушку головы певца, то пугается, обнаружив под рукой вибрации черепа, соответствующие Тхаану, находящемуся в данное время в состоянии выполнения.

Для Мадхья вибрация локализуется в центральной точке основания горла между ключицами в области, где они соединяются с грудиной. Какой бы Тхаан певец ни создавал своим голосом, держащаяся в этом состоянии Мадхья ощущается только в этой точке.

Отсюда певец внезапно опускается вниз, словно для того, чтобы достичь точки основания артикулируемого звука. Теперь кажется, что голос исходит из глубины области Набхи или пупа. Остановившись на этой Набхи Сваре, мы увидим его исполняющим с тем же мастерством опять все сложные Тхааны, Ульта-пульта в форме "Бол" и "Кхат".

Этот тройной Тхан – Тара, Мадхья и Набхи – Нада выполняет легко, резко переключаясь с одной высоты на другую, восхитительно и удивительно, совершенно свободно и под контролем. Эта трудная тройная Садхана обладает таинственными эффектами и полезна всему организму практиканта. Дыхательные вибрации помогают пробудить различные

скрытые силы в теле, давая большую силу сопротивления болезням и даруя ему особый иммунитет.

Кундалини Тхан: Это таинственная и неизвестная разновидность, где вибрации идут глубже, чем центр их выпуска, т.е. Набхи. После семи лет Абхьясы, проведённых впустую для достижения этого Тхан, Мастер полностью от него отказался, но его вступление в духовную жизнь под руководством Божественного Маха Пуруши, Свами Шиванандаджи Махараджа, зажгло его свежим рвением заниматься практикой. И с помощью некой таинственной силы, в течение нескольких месяцев дневной и ночной Абхьясы, Свами Нада Брахмананда достиг Сиддхи в Кундалини Тхане. Это произошло вскоре после его посвящения в святой орден Санньясинов Гурудевом Свами Шиванандой Махараджем.

Кундалини Тхан приводит в действие определённые внутренние потоки Праны или Нади, обычно неактивные у большинства существ. Во время этого Тхан вибрации истекают только от центра – Муладхары у основания позвоночника. Вся система успокаивается и приходит в состояние покоя. При этом кажется, что вся вокальная система отдыхает и ни одна часть выше Набхи не вовлечена в создание звука. Кажется, что он исходит неизвестно откуда. Мягкий румянец мира и безмятежности покрывал лицо Свамиджи, когда он вовлекался в производство Кундалини Тхан.

Исполнение Кундалини Тхан требует некоторого времени предварительного пения. Он не может быть выполнен спустя рукава в указанный момент. Только когда голос певца согреется и Нада оживит всю систему, он может попытаться выполнить Кундалини Тхан. Он производит мистический успокаивающий эффект даже на слушателя, чей ум постепенно пленяется и захватывается этим низким и жужжащим Надой. В это время казалось, что чувство экстаза овладевало СвамиНада Брахманандаджи, который говорил, когда его спрашивали, что даже кроткая практика этого Кундалини Тхана оказывает на него странное, неопишемое, цельное удовлетворение во всём его существе. Он говорил: "Я чувствую себя, словно голодный человек, который только что отпировал."

Эффект Кундалини Тхан больше психический, чем физический. Он очищает все тонкие, внутренние Пранические потоки или, иными словами, "Сарва Нади Шуддхи".

Особый подвиг: Особое упражнение демонстрировал нам после усердной трудной практики Свами Нада Брахманандаджи, демонстрируя поразительный контроль над Нада-Шакти. Это уникальный приём, в котором он посылал вибрации вокального Нада в отдалённые части тела по собственной воле. Когда он направлял быстрый вибрационный импульс Тхан по руке, импульс шёл от центра локализации звука прямо вдоль руки к её концу, где он заставлял сухожилия быстро сокращаться в ритме Тхан и расслабляться. Даже несколько сильных молодых людей, крепко сжав руку Нада Брахманандаджи от плеча до запястья, были не в состоянии препятствовать этому Праническому импульсу, возникающему от силы быстрого Тхан. Этот феномен поставил в тупик даже учёных медиков, которые сами присоединились к сжатию его руки.

В завершение хочется сказать ещё несколько слов относительно упомянутых выше Тханов. Большинство из них заключает в себе чистую Садхана Видью. Они обычно не совершаются в ходе публичных музыкальных выступлений. Больше того, первоначально они практиковались приверженцами Сангита Шастры как важная часть тренировки. Они предназначались для достижения контроля над дыханием и для совершенствования голосовой культуры. Их Абхьяса в природе личной практики заключала в себе сильное и запутанное упражнение. Это подобно демонстрации мастеров бокса или акробатики, исключительно ради демонстрации общего конечного совершенства контроля, равновесия и действия в его особом действии и особых чертах. Поэтому их видно как чисто субъективное дело музыканта и его практики, как составные части его внутреннего развития на трудном пути к совершенству. Было бы

ошибкой искать мелодию в большинстве этих Тханов. Тем не менее, некоторые из них имеют определённую музыкальную ценность одновременно с их ролью в сфере дыхательного контроля и обработки голоса.

Теперь, поскольку мы рассмотрели чисто технические и терапевтические аспекты Тхан, мы попытаемся увидеть также музыкальный аспект. В каком отношении практика Тхан способствует культуре настоящей музыки и какую роль она играет в наделении артиста даром красивого голоса с его волнующим богатым тоном и тембром, мы сейчас увидим. Мы можем сказать, что с музыкальной стороны Тхан заключает в себе несравненную основу для достижения сладости тона, приятной мелодии и великолепной музыки.

Три вещи обеспечивают истинное величие музыканту; его успех пропорционален степени, в которой он овладел этими тремя факторами. Это, во-первых, высота с её тремя градациями Тара Стайи (октава), Мадхья Стайи и Мадхара Стайи. Во-вторых, объём голоса, в основном с помощью модуляций, которыми артист может выразить различные тонкие оттенки Бхавы. В-третьих, темп. Здесь Тхан Садхана оказывает прекрасную помощь музыканту и, можно сказать, является абсолютно необходимым реквизитом для того, кто действительно серьёзен и предан прогрессу в культивации голоса и контроле над ним. Итак, Садхана несравненна в своей способности обеспечить певцу достижение мастерства контроля над вышеупомянутыми тремя факторами: высотой, объёмом и темпом. Это наиболее эффективное средство для развития певцом объёма своего голоса и обретения контроля над Праной или дыханием. Это идеальная основа для создания сверхструктуры совершенной и восхитительной музыки, т.к. она вызывает трепет и захватывает слушателей своей очаровательной мелодией, богатством, превосходным мастерством техники и великолепным музыкальным объёмом.

Можно сказать, что истинного мастера можно определить по его способности петь хорошо на всех трёх высотах: Тара Стайи, Мадхья Стайи и Мадхара Стайи. Это следует выполнять с лёгкостью, грациозностью и совершенством. Он должен обладать способностью быстро и безошибочно переключаться с одной высоты на другую. Не должно быть погрешностей в его быстром проходе с одной высоты на другую, а также в его создании в то же время Сахити в каждой отдельной высоте. Трудная практика Тхаан Садханы окажет неоценимую помощь музыканту в приобретении этого редкостного результата. Когда Тхан так правильно понимается, разумно и преданно практикуется, он является величайшим другом и помощником мудрого певца в его попытке достичь вершин совершенства в музыке.

## **Книга третья Крия Йога**

Простота (аскетизм), изучение священных писаний и самообуздание составляют Йогу Очистительного Действия.

### **Глава 1. Тапас**

С помощью Тапаса, умерщвления плоти, уничтожения нечистоты в теле и чувствах возникают психические силы.

С помощью Тапаса очищаются ум, речь и Индрии. Под Тапасом подразумеваются голодание и все остальные обряды, заложенные в Дхарма Шастрах, а также правила Ямы и Ниямы, Асана, Пранаяма и т.д. В 17 главе Гиты в трёх Шлоках с 14 по 16 описаны 3 вида Тапаса: Тапас тела, речи и ума. Психическими силами являются восемь Сиддхи, Анима, Махима и т.д. Все эти Сиддхи можно приобрести с помощью упорной практики Тапаса. Ману говорит: "Тот, чья речь и ум чистые и всегда сдержанные, получает все плоды, предписанные Ведантами." С помощью выполнения Тапаса могут быть уничтожены все Клеши (недуги) и нечистоты.

#### **1.1. Что такое Тапас?**

То, что очищает нечистый ум, есть Тапас. То, что подавляет низкую животную природу и порождает божественную природу, есть Тапас. То, что очищает ум, разрушает похоть, гнев, алчность и т.д., есть Тапас. То, что вызывает Брахма Теджас и уничтожает Асурическую или дьявольскую природу, есть Тапас. То, что уничтожает Тамас и Раджас и увеличивает Саттву, есть Тапас. То, что укрепляет ум и фиксирует его на Вечном, есть Тапас. То, что прекращает исходящие тенденции, сосредоточенность на внешних предметах или Бахирмукха Вритти и вызывает сосредоточенность внутри или Антармукха Вритти, есть Тапас. То, что разрушает Васаны, эгоизм, Рага-Двешу и порождает бесстрашие, распознавание и медитацию, есть Тапас. Тапас – это духовная дисциплина, Йогабхьяса или Брахмабхьяса. Тапас есть Брахма Чинтана, поклонение, Садхана и медитация.

Это третья Анга Ниямы в Раджа-йоге. Это один из трёх пунктов Крия-йоги. Тапас означает аскетизм или практику покаяния. Тапас – это бриллиант, подобный сверкающему огню. Тапас означает также обуздание чувств и медитацию. Тапас ведёт к контролю ума.

Стояние на одной ноге, подняв одну руку вверх долгое время, тоже есть Тапас. Но это Тамасический Тапас невежественного человека. Панчагни Тапас – это сидение посреди четырёх огней на палящем солнце, имея солнце, как пятый огонь. Это часто практикуют Вайрагины. Желания движут чувствами. Желания можно контролировать только тогда, когда чувства обузданы. Тапас уничтожает желания. Практикуйте разумный Тапас.

Тапас есть аскетизм, контроль чувств и медитация. Ученик сияет, как огонь (Тапаати). Его глаза блестят, его голос сладок и силен. Его тело сияет и прекрасно. Все привлекаются к нему. Он как магнит. Всё это благодаря его Тапасчарье. Тот, кто выполняет Тапас, есть Тапасвин. Тапасвины идут в Таполоку. Брахман выполнял Тапас, то есть медитацию, прежде чем Он создал вселенную. Он отражён в Своём великом плане творения. Это Его Тапас. Очищайте себя с помощью Тапаса, и вы достигнете конечной цели.

### 1.2. Формы Тапаса

Стояние в воде зимой – это низшая форма Тапаса. Стояние под жарким солнцем летом – другая низшая форма Тапаса. Жизнь на сладких листьях растения ним или сушёных листьях – другого вида Тапас. Скитание вокруг холмов Говардхана с Намаскаром – другая форма Тапаса. Тратака на солнце, хождение босиком, жизнь в обнажённом виде в снежных районах, голодание и Враты типа Чандраяна Врата, Экадаши Врата, Прадоша Врата, Кришчара Врата, Мауна или обет молчания, Ануштам, Пурашчарана, бодрствование и т.д. являются различными видами Тапаса.

### 1.3. Три вида Тапаса

Тапас бывает трёх видов: физический, устный и умственный. Брахмачарья, служение Гуру и мудрецам, практика Ахимсы или ненасилия – всё это Тапасы тела. С помощью силы Брахмачарьи Бхишма и Хануман совершали чудесные дела. С помощью силы целомудрия Дамаянти сожгла охотника; Анасуя превратила Тримурти в детей; Савитри вернула Сатьявана назад от Бога Ямы. Сила Брахмачарьи более могущественна, чем сила физического Тапаса. Говорить правду, соблюдать обет молчания, не вредить другим недобрыми или грубыми словами, говорить полезные слова, изучать священные писания – всё это Тапасы речи. Уравновешенность, умственное обуздание или Сама, чистота природы, однонаправленность ума, умственное счастье, жизнерадостность, чистота жизни – всё это Тапасы ума.

### 1.4. Отказ от Тапаса Абхиманы

Тапас Вишвамित्रы был Раджасического типа. У него был Тапас Абхиманы. Он был эгоистом и гордился своим Тапасом. Он всегда боролся с Саттвическим Васиштхой. В конце его гордость была подавлена. Оба отправились к Богу Брахме, творцу, чтобы определить: "Кто более великий

Тапасвин?" Брахма ответил: "Тот, кто приведёт ко мне Сурья Дэвату, есть великий Тапасвин." Вишвамित्रа приблизился к Сурье. Сурья сказал: "Приведи кого-либо, чтобы выполнить мою работу. Сейчас я пойду к Брахме." Вишвамित्रа не был в состоянии это сделать. Затем Васиштва послал своего Брахма Данду. Он сиял своим блеском и выполнял работу Солнца. Сурья подошёл к Брахме и выразил своё уважение. Вишвамित्रа в стыду опустил свою голову и молча поплёлся к своему жилищу. Следовательно, откажитесь от Тапаса Абхимана. Практикуйте Саттвический Тапас и оставьте Тамасический Тапас. Сделайте Тапас Саттвическим и уничтожьте эгоизм с помощью самообуздания или Атма-Бхавы.

#### 1.5. Умственный Тапас

Умственный Тапас более могущественный, чем физический Тапас. Тот, кто переносит жару и холод, выполняет физический Тапас. Он увеличивает свою силу выносливости, но он может быть неспособным перенести оскорбление. Он легко расстроится от грубого или недоброго слова. Он может отомстить или наказать "око за око, зуб за зуб". Он не контролирует ум. Он дисциплинировал только своё физическое тело. Поддерживать равновесие ума во всех случаях жизни, выносить оскорбления, вред, гонения, быть всегда безмятежным, удовлетворённым и спокойным, быть жизнерадостным в неблагоприятных условиях, иметь мужество при встрече с опасностью, иметь присутствие ума (духа) и воздержанность – всё это формы умственного Тапаса.

#### 1.6. Высший Тапас

Традиционно, поедание листьев ним, стояние в воде, сидение на жарком солнце, перенесение жары и холода, стояние на одной ноге с поднятыми руками и т.д. считается Тапасом. Люди говорят о таких личностях как о Тапасвинах. Они говорят: "Рам Брахмачари – великий Тапасвин, он живёт на листьях и не имеет одежды. Он совершает знойным летом Панчагни Тапас." Это всё формы физического Тапаса. С философской точки зрения, медитация является высшей формой Тапаса. Фиксация блуждающего ума на Боге или Брахмане является великим Тапасом. Вичара и Нидидхьясана являются высшим Тапасом. Исследование "Кто есть Я?" есть высший Тапас. Пратьяхара, Пранаяма, Дхарана и Самадхи, практика четырёх средств, Нававидха Бхакти – великий Тапас.

### Глава 2. Свадхья

С помощью изучения священных писаний приходит единение с покровительствующим божеством.

Свадхья – это изучение священных писаний, таких, как Гита, Упанишады, Рамаана, Бхагавата и т.д. Изучение должно осуществляться с концентрацией. Вы должны понимать, что вы изучаете, и стараться применять в своей повседневной жизни всё, чему научились. От вашего учения не будет пользы, если вы не будете стараться возвысить свою жизнь до уровня учения священных писаний. Свадхья включает также Джупу, повторение Мантр. Постоянное изучение и практика их в повседневной жизни приведёт к единению с Богом.

### Глава 3. Ишварапранидхана

С помощью самоотдачи приходит достижение Самадхи, сверхсознательного состояния.

Самоотдача должна быть свободной, совершенной, безусловной, щедрой. Тогда Самадхи придёт само. Эта Ишвара Пранидхана является высшей самоотдачей.

Атма Ниведана есть самоотдача. В Вишну Сахасранаме сказано: "Сердце того, кто нашёл прибежище в Васудеве, кто полностью предан Васудеве, становится совершенно очищенным, и он достигает Брахмана, Вечного."

Поклоняющийся предлагает Богу всё, включая своё тело, ум и душу. Он ничего для себя не имеет. Он теряет даже своё собственное маленькое я.

Он не имеет личного и независимого существования. Он отказывается от своего я ради Бога. Он становится частью Бога. Бог заботится о нём, и Бог обращается с ним, как с собой. Горе и печаль, удовольствие и страдание поклоняющийся воспринимает как дары, посланные Богом, и не привязывает себя к ним. Он считает себя марионеткой и инструментом в руках Бога. У него нет чувства эгоизма, поскольку у него нет эго. Его эго передано Богу. Это не его обязанность – заботиться о своей жене, детях и т.д., поскольку он сам не имеет независимого от Бога существования. Бог позаботится обо всех. Он знает, как вести мир по правильному пути. Не следует думать, что человек родился, чтобы вести мир. Бог контролирует всё, о чём человек даже не мечтает. Такой человек не имеет чувственных желаний, так как не имеет тела, поскольку передал его Богу. Он не обожает и не любит своё тело, поскольку это дело Бога смотреть за ним. Он только чувствует присутствие Бога и ничего больше. Он бесстрашен, поскольку Бог всегда помогает ему. У него нет врагов, потому что он отдал себя Богу, у которого нет ни врагов, ни друзей. У него нет беспокойства, поскольку он достигает всего, получая милость Бога. У него нет даже мысли о спасении; тем более он не хочет спасения, поскольку он просто хочет Бога и ничего, кроме Бога. Он удовлетворён любовью к Богу, для которой нет ничего недостижимого. Что нужно достигать, когда Бог послал Своё Милосердие поклоняющемуся? Поклоняющийся не хочет стать сахаром, а хочет быть вкусом сахара. Удовольствие во вкусе сахара, а не в становлении самим сахаром. Так поклоняющийся ощущает, что высшая радость больше в любви к Богу, чем в становлении Богом. Бог полностью позаботится о поклоняющемся. "Я – Твой" – говорит поклоняющийся.

Эта самоотдача означает Абсолютную Любовь к одному Богу. Нет ничего, кроме сознания Бога у поклоняющегося. Даже вопреки своим собственным желаниям поклоняющийся станет един с Богом и потеряет свою индивидуальность. Это закон бытия. Высшая Истина есть Абсолют, и душа поднимается через различные стадии сознания, пока не достигнет Абсолютного совершенства, когда она станет идентичной с Богом. Это кульминация всего стремления и любви.

В Бхагавадгите и Бхагавате имеется бесчисленное множество строф, устанавливающих истину, что самоотдача есть единственный путь для достижения Всевышнего. Кришна учит Арджуну, что одна лишь полная и исключительная самоотдача может дать ему мир и освободить его от всех грехов.

Тот, кто изучает Бхагавадгиту и Шримад Бхагавату, придёт к заключению, что очень важна полная самоотдача. Для самопожертвователя достигается уничтожение индивидуального сознания и приобретается Абсолютное Сознание. Это равнозначно Нирвикальпа Самадхи.

Поклоняющийся взмывает в состояние высочайшей Махабхавы и сливается с Богом. Волны в океане утихают. Искра становится единой с огнём. Луч поглощается Солнцем. Ум растворяется в Атме. Индивидуальность теряет себя в Абсолюте. Поклоняющийся становится единым с Богом. Мирское сознание исчезает в универсальном сознании. Человек становится Богом, и смертное становится Бессмертным.

#### Глава 4. Секрет отдачи

"Я устранию все страхи у всех существ, даже если они придут ко Мне только однажды в момент спасения; призывая их как Себя – это Мой обет". (Обет Шри Рамачандры).

Во всей Гите есть звенящие ноты, посвящённые этой отдаче и поклонению, абсолютно необходимым для достижения Божественного сознания. В действительности девять способов Бхакти (Нававидха Бхакти) можно свести к одному, а именно, к Атманиведане. Следующие Шлоки Гиты отпечатают в вашем уме важность преданности и самоотдачи.

"Исчезни в Нём всем своим существом, как в убежище, о Бхарата. С помощью Его Милосердия ты достигнешь мира и вечной обители покоя." (гл.18.62).

"Раствори свой ум во Мне, будь Моим поклонником, принеси Мне жертвоприношение, ляг распростёртым передо Мной, и ты придёшь ко Мне." (гл.18.65).

"Отбросив все обязанности, приходи ко Мне, как в убежище; не печалься, Я освобожу тебя от всех грехов." (гл.18.66).

65 и 66 Шлоки главы 18 – наиболее важные Шлоки в Гите. В них – суть учения Бога Кришны. Если кто-то может жить в истинном духе этих Шлок, он скоро реализует цель жизни. Это несомненно.

Самоотдача должна быть полной, щедрой, без остатка. Вы не должны поддерживать желание какого-либо удовлетворения. Мира говорит: "Я отдал всё своё сердце, ум, интеллект, душу, всё своё своему Гиридхару Гопале". Это совершенная самоотдача.

Истинный поклоняющийся не спросит у Бога даже Мукти. Пока тонкое желание освобождения засиживается в сердце, человек не может претендовать на титул истинного поклоняющегося Богу. Хотя желание освобождения – Саттвической природы, тем не менее поклоняющийся становится рабом Мукти. Он ещё эгоистичен и недостойн называться истинным любящим Бога. Он ещё не сделал полной, без остатка самоотдачи. Прощение Мукти – разновидность лицемерия. Может ли истинный поклоняющийся посмечь спросить что-то у Бога, когда он хорошо знает, что Бог является океаном любви и сострадания?

Настоящий поклоняющийся никогда не сетует на Бога. Грубый Бхакта говорит плохие слова о Боге, когда находится в беде. Он говорит: "Я совершил Джапу 2 500 000 раз. Я ежедневно изучаю Бхагавату. Тем не менее, Бог не милостив со мной. Он не устранил моё страдание. Бог слеп. Он не слышит моих молитв. Что за вид Бога – Бог Кришна? Я не верю в Него".

Настоящий Бхакта радуется в страдании, несчастье и нужде. Он всегда приветствует горе и печаль, поскольку он не может забыть Бога ни на секунду. Он твёрдо верит, что Бог всё делает только для его добра. Кунти Дэви молилась Богу Кришне: "О Боже! Давай мне всегда страдание. Только тогда я всегда помню о Тебе."

В Пури мудрец, полностью посвятивший себя Богу Хари, серьёзно заболел хронической дизентерией. Он стал совершенно беспомощным. Бог Хари в Пури ухаживал за ним месяцами в форме слуги. Закон Праарабдхи непреклонный. Никто не может избежать действия этого непогрешимого закона. Бог не желал Бхакте иметь ещё одно рождение для истощения его Праарабдхи. Поэтому Его поклоняющийся должен страдать от длительной болезни. Это было его Кармическое очищение. Но Он сам служил ему, как полностью преданный поклоняющийся. Посмотрите на неограниченное милосердие Бога. Он становится слугой Своих поклоняющихся, когда они целиком зависят от Него.

Самоотдача не означает удаление в лес или отказ от всех действий. Тамас или инерция – ошибочна для самоотдачи. Это досадная ошибка. Что требуется, так это внутренняя отдача. Эго и желание должны быть уничтожены. Это составит истинную отдачу. Раджасический ум становится упрямым при воздействии полной самоотдачи. Упрямство – великое препятствие для отдачи. Низкая природа вновь и вновь восстаёт, чтобы утвердить себя. Это воскрешение желаний. Желания на некоторое время становятся подавленными. Они вновь проявляют себя с удвоенной силой. Человек тащится туда-сюда этими желаниями. Верьте в Божественные возможности. Полностью посвятите себя Богу. Полностью верьте в Него. Пребывайте в мире. Все заботы, тревоги, беспокойства, беды и эгоистические усилия теперь закончатся.

Посмотрите на отдачу Прахлады и его веру в Бога! Он полностью подчинил себя Богу Хари. Ни одна мысль, кроме мысли о Боге, не занимала его ум. Он был полон Его Милосердия и благословения, хотя отец плохо с ним обращался. Он был сброшен с вершины утёса. Он был растоптан слоном. Он был отравлен. Его выбрасывали в море, связав ноги железной цепью. Кобры набрасывались на него. В его нос попадал ядовитый газ. Его бросали в огонь. На его голову лили кипящее масло. Но его вера в Нараяну не была поколеблена ни на чуть-чуть. Имя Нараяны всегда было на его устах. Такова должна быть вера каждого поклоняющегося.

Горячо молитесь Богу: "О Боже! Сделай мою волю сильной, чтобы противостоять соблазнам, контролировать мои Индрии и низшую природу, чтобы заменить мои старые дурные привычки и сделать мою отдачу полной и настоящей. Взойди на трон в моё сердце. Не оставляй это место ни на секунду. Пользуйся моим телом, умом и органами, как Своими инструментами. Подготовь меня к жизни в Тебе навечно!"

Откажитесь от всех идей обязанности и ответственности. Пусть теперь негибимо работает Божественная Воля. Это секрет отдачи. Вы почувствуете, как переменитесь. Это возвышенное состояние неопишимо. В вас произойдёт огромная перемена. Вы станете оболочкой божественного сияния. Вы утонете в неопишомом блаженстве, мире и радости. Теперь ваше старое маленькое я умрёт. Теперь вы – изменённое духовное существо. Ваша индивидуальная воля сольётся с космической волей. Теперь вы освещены божественным светом. Теперь растает всё невежество. Наслаждайтесь бессмертной божественной жизнью, где нет ни отчаяния, ни страха, ни голода, ни жажды, ни сомнения, ни заблуждения. Сияйте в Божественном Великолепии и Славе.

#### Глава 5. Самоотдача

Самоотдача есть Шаранагати, или Атма Ниведана. Это один из девяти способов Бхакти. Бхакта (поклоняющийся) начинает со Шраваны, или слушания Лил и Гун Бога, медленно восходит по различным ступеням лестницы Бхакти Йоги и в конце концов достигает высшего уровня, Атма Ниведаны. Воля поклоняющегося становится единой с космической Волей. Поклоняющийся становится единым с Богом и наслаждается всеми божественными Айшварьями (Вибхути). Восемь Сиддхи и девять Риддхи будут у его ног. Они стоят, сложив руки, готовые беспрекословно повиноваться приказам поклоняющегося. Поклоняющийся чувствует и видит Бога в каждом волосном фолликуле своего тела, в каждом атоме и молекуле. Это состояние – Ачинтья и Анирдешья (немыслимое и неопишемое). Бог говорит и работает через различные органы Своего Бхакты, поскольку его эгоизм полностью уничтожен. Препятствиями, стоящими на пути Самоотдачи, являются желания и эгоизм. Самоотдача должна быть полной, без остатка, щедрой и безусловной. Иногда поклоняющийся имеет определённые желания для своего собственного удовольствия. Поэтому он не способен сделать совершенную самоотдачу и иметь Даршан своего Иштам. Эгоизм очень негибкий и упрямый. Он как твёрдый гранит. Он должен быть расколот на куски постоянными ударами молотка Бхакты по резцу. Даже очень твёрдый алмаз расколется с помощью другого более твёрдого материала, и тонкая проволока будет продета в отверстие в алмазе, когда будет делаться ожерелье. Итак, эта твёрдая Антахкаран, или сердце должно быть пронзённым самоотдачей, и тонкая нить Бхакти должна пройти через сердце. Только тогда Бог займёт Своё место в сердце Своего поклоняющегося.

Даже предполагая Бога, поклоняющийся делает самоотдачу для себя. Это просто глупость. Он должен делать самоотдачу себя. Хорошо запомните эту точку зрения.

Тамас или инерция ошибочны для самоотдачи. В "Йога Сутрах" Патанджали есть афоризм: "Самадхи можно достичь с помощью отдачи маленького я и плодов человеческой деятельности к стопам Бога." Самоотдача – один из трёх разделов Крия-йоги. Опять же, Самоотдача – один из пяти пунктов в



Нияме. Крия-йога уничтожает пять Клеш (несчастий) и подготавливает ум к союзу с Богом.

Бог Кришна говорит в Своей Гите: "Отказавшись от всех обязанностей, ко Мне одному подойди без печали. Я освобожу тебя от грехов." Это – могущественная Шаранагати-мантра, которая поможет поклоняющемуся в достижении самоотдачи, если он постоянно держит в уме Бхаву этой Шлоки.

Это соответствует Шаранагати-мантре "Я отдаю себя Шри Раме" Бхакт Шри Рамы, "Я отдаю себя Шри Кришне" – Бхакт Бога Кришны, "Я отдаю себя Богу Нараяне" – Бхакт Бога Хари. Тот, кто с Бхав повторит вышеприведённые Мантры, будет вскоре благословлён Богом. Они смогут сделать совершенную самоотдачу.

Повторение этих формул: "Я – Твой, мой Бог; всё – Твоё; Тебе будет сделано" – поможет вам в получении Божественного милосердия и в воздействии самоотдачи. Даже если вы говорите один раз из глубины своего сердца, от центрального, внутреннего существа с однонаправленной преданностью, с сотней процентов своего ума или 16 аннами ума "Я – Твой, мой Бог", бездна, отделяющая вас от Бога, сразу будет перекрыта мостом. Ум, Читта, сердце, интеллект и душа все в сочетании должны гармонично способствовать отдаче. Только тогда самоотдача будет истинной, полной и совершенной. Если ум говорит: "Я – Твой, мой Бог", если Буддхи говорит: "Я – мистер Такой-то и Такой-то. Я – М.Л.С. Я знаю всё. Я – могущественный судья", если Читта говорит: "Я должна обладать Сиддхи, чтобы иметь то, что я хочу" и если душа говорит: "Я – великий поклоняющийся", – вы просто лицемер. Вы не сделали отдачи ни одного вида. Остерегайтесь моральной и духовной гордости. Майя принимает различные тонкие формы. Моральная и духовная гордость учеников – более опасна, чем обычная гордость богатством, силой и положением мирян.

## Глава 6. Шат Крии в Хатха-йоге

Шестью очистительными упражнениями являются Дхаути, Басти, Нети, Наули, Тратака и Капалабхати.

### 6.1. Дхаути

Очищение бывает двух видов – внутреннее и внешнее. Внутреннее очищение может совершаться различными способами. Здесь вы найдёте описание важного упражнения.

Возьмите кусок тонкой ткани в 3 дюйма шириной и 15 футов длиной (7,5 см на 4,5 м). Края должны быть хорошо обшиты и с боков не должны торчать концы ниток. Постирайте её с мылом и держите всегда чистой. Окуните её в тепловатую воду. Отожмите воду и помаленьку проглатывайте её с одного конца. В первый день проглотите около одного фута материи (30 см) и медленно извлеките её назад. После постепенной тренировки вы сможете проглотить всю длину, держа один её конец в руке. Подержите её в желудке несколько минут и затем медленно вытащите её. Не торопитесь и не вытаскивайте ткань с силой. Когда Крия окончена, выпейте чашку молока. Это своего рода протирание горла. Делайте это, когда желудок пуст. Хорошо выполнять это утром. Вполне достаточно, если вы будете практиковать это один раз в 4-5 дней. Это замечательное упражнение для тех, кто имеет вялую и флегматичную конституцию. Постепенная и регулярная практика излечивает Гульму, гастрит, диспепсию и все остальные болезни желудка.

### 6.2. Басти

Басти предназначена для устранения запора в кишечнике. Имеется две разновидности этого упражнения: Стхала Басти и Джала Басти.

Стхала Басти: Сядьте на пол, вытяните ноги. Теперь захватите кистями носки стоп. Это напоминает Пашимоттасану, но здесь вам не нужно наклоняться до тех пор, пока голова не коснётся коленей. Захватив пальцы

ног кистями, медленно сокращайте мышцы живота движением вниз. Сократите мышцы сфинктера. После этого у вас будет свободное движение. Джала Баста: Это более эффективное средство. Сядьте на корточки в бак или в реку близко от берега, где вода глубиной не выше колена. Ягодицы не должны касаться земли. Туловище может быть наклонено слегка вперёд. Теперь дважды или трижды сделайте Уддияна Бандху и выбросьте весь воздух из живота. Затем сделайте Наули Крию. Откройте анус с помощью Ашвини Мудры. Теперь внутри живота образовался вакуум, и вода автоматически войдёт в толстый кишечник. Затем выпустите воду и вновь с помощью Уддияна Бандхи и Ашвини Мудры изгоните воду из толстого кишечника.

Вы можете сесть в таз, содержащий воду, и сделать это. Вначале вам может потребоваться ввести небольшую бамбуковую трубку длиной в 5 дюймов (12,5 см), чтобы помочь держать анус открытым. При использовании бамбуковой трубки, смажьте один её конец (который вводите в кишечник) вазелином.

Эта процедура предназначена лишь для спорадической практики для уничтожения накоплений в кишечнике. (Более доступный и простой способ выполнения Баста, изложен на этом сайте в книге А.П.Очаповского "Крия Йога и Хатха Йога для начинающих" см. раздел ХАТХА ЙОГА).

### 6.3. Нети

Неочищенные ноздри ведут к нерегулярному дыханию. Нерегулярное дыхание делает вас больным. Нети Крия предназначена для очищения ноздрей. Возьмите тонкий крепкий шнурок. На нём не должно быть узлов. Введите концы шнурка в каждую ноздрю и твёрдо захватите оставшийся конец. С помощью глубокого вдоха вы можете ввести шнурок внутрь. Затем медленно вытащите его. Сделайте это с обеими ноздрями. Ноздри будут тщательно очищены. (Здесь описан сложный вариант очищения носа, рассчитанный на опытных йогов. Более доступен и прост способ выполнения Нети, изложенный на этом сайте в книге: А.П.Очаповского "Крия Йога и Хатха Йога для начинающих" см. раздел ХАТХА ЙОГА).

### 6.4. Наули

Наули – могущественное упражнение для восстановления, укрепления и стимуляции органов живота и желудочно-кишечного или пищеварительного тракта. Для практики Наули вы должны уметь хорошо выполнять Уддияна Бандху.

Встаньте, расставив ноги на ширину одного фута, и положите кисти на бедра, слегка согнув спину. Сделайте сильный выдох через рот и полностью опустошите лёгкие. Сократите и с силой втяните мышцы живота к спине. Это --Уддияна Бандха. Это первая стадия Наули.

Затем расслабьте центр живота и сократите левый и правый бок живота. Все мышцы будут в центре на вертикальной линии. Это называется Мадхьяма Наули. Держите её как можно дольше, с удобством сохраняя это положение. Затем можете отпустить мышцы и вдохнуть. Это вторая стадия Наули.

После некоторой практики сократите правую сторону живота и расслабьте левую сторону. Теперь у вас будут все мышцы только на левой стороне. Это называется Вамана Наули. Снова сократите левую сторону и расслабьте правую сторону. Это Дакшина Наули. С помощью такой постепенной практики вы поймёте, как сокращать центральные, левые и правые мышцы живота с одной стороны на другую. Практикуйте это несколько дней.

Затем тяните мышцы в центр. Медленно вращайте их в правую сторону, а затем в левую сторону круговым движением. Делайте это несколько раз справа налево, а затем в обратном направлении – с левой стороны в правую сторону.

Вы должны всегда медленно двигать мышцы круговым движением. Когда вы преуспеете в практике, вы сможете делать это быстро. Эта последняя стадия Наули, когда брюшные мышцы изолированы и вращаются из стороны в сторону, напоминает "маслобойку". Поразительно наблюдать движение мышц живота, когда опытные ученики демонстрируют Наули. Это выглядит так, словно в брюшной полости работает машина.

Когда начинающие хотят выполнить Дакшина Наули, они слегка наклоняются в левую сторону и сокращают левые мышцы. Когда они хотят выполнить Вамана Наули, они наклоняются слегка вправо. В Мадхьяма Наули толкайте все мышцы вперёд, сокращая обе стороны.

Наули Крия излечивает хронический запор, диспепсию и другие болезни желудочно-кишечного тракта. Тонизируется печень и поджелудочная железа. Все остальные органы живота начинают правильно функционировать.

#### 6.5. Тратака

Это устойчивое пристальное глядение на отдельную точку или объект, не мигая. Эта практика в основном предназначена для развития силы концентрации и умственной фокусировки, что очень полезно для всех.

Сядьте в Падмасану или Сиддхасану. Вы можете даже сидеть прямо, на стуле. Поместите перед собой картину вашего Ишта Дэваты или рисунок Ом, либо чёрной точки на белом листе. Очень устойчиво смотрите на точку или рисунок. Вы можете пристально смотреть на яркую звезду или на пламя масляной лампы. Пристальное глядение на кончик носа или на пространство между бровями тоже называется Тратакой. Когда вы пристально смотрите на отдельную точку или картину, это есть Тратака. Закройте глаза и создайте мысленный образ объекта. Практикуйте это 2 минуты и осторожно увеличивайте период.

Тратака улучшает зрение. Устраняются заболевания глаз. Многие отказываются от очков после некоторой практики Тратаки. Она в значительной степени развивает силу концентрации.

#### 6.6. Капалябхати

Капалябхати – это упражнение для очищения черепа. "Капаля" означает "черепа", а "Бхати" – "сиять". Это упражнение делает череп сияющим.

Сядьте в Падмасану или Сиддхасану. Закройте глаза. Быстро выполняйте Речаку и Пураку. Это следует практиковать с силой. Человек покроется обильным потом. Это также хорошее упражнение для лёгких. Кто хорошо осведомлён о Капалябхати, очень легко сможет выполнять Бхастрику. Речаку нужно выполнять с силой, сокращая мышцы живота. Сделайте 20 изгнаний за цикл и постепенно увеличьте число до 120. В Капалябхати нет Кумбхаки. Капалябхати очищает дыхательную систему и носовые проходы. Она устраняет спазм бронхов. Поэтому облегчается, а со временем излечивается астма. Верхушки лёгких получают достаточное количество кислорода. Излечивается туберкулёз. Очищается кровь. В значительной степени тонизируются сердечно-сосудистая и дыхательная системы.

### Глава 7. Пранаяма

Сядьте в Падмасану или Сиддхасану. Медленно бесшумно вдохните воздух через обе ноздри. Не задерживайте дыхание. Немедленно очень и очень медленно выдохните воздух. Повторите этот процесс 10-20 раз утром и вечером. Практикуйте это регулярно в течение трёх месяцев. Затем вы можете попытаться выполнять Сукха Пурваку, где есть задержка дыхания. Вдох называется "Пурака", выдох – "Речака", а задержка – "Кумбхака".

Шваса относится к Пураке, а Прашваса – к Речаке.

#### 7.1. Ати-Сукха-Пурвака Пранаяма

**Техника:** Сядьте удобно на стул, диван или кресло. Втягивайте как можно дольше с удобством воздух через обе ноздри. Задержите дыхание так долго, как это удобно. Повторяйте Мантру своего Ишты или "Ом", пока

задерживаете дыхание. Затем выдыхайте так долго, как это удобно. Вам не требуется соблюдать соотношение между вдохом, выдохом и задержкой; но пусть вдох и выдох будут глубокими и полными.

**Польза:** Польза этой Пранаямы неисчислима. Все мышцы расслаблены. Все нервы тонизируются. Во всём существе устанавливается ритм и гармония. Ум успокаивается. Оказывается содействие кровообращению. Неописуемый мир и блаженство приходят господствовать внутри вас.

Вы можете делать её утром, лёжа в постели. Ваш ум станет бодрым и готовым для начала Джапы и Дхьяны. Вы можете делать её, когда ум теряет равновесие из-за похоти, гнева или других вредных Вритти; ум заполнится большой силой, которая предотвратит влияние вредных Вритти на него. Вы можете её делать перед началом изучения, ум будет легко концентрироваться, и то, что вы учите, будет прочно оставаться в вашем уме. Вы можете делать её во время своей деловой работы; у вас каждый раз будут появляться новые силы, и вы никогда не будете уставать. Когда вы придёте домой с работы, вы можете практиковать эту Пранаяму, и вы будете подзаряжаться свежей энергией. Огромная польза состоит в том, что раз начав её выполнять, вы будете делать её очень часто; и ваш ум не сможет никогда найти отговорку, чтобы не выполнять эту Ати-Сукха-Пурвак Пранаяму, очень и очень лёгкую и удобную Пранаяму, содержащую все достоинства Пранаямы, без её "правил и регуляций". С этих пор выполняйте её не пропуская.

## 7.2. Сукха Пурвака Пранаяма

Сядьте в Падмасану или Сиддхасану в своей медитационной комнате. Зажмите правую ноздрю большим пальцем правой руки. Медленно втяните воздух через левую ноздрю. Теперь зажмите левую ноздрю безымянным пальцем и мизинцем правой руки. Задержите дыхание так долго, сколько вы удобно можете это сделать. Затем выдохните очень и очень медленно через правую ноздрю, убрав большой палец. Пол-процесса теперь выполнено.

Теперь, как только полностью выдохнете, втяните воздух через правую ноздрю. Задержите дыхание, сколько можете, зажав правую ноздрю, а затем выдохните через левую ноздрю, убрав мизинец и безымянный палец. Эти 6 процессов составляют одну Пранаяму. Начните с 10 Пранаям утром и 10 вечером. Постепенно увеличивайте число до 20 за каждый подход. Постепенно увеличивайте также период Кумбхаки. Имейте Бхаву (умственное отношение), что все Дэви Сампаты, такие, как милосердие, любовь, доброта, Шанти, Радость и т.д., входят в ваше существо вместе со вдыхаемым воздухом, а все Асура Сампаты, такие, как похоть, гнев, жадность и т.д., выходят вместе с выдыхаемым воздухом. Во время Пураки, Кумбхаки и Речаки мысленно повторяйте Ом или Гаятри. Это упражнение Пранаямы устраняет все болезни, очищает Нади, укрепляет ум в концентрации.

Следующее упражнение – это Кеваля Кумбхака, в которой нет ни Пураки, ни Речаки. Это только Кумбхака. Она предназначена только для продвинутых йогов. Кумбхака бывает двух видов: Сахита и Кеваля. Та, что связана со вдохом и выдохом, называется Сахита Кумбхака; она описана выше. Та, что лишена Пураки и Речаки, называется Кеваля Кумбхакой. После овладения Сахитой сказано: "когда, отказавшись от вдоха и выдоха, человек с удобством задерживает дыхание – это Кеваля Кумбхака (абсолютная)." Он достигает совершенства.

### 7.2.1. Польза Пранаямы

Невежество, вызванное Кармой, покрывает свет знания. С помощью практики Пранаямы этот покров разрушается развитием концентрации и знания.

### 7.2.2. Краткие замечания к Пранаяме

Ранним утром, совершив естественные отправления, садитесь для занятий. Пранаяма должна выполняться в хорошо проветренной комнате. Пранаяма требует глубокой концентрации и внимания. Никто не должен находиться рядом.

После окончания практики спустя 10 минут выпейте чашку молока. Не принимайте сразу ванну.

Не выполняйте Пранаяму, когда вы устали. В начале практики вы можете не придерживаться единицы измерения для выполнения Пураки, Кумбхаки и Речаки – отношения 1:4:2. Когда вы приобретёте опыт в практике, отношение придёт само собой; и вам не нужно будет отвлекать ум в подсчёте и поддержании пропорции. Необходима длительная, регулярная и устойчивая практика.

## Глава 8. Концентрация

Концентрация – это практика остановки модификаций ума. Концентрация – это задержка ума на одной форме или объекте в течение длительного времени.

Необходимо устранить блуждание и различные другие препятствия, которые стоят на пути однонаправленной практики концентрации на одной вещи.

Концентрация противоположна чувственным желаниям, блаженству от волнения и беспокойства, поддержанию мышления о затруднении, лени и тупости, поглощению болезненной волей.

Нет предела для силы человеческого разума. Чем он больше сконцентрирован, тем большую силу направляет на одну точку.

Лучи разума рассеиваются у людей с мирским складом ума. Здесь имеет место трата умственной энергии в различных направлениях. Для цели концентрации эти рассеянные лучи должны быть собраны практикой концентрации, а затем ум следует повернуть к Богу.

Концентрация – это фиксация ума на чём-то внешнем или внутреннем. Внешне ум может быть фиксирован на картине Бога Хари, Бога Кришны или Бога Рамы, либо на любом другом объекте или точке. Внутренне его можно фиксировать на любой Чакре или любой части тела, либо на любой абстрактной идее.

Легко концентрировать ум на внешних объектах. Ум имеет естественную тенденцию следовать кнаружи.

Поставьте перед собой картину Шри Кришны, Рамы, Нараяны, Дэви, Иисуса Христа или другую картину. Устойчиво, не мигая, смотрите на неё.

Пристально смотрите на голову, тело, ноги. Повторите этот процесс ещё и ещё раз. Когда ваш ум успокоится, смотрите только в одно место. Затем закройте глаза и мысленно наблюдайте картину.

Вы должны представлять картину очень ясно даже в её отсутствие. Вы должны вызвать мысленный образ картины в указанный момент. Устойчиво удерживайте его здесь некоторое время. Это – концентрация. Вы должны практиковать её ежедневно. Если вы хотите увеличить силу концентрации, вы должны уменьшить свои мирские желания и активность. Вы должны ежедневно несколько часов соблюдать тишину. Только тогда ум сможет очень легко и без труда концентрироваться.

Сядьте в "Позу лотоса" (Падмасану). Фиксируйте взгляд на кончике носа. Это называется носовой взгляд. Не совершайте каких-либо усилий. Мягко смотрите на кончик носа. Вначале практикуйте одну минуту. Постепенно увеличивайте время до получаса и более. Эта практика укрепляет ум. Она развивает силу концентрации. Даже во время прогулки вы можете практиковать это.

Сядьте в "Позу лотоса" и практикуйте фиксацию взгляда между бровями. Делайте это мягко с полминуты. Затем постепенно увеличивайте время до получаса и более. При этом не должно быть ни малейшего напряжения. Это

устраняет блуждание ума и развивает концентрацию. Это известно как фронтальный взгляд.

Практикуйте концентрацию, пока ум хорошо установлен на объекте концентрации. Когда ум убегает от объекта, вновь и вновь возвращайте его назад. Даже если ум убегает вон при практике концентрации, сильно не беспокойтесь. Позвольте ему бежать. Медленно постарайтесь привести его к объекту своей концентрации. С помощью повторной практики ум будет окончательно сфокусирован на вашем объекте. Тот, кто достиг абстракции (удаления чувств от объектов), будет иметь хорошую концентрацию.

После приобретения силы в практике внешней концентрации, вы можете внутренне концентрироваться на любой из семи Чакр (центров) духовной энергии. Внимание играет очень важную роль в концентрации.

С помощью концентрации на Манипура Чакре человек получает знание о строении тела, семи Дхату и т.д. Практикой концентрации на Чакре ямки шеи (Вишуддха Чакра) устраняется голод и жажда. Практика концентрации на Анахата Чакре (у сердца) приводит к знанию об уме. Практика концентрации на Сахасрара Чакре (на голове) даёт Даршану Сиддхи. Это некоторые из важнейших внутренних Чакр для практики концентрации.

Вы можете концентрироваться на каких-либо абстрактных идеях, таких, как "чистота", "смелость", "любовь", "милосердие" и т.д. Вы можете чувствовать: "Я есть чистота", "Я полон сострадания (милосердия)", "Я полон любви", "Я полон храбрости" и т.д. Вы можете также концентрироваться на идеях типа "Бог полон любви", "Бог – Вездесущий", "Бог полон света", "Бог полон знания".

При концентрации вы должны иметь только одну Вритти или волну в озере-уме. Ум принимает форму только одного объекта. Все остальные действия ума останавливаются.

## Глава 9. Медитация

"Состояние ума, где нет Вишайи, или чувственных мыслей, называется медитацией."

Непрерывный поток восприятия или мысли есть Дхьяна, или медитация. При этом непрерывный поток сознания в уме на одном объекте подобен потоку воды в реке.

Медитация – это поддержание непрекращающегося потока Сознания Бога. Это поток непрерывной мысли об одной вещи или о Боге, или об Атме. Медитация сопровождает концентрацию. Медитация – это регулярный поток мысли в отношении объекта концентрации.

Медитация – единственный способ для достижения бессмертия и вечного блаженства.

Медитация бывает двух основных видов: Сагуна (конкретная) медитация и Ниргуна (абстрактная) медитация. В конкретной медитации ученик концентрируется на форме Бога Кришны, Рамы, Шивы, Хари, Гаятри или Шри Дэви. В абстрактной медитации он концентрирует всю энергию ума на идее Бога или Атмы и избегает сравнительных воспоминаний и всех остальных идей. Одна идея заполняет весь ум.

Сагуна медитация – это медитация на Мурти, или форме Бога. Это – конкретная форма медитации для людей преданного темперамента. Это медитация с Гунами или атрибутами Бога. Повторяйте имя Бога. Думайте о Его атрибутах, всеведении, всемогуществе, вездесущности и т.д. Ум будет заполнен чистотой. Возведите Бога в лотос вашего сердца посреди сверкающего света. Мысленно думайте о Его стопах, ногах, груди, голове, руках, украшениях, одежде и снова и снова возвращайтесь к Его лицу. Вновь и вновь повторяйте этот процесс.

Сагуна медитация – это медитация на форме. Выберите любого Мурти, кого вы больше всех любите: Шиву, Вишну, Раму или Кришну, в соответствии со своими наклонностями или вкусом. Стрелок вначале целится в грубые объекты. Затем он выбирает средние объекты. Наконец, он стреляет в

тонкие объекты. Точно так же вы должны начать с Сагуна медитации, а когда ум натренируется и будет дисциплинирован, можно перейти к Ниракара или Ниргуна медитации. Сагуна медитация устраняет Викшепу. Медитируйте на мысленной картине Мурти или Формы от получаса до двух часов только в Трикуте (пространство между бровями) или в сердце. Смотрите и чувствуйте, что Ишта присутствует в каждом объекте вселенной. При медитации мысленно повторяйте Мантру Ишты. Ощущайте, как Саттвические качества текут от Ишты к вам. Ощущайте, что вы обладаете этой Саттвической Бхаваной. Если вы искренни в своей практике, вы достигнете Даршаны своего Ишты.

Начните с медитации утром в течение получаса с 4 до 4-30 и получаса вечером с 6 до 6-30. Постепенно можно увеличивать время до 3-х часов за один подход (сидение). Утреннее время – лучшее для медитации. Ум свежий после здорового сна. Кроме того, Саттва преобладает в организме и в окружающей атмосфере.

Ниргуна медитация есть Ахамагра Упасана. Это есть медитация на Ом. Это - медитация на абстрактной идее. Сядьте в Падмасану. Мысленно повторяйте Ом. Всегда держите в уме значение Ом. Чувствуйте, что вы – всепроникающий. Вы – Бесконечный Свет. Ощущайте, что вы Шуддха-Сат-Чит-Ананда Вьяпака Атма, Нитья Шуддха Буддха Мукта, вечно свободный Брахман. Чувствуйте, что вы – Чайтанья. Чувствуйте, что вы – Акханда Парипурна, Экараса, Шанта, Безграничная, Вечная, Неизменная Сущность. Не повторяйте губами. Это должно осуществляться сердцем, головой и душой. Вся ваша душа должна ощущать, что вы – тонкое, всепроникающее сознание. Это ощущение следует поддерживать постоянно.

Отрицайте идею тела, когда вы мысленно повторяете Ом. Когда вы поёте Ом, ощущайте: “Я есть Бесконечность, Я есть весь свет. Я есть вся Радость. Я есть вся Слава. Я есть вся сила. Я есть всё знание. Я есть вся Ананда.”

Постоянно медитируйте на вышеуказанных идеях. Необходимо рвение, энтузиазм и постоянное усилие. Неустанно мысленно повторяйте вышеуказанные идеи. Вы реализуетесь. Вы будете иметь Атма Даршану.

Постоянно и интенсивно медитируйте: “Я – тот Брахман или Сознательный Абсолют, Блаженный Абсолют, Абсолют Существования. Вечно свободный, Бессмертный, вечно самосверкающий, самосияющий, самосодержащийся, нерождённый, неувядаемый, бессмертный, неменяющийся, вне времени, вне пространства, безграничный, единственный (неповторимый).”

В начале Садханы даже в Ниргуна медитации (без формы) будет абстрактный ментальный образ. В конце концов абстрактный образ исчезнет. Когда вы медитируете, отрицайте имена (названия) и формы. Не путайте физическое тело или ум, Прану, интеллект или Индрии с чистым вечным Атманом. Высшее Я совершенно отлично от них. Медитируйте на абсолютных идеях и привносите также Бхаву во время работы. Вы можете выбрать любую из следующих формул: “Я есть всё. Я – во всём. Я – Бессмертное Я во всём. Я – живая Истина.” Возвращайте ум в точку вновь и вновь, если он блуждает. Если ум блуждает, вы можете перебегать умом с одной формулы на другую, и, наконец, фиксировать его только на одной, когда ум станет устойчивым. Ум станет теперь, как устойчивое пламя лампы, горящей в безветренном месте. Вы обретёте покой в своей собственной Сварупе, безмысленном состоянии чистого блаженства. Теперь будет обеспечено Самадхи или сверхсознательное состояние.

## Глава 10. Самадхи

Медитация становится Самадхи, когда она сияет с одним объектом медитации, словно лишённое себя. Мыслитель и медитируемое становятся одним. Ум становится Дхейярупой. Исчезают отдельные понятия “созерцание”, “созерцаемое” и “созерцатель”. В состоянии Самадхи ученик не сознаёт каких-либо внешних или внутренних объектов. Как изготовитель стрел настолько поглощён в своё занятие, что не осознаёт, что происходит

рядом, так же йог ничего не осознаёт, когда находится в глубокой медитации.

Самадхи, или блаженный божественный опыт возникает, когда растворяются эго и ум. Это состояние достигается с помощью собственных усилий. Оно безгранично, нераздельно и вечно. Когда этот опыт реализован, ум, желания, действия, чувства радости и печали исчезают в пустоте.

Самадхи бывает различных видов. Но из всех из них только очень немногие – важные.

Самадхи, испытываемое Бхактой, есть Бхава Самадхи. Поклоняющийся достигает состояния через Бхаву и Махабхаву. Бхакта, который медитирует на форме Бога Кришны, когда будет установлен в Самадхи, увидит всюду Кришну и только Кришну. Все остальные формы исчезнут. Это – один вид Самадхи. Он увидит себя как Кришну. Гопи Вриндавана, Гауранга и Эканатх имели этот опыт. Те, кто медитирует на всепроникающем Кришне, имеют другой вид космического опыта, сознание всего как Вират.

Есть две другие разновидности Самадхи: Савикальпа и Нирвикальпа Самадхи. В первой разновидности есть Трипути, или триада: знающий, знание и познаваемое или видящий, видение и видимое. Самсары не уничтожены. В последней Самсары полностью освобождены и уничтожены. В Нирвикальпе нет Трипути.

Сампраджнята – другое название Савикальпа Самадхи. Асампраджнята – другое название для Нирвикальпа Самадхи.

В Нирвикальпа Самадхи нет эго-сознания. Эго и ум тают и расплавляются в Брахмане. Чистый разум принимает форму Брахмана. Это известно как Нирбиджа Самадхи. В этом Самадхи нет опоры для ума. Самсары полностью отделены. Савикальпа Самадхи углубляется в Нирвикальпа Самадхи. В Нирвикальпа Самадхи нет какого-либо вида идей. Это безмысленное Абсолютное Сознание.

Нирвикальпа означает то, что не имеет Викальпы. То, что не ассоциируется с какой-либо идеей, есть Нирвикальпа. Нет воображения, нет функционирования ума или интеллекта. Все Вритти полностью прекращены. Имеется только чистое Сознание и осознание. Все Самсары и Васаны полностью уничтожены. Все названия и формы сожжены. Остаётся только Асти-Бхати-Прия. Асти-Бхати-Прия – это Сат-Чит-Ананда. То, что вечно существует, есть Асти; то, что сияет, есть Бхати. Это Абсолютное сознание. То, что даёт счастье, есть Прия; это чистое Блаженство, Ананда. В Нирвикальпа Самадхи ум освобождается от отвлечения, привязанностей. Он покоится неподвижно, как пламя лампы, защищённой от ветра.

В Самадхи, или в Сверхсознании ученик растворяется в Боге. Чувства, ум и интеллект прекращают функционировать. Как река сливается с океаном, индивидуальная душа сливается с Высшим Духом. Самадхи дарит высшее знание, и человек освобождается от колеса рождений и смертей и получает Кайвалью (Мокшу) или освобождение.

\* \* \*

---

**Шри Свами ШИВАНАНДА**

**Тантра Йога, Нада Йога, Крия Йога (сборник)**

Перевод на русский язык, примечания, редакция: **Александр ОЧАПОВСКИЙ**