

**Шри Ауробиндо**

# **ОСНОВЫ ЙОГИ**

## ***Замечание от издателя***

*В данном сборнике представлены отрывки из писем Шри Ауробиндо к своим ученикам, в которых он отвечал на их вопросы. Эти отрывки собраны вместе и выстроены так, чтобы оказать некую помощь стремящимся понять и практиковать Йогу.*

## ОГЛАВЛЕНИЕ

I. ПОКОЙ – МИР – РОВНОСТЬ .....	4
II. ВЕРА – СТРЕМЛЕНИЕ – СДАЧА .....	13
III. ПРЕОДОЛЕВАЯ ТРУДНОСТИ .....	20
IV. ЖЕЛАНИЕ – ПИЩА – СЕКС .....	29
V. ФИЗИЧЕСКОЕ СОЗНАНИЕ – ПОДСОЗНАТЕЛЬНОЕ – СОН и СНОВИДЕНИЯ – БОЛЕЗНЬ .....	38

## I ПОКОЙ – МИР – РОВНОСТЬ

Невозможно заложить какое-либо основание йоги, если разум беспокоен. Прежде всего необходимо спокойствие разума. Кроме того, слияние личного сознания [с Божественным] не является первой целью йоги: первая цель состоит в том, чтобы открыть его к высшему духовному сознанию и для этого тоже необходим, прежде всего, спокойный разум.

\*

В садхане первым делом надо обрести установившийся мир и покой и молчание в разуме. Иначе ни одно переживание не будет постоянным. Только в спокойном разуме может быть построено истинное сознание.

Спокойный разум не означает того, что вообще не будет мыслей или ментальных движений, но эти движения будут происходить на поверхности, и вы будете чувствовать свое истинное существо внутри отделенным от них, следящим за ними, но не увлекаемым ими, способным наблюдать и судить их, а также отвергать все, что должно быть отвергнуто, и принимать и хранить все, что является истинным сознанием и истинным переживанием.

Пассивная покорность разума хороша, но будьте внимательны к тому, чтобы быть покорным только по отношению к Истине и касанию Божественной Шакти. Если вы будете восприимчивы к внушениям и влияниям низшей природы, вы не сможете продвигаться вперед, либо подставите себя под воздействие враждебных сил, которые могут увести вас далеко с истинного пути йоги.

Устремляйтесь к Матери, чтобы обрести эту укоренившуюся тишину и спокойствие разума и постоянное ощущение внутреннего существа в вас, отстоящего от внешней природы и обращенного к Свету и Истине.

Силы, стоящие на пути садханы — это силы низшей ментальной, витальной и физической природы. За ними стоят враждебные могущества ментального, витального и тонкого физического миров. С ними можно иметь дело только после того, как разум и сердце станут целенаправленными и сконцентрированными в единственном стремлении к Божественному.

\*

Молчание всегда хорошо, но я не подразумеваю под тишиной разума полное молчание. Я имею в виду разум, свободный от возмущений и беспокойств, ровный, светлый и готовый открыться Силе, которая изменит природу. Важно избавиться от привычки вторжения беспокойных мыслей, неверных чувств, путаницы идей, неуместных движений. Все это возмущает природу и затемняет ее, что весьма затрудняет работу Силы; Силе легче работать, когда разум тих и спокоен. Вы должны увидеть, что надо изменить в вас, не выходя из равновесия и не впадая в уныние; тогда это изменение легче проделать.

\*

Разница между пустым умом и спокойным умом такова: когда разум пуст, в нем нет ни мысли, ни представления, ни какого-либо ментального действия, кроме сущностного восприятия вещей без сформированной идеи; а в спокойном разуме неподвижна сама субстанция ментального существа, настолько неподвижна, что ничто не может возмутить ее. Если приходят мысли или ментальные



активности, они вовсе не возникают из разума, а приходят снаружи и пересекают его, как птицы пересекают безветренный воздух. Мысли проходят, не возмущая ничего, не оставляя следа. Даже если тысячи образов или самых бурных явлений проходят через разум, его спокойная неподвижность сохраняется, как если бы самой текстурой разума была бы субстанция вечного и нерушимого покоя. Разум, достигший такого спокойствия, может начать действовать, даже мощно и интенсивно, но при этом он сохраняет свою фундаментальную неподвижность — не зачиная ничего сам, а воспринимая Свыше и придавая этому ментальному форму, не добавляя ничего от себя, спокойно, бесстрастно, хотя и с радостью Истины и счастливой мощью и светом ее прохода.

\*

Вообще не желательно, чтобы разум впал в молчание, стал свободным от мыслей и неподвижным — ведь, чаще всего, когда разум впадает в молчание, появляется возможность для полного нисхождения обширного покоя свыше, и в этом широком спокойствии реализация молчаливого Я над разумом распространяется повсюду в своей необъятности. Однако, когда есть мир и покой и ментальное молчание, тогда витальный разум пытается вторгнуться и занять все место, либо механический разум пытается возобновить свой круг тривиальных привычных мыслей. Садхак должен заботиться о том, чтобы отторгать и успокаивать этих аутсайдеров, так чтобы, по крайней мере, во время медитации мир и тишина разума и витала могли бы быть полными. Лучшее всего этого можно достичь, если вы храните сильную и спокойную волю. Эта воля является волей Пуруши за разумом; когда разум находится в покое, когда он молчит, вы можете начать осознавать Пурушу, также молчаливого, отделенного от действия Природы.

Чтобы быть спокойным, ровным, закрепленным в духе, *dhīra, sthira*, эта тишина разума, это отделение внутреннего Пуруши от внешней Пракрити очень полезно, почти совершенно необходимо. Пока существо подчинено круговороту мыслей или сумятице витальных движений, невозможно быть настолько спокойным и закрепленным в духе. Совершенно необходимо открепить себя от них, встать позади них, почувствовать их отделенными от себя.

Для раскрытия истинной индивидуальности и построения ее в природе необходимы две вещи: прежде всего, необходимо сознавать собственное психическое существо и, затем, необходимо это отделение Пуруши от Пракрити. Ведь настоящий индивид находится позади, завуалированный активностями внешней природы.

\*

Великая волна (или море) покоя и постоянное сознание необъятной и светлой Реальности — таков в точности характер фундаментальной реализации Всевышней Истины в ее первом касании разума и души. Невозможно и просить лучшего начала или основания — это как скала, на которой может быть построено все остальное. Это определенно означает не какое-то мимолетное присутствие, а неизменное Присутствие — и было бы большой ошибкой ослаблять это переживание любым неприятием или сомнением в его характере.

Нет необходимости определять это Присутствие, и не следует даже пытаться обратить его в образ, ибо это Присутствие бесконечно по своей природе. То, что оно должно проявить из себя, оно неизбежно будет делать собственной силой, если вы готовы принять его.

Совершенно верно, это милость, посланная вам, и единственный ответ на такую милость — принятие, признательность и позволение Силе, коснувшейся сознания, развивать в существе то, что должно быть развито — держа себя открытым ей. Полная трансформация природы не может быть проделана в одно мгновение; на это требуется долгое время, и надо пройти через несколько стадий; то, что пережито сейчас — это только начинание, основание для нового сознания, в котором станет возможной эта трансформация. Автоматическая спонтанность переживания должна сама показать, что нет ничего, сконструированного разумом, волей или эмоциями; это пришло из Истины, находящейся за их пределами.

\*

Отвергать сомнение означает контролировать собственные мысли — это несомненно так. И контроль над собственными мыслями также необходим, как контроль над витальными желаниями и страстями или контроль над движениями собственного тела — для йоги, и не только для йоги. Не-

возможно быть даже полностью развитым ментальным существом, если нет контроля над мыслями, если не являешься их наблюдателем, судьей, господином — ментальным Пурушей, *tanmaya puruṣa, sākṣī, anumantā, īśvara*. Ментальному существу столь же не подобает быть теннисным мячиком непослушных и неподконтрольных мыслей, как и быть кораблем без штурвала в шторме жизни и страстей или рабом инерции или импульсов тела. Я знаю, что это труднее, поскольку человек, будучи в первую очередь творением ментальной Пракрити, отождествляет себя с движениями своего разума и не может сразу же отделить себя и освободиться от кружения и завихрений водоворота разума. Человеку сравнительно легче наложить контроль на свое тело, по крайней мере, на определенные части его движений; труднее, но все же вполне возможно, после некоторой борьбы наложить контроль на свои витальные импульсы и желания; но гораздо труднее человеку усесться как тантрическому йогу у реки, над водоворотом своих мыслей. Тем не менее, и это может быть сделано; все развитые ментальные люди, поднявшиеся над средним уровнем, тем или иным образом или в определенные времена и с определенными целями разделяли две части своего разума: активную часть, являющуюся фабрикой мыслей, и спокойную мастеровитую часть, являющуюся одновременно Свидетелем и Волей, наблюдающей мысли, судящей их, отвергающей, устраняющей, принимающей, назначающей поправки к изменению, являющейся Мастером в Доме Разума, способным на самогосподство, *sāmrajya*.

Йог идет еще дальше; он не только является мастером в сфере своего дела, но даже, неким образом оставаясь в разуме, он обычно выходит из него и встает над ним и даже за ним, обретая свободу. По отношению к нему образ фабрики мыслей больше не совсем верен; ведь он видит, как мысли приходят снаружи, из универсального Разума или универсальной Природы, иногда сформированными и отчетливыми, а иногда несформированными, и тогда им придается форма где-то внутри нас.

Главное дело нашего разума — это либо отклик принятия или отвержения этих мыслей-волн (как и витальных волн и волн тонкой физической энергии), либо придание личностно-ментальной формы материалу мышления (или витальным движениям) из окружающей Природы-Силы.

Возможности ментального существа не ограничены, оно может быть свободным Свидетелем и Мастером в собственном доме. Постепенно нарастающая свобода и господство над собственным разумом вполне в пределах достижимости каждого, кто имеет веру и волю предпринять это.

\*

Первым шагом является тихий разум; молчание — дальнейший шаг, но тишина должна быть и там; под тихим разумом я подразумеваю ментальное сознание внутри, которое видит, как мысли приходят к нему и движутся через него, но само оно не ощущает себя мыслящим или отождествляющимся с мыслями и не считает их своими собственными. Мысли, ментальные движения могут проходить через него как путник появляется откуда-то и проходит через молчащую страну — тихий разум наблюдает их или не заботится о том, чтобы наблюдать их, но, в любом случае, не становится активным и не теряет своей тишины. Молчание — это больше, чем тишина; оно может быть обретенно путем полного изгнания мысли из внутреннего разума и сохранения его безмолвным или находящимся совершенно вне всякого мышления; но легче установить молчание путем нисхождения свыше — чувствуешь, как молчание спускается, входит и занимает или окружает личное сознание, которое затем склонно поглотиться в необъятном безличном молчании.

\*

Каждое из слов "мир, покой, тишина, молчание" имеет свой оттенок смысла, но не так просто определить эти оттенки.

Мир [peace] — *śānti*.

Покой [calm] — *sthīratā*.

Тишина [quiet] — *acañcalatā*.

Молчание [silence] — *niścala-nīravatā*.

Тишина — это состояние, при котором нет беспокойства или возмущения.

Покой — это все еще недвижимое состояние, которое не может быть затронуто ни одним возмущением; это менее негативное состояние, чем тишина.

Мир — еще более позитивное состояние; оно несет с собой ощущение установившегося и гармоничного покоя и избавления.

Молчание — это состояние, в котором нет движения разума или витала, либо это состояние великой неподвижности, в которое не может проникнуть ни одно поверхностное движение.

\*

Храните тишину и не обращайтесь внимание на то, что временами это будет пустая тишина; сознание зачастую подобно сосуду, который должен быть опорожнен от своего смешанного или нежелательного содержимого; его надо держать пустым некоторое время, пока он не сможет наполниться вещами новыми и истинными, правильными и чистыми. Следует избегать только одного — повторного наполнения сосуда старым мутным содержимым. А тем временем ждите, открывайте себя вверх, зовите очень ровно и спокойно, не со слишком поспешным нетерпением, чтобы мир вошел в молчание, а затем, как только установится там мир, чтобы вошла бы радость и присутствие.

\*

Покоя, хотя поначалу он кажется негативной вещью, так трудно достичь, что овладение им следует считать великим шагом на пути йоги.

На самом деле, покой не является негативной вещью, это сама природа Сат-Пуруши и позитивное основание божественного сознания. Покой должен сохранять все прочие достижения. Даже Знание, Сила, Ананда, если они придут и не найдут этого основания, не смогут остаться и будут вынуждены отойти, пока божественная чистота и мир Сат-Пуруши не установятся на постоянной основе.

Устремляйтесь к остальной части божественной сознания, но со спокойным и глубоким стремлением. Это стремление может быть пылким, как и спокойным, но не нетерпеливым, беспокойным или полным раджасической жажды.

Только в тихом разуме и существе может супраментальная Истина выстроить свое настоящее творение.

\*

Переживание в садхане должно начинаться с ментального плана — все, что требуется, это чтобы переживание было прочным и подлинным. Давление понимания и воли в разуме и эмоциональный порыв в сердце к Богу — два первых средства в йоге, и мир, чистота и покой (с успокоением низшего беспокойства) составляет в точности первый базис, который должен быть заложен; обрести этот базис в самом начале гораздо важнее, чем получить первое впечатление о супрафизических мирах или иметь видения, слышать голоса, обретать силы. Очищение и покой — первые необходимости в йоге. Можно иметь обилие переживаний подобного рода (миры, видения, голоса и т.д.) и без них, но эти переживания, происходя в неочищенном и взбудораженном сознании, обычно полны беспорядка и смеси.

Поначалу мир и покой не постоянны, они приходят и уходят, и обычно требуется долгое время, чтобы они установились в природе. Поэтому лучше избегать нетерпения и продолжать ровно следовать тому пути, как все делается. Если вы хотите иметь нечто большее, чем мир и покой, позвольте полностью открыться своему внутреннему существу, чтобы сознание Божественной Силы смогло работать в вас. Стремитесь к этому искренне и с большой интенсивностью, но без нетерпения, и это придет.

\*

Наконец у вас есть настоящий фундамент для садханы. Этот покой, мир и сдача составляют верную атмосферу для того, чтобы пришло все остальное: знание, сила, Ананда. Пусть эта атмосфера станет полной и законченной.

Эта атмосфера не сохраняется, когда вы вовлекаетесь в работу, потому что она все еще ограничена сферой разума, который только совсем недавно обрел дар молчания. Этот дефект исчезнет, когда новое сознание будет полностью сформировано и полностью завладеет витальной природой и физическим существом (витал пока только затронут молчанием, но не охвачен им).

Тихое сознание мира, которое вы сейчас имеете в разуме, должно стать не только спокойным, но и широким. Вы должны чувствовать его везде, себя - в нем, и все - в нем. Это также поможет внести покой как базис в действие. Чем шире будет становиться ваше сознание, тем больше вы будете способны воспринимать свыше. Тогда Шакти сможет нисходить и приносить вам силу и свет, как и мир и покой. То, что вы чувствуете в себе узким и ограниченным, это физический разум; он сможет расшириться лишь тогда, когда это более широкое сознание и свет снизойдут и овладеют природой. Физическая инерция, от которой вы страдаете, вероятно, ослабнет и исчезнет только тогда, когда сила свыше спустится в ваше существо.

Оставайтесь спокойными, открывайте себя божественной Шакти и зовите ее, чтобы она подкрепила мир и покой, расширила сознание и внесла в него столько света и силы, сколько вы сейчас сможете воспринять и усвоить.

Не будьте поспешными и нетерпеливыми, поскольку это может снова возмутить тишину и баланс, уже установленные в витальной природе.

Имейте веру в конечный результат и дайте время Силе проделать свою работу.

\*

Стремитесь, концентрируйтесь в верном духе и, какими бы ни были трудности, вы, несомненно, достигнете цели, поставленной перед собой.

Вы должны учиться жить в мире и покое позади, и вы должны учиться чувствовать своим настоящим я то "нечто более истинное". Вы должны считать все остальное не как свое настоящее я, а только как поток меняющихся и возобновляющихся движений на поверхности, которые, несомненно, уйдут, когда всплывет истинное я.

Мир и покой — вот настоящее лекарство; отвлечение тяжелой работой является только временным облегчением — хотя определенное количество работы необходимо для надлежащего баланса различных частей существа. Чувствовать мир и покой над головой и вокруг нее — это первый шаг; вам нужно соединиться с ним, и он должен спуститься в вас и наполнить ваш разум, жизнь и тело и окружить вас так, чтобы вы жили в нем — ибо этот мир и покой является законом Божественного присутствия в вас, и раз уж вы имеете это присутствие, все остальное вскоре начнет приходить.

Правда в речи и правда в мысли очень важны. Чем больше вы чувствуете ложь как нечто, не являющимся частью вас, приходящим снаружи, тем легче будет ее отвергнуть.

Настойчиво продолжайте, и тогда выправится все, что пока что искривлено или искажено, и вы будете постоянно знать и чувствовать истину Божественного присутствия, и ваша вера будет оправдана прямым переживанием.

\*

Прежде всего стремитесь и молитесь Матери, чтобы обрести тишину в разуме, чистоту, мир и покой, пробужденное сознание, глубину посвящения, силы и духовную способность встречать все внутренние и внешние трудности и пройти через них к цели йоги. Если сознание пробудилось, и есть посвящение и глубокое стремление, тогда разум, при условии, что он научился тишине и покою, сможет расти в знании.

\*

Это произошло из-за пронизательного сознания и чувствительности физического существа, особенно витально-физического.

Хорошо бы физическому существу становиться все более сознательным, но оно не должно быть задавлено этими обычными человеческими реакциями, которые оно начинает осознавать, либо быть пораженным или расстроенным ими. Подобно разуму, в сердце и в тело должны прийти сильная ровность, мастерство и открепленность, что позволит физическому знать эти вещи и соприкасаться с ними, не чувствуя никакого возмущения; физическое должно знать эти вещи и соприкасаться с ними, не чувствуя никакого возмущения; физическое должно знать, осознавать, отвергать и отбрасывать давление этих движений в атмосфере, а не просто чувствовать их и страдать.

\*

Распознавать собственные слабости и ложные движения и отходить от них — вот путь к освобождению. Прекрасным правилом будет не судить никого, кроме самого себя, пока вы не сможете видеть вещи из спокойного разума и спокойного витала. Кроме того, не позволяйте своему разуму формировать поспешные впечатления под воздействием внешней видимости, а также не позволяйте своему виталу реагировать на них. Во внутреннем существе есть место, где каждый всегда может оставаться спокойным и оттуда наблюдать за возмущением поверхностного сознания, воздействовать на него и изменять его. Если вы научитесь жить в этом покое внутреннего существа, вы найдете свой стабильный базис.

\*

Не позволяйте себе быть затронутым или обеспокоенным этими вещами. Единственное, что нужно всегда делать — это оставаться непреклонным в своем стремлении к Божественному и с невозмутимостью и бесстрастностью встречать трудности и противодействия. Для тех, кто хочет всегда вести духовную жизнь, Божественное всегда должно занимать первое место, а все остальное должно быть вторичным.

Держите себя отстраненными от этих вещей и взирайте на них из спокойного внутреннего видения того, кто внутренне предан Божественному.

\*

Сейчас ваши переживания проходят на ментальном плане, но это верное движение. Многие садхаки не могут продвигаться из-за того, что они открылись витальному плану прежде, чем стали готовыми ментал и психическое. После небольшого начала истинных духовных переживаний на ментальном плане у них произошло преждевременное нисхождение в витал, что вызвало громадную путаницу и возмущение. Этого надо остерегаться. Еще хуже, если витальная душа желания открывається переживаниям до того, как разум был затронут духовными вещами.

Стремитесь всегда к тому, чтобы разум и психическое существо были наполнены истинным сознанием и переживанием и постепенно подготавливались. Особенно стремитесь к тишине, миру и покою, к спокойной вере, нарастающей ровной широте, ко все большему и большему знанию, к глубокому и интенсивному, но спокойному посвящению.

Не будьте обеспокоенным окружающими обстоятельствами и их противодействием. Эти условия зачастую накладываются поначалу как нечто вроде испытания. Если вы сможете оставаться спокойным и невозмутимым и продолжать свою садхану, не позволяя себе быть внутренне обеспокоенным этими обстоятельствами, тогда это даст так нужные вам силы; ведь на пути йоги всегда хватает внутренних и внешних трудностей, и садхак должен развить спокойную, прочную и надежную силу, чтобы встречать их.

\*

Внутренний духовный прогресс зависит от внешних условий лишь в той степени, в какой мы реагируем на них изнутри — это всегда было окончательным вердиктом духовного переживания. Вот почему мы настаиваем на том, чтобы занять верную позицию и оставаться в ней, настаиваем на внутреннем состоянии, не зависящем от внешних обстоятельств, настаиваем на состоянии ровности и покоя (если оно сразу же не может быть и состоянием внутреннего счастья), настаиваем на том, чтобы идти все больше и больше внутрь и смотреть изнутри вовне, вместо того, чтобы жить в поверхностном разуме, который всегда находится на милости у сотрясений и порывов жизни. Только из этого внутреннего состояния можно быть сильнее жизни и ее возмущающих сил и надеяться их покорить.

Оставайтесь спокойным внутри, прочным в воле через все пройти, отказываясь быть возмущенным или разочарованным трудностями или колебаниями — вот одна из первых вещей, которую надо усвоить на Пути. Делать иначе означает поддерживать неустойчивость сознания — это та трудность сохранения переживания, на которую вы жалуетесь. Только если вы сохраняете внутри ров-

ность и покой, только тогда переживание может продолжаться с неким постоянством — хотя не может не быть периодов прерывания и неустойчивости переживания; но эти периоды, если с ними должным образом обращаться, могут стать периодами усвоения переживания и истощения трудности, а не периодами отрицания садханы.

Духовная атмосфера гораздо важнее внешних обстоятельств; если вы можете создать собственную духовную атмосферу, чтобы дышать ею и жить в ней, тогда она станет истинным условием для прогресса.

\*

Есть три необходимых условия для того, чтобы быть в состоянии воспринимать Божественную Мощь и позволять ей действовать через себя во внешней жизни:

(i) Спокойствие, ровность — не быть возмущаемым ничем происходящим, держать свой разум неподвижным и устойчивым, видящим игру сил, но остающимся спокойным.

(ii) Абсолютная вера — вера в то, что произойдет то, что к лучшему, но также и вера в то, что если сделать себя истинным инструментом, тогда плоды будут такими, на которые нацелена воля, ведомая Божественным светом — *картавьям карма*.

(iii) Восприимчивость — способность воспринимать Божественную Силу и чувствовать ее присутствие, а также присутствие Матери в ней, и позволять ей работать, направляя ваше видение, волю и действие. Если можно почувствовать эту силу и присутствие, а эту податливость сделать привычкой сознания в действии, — но податливость только по отношению к Божественной силе, без какого-либо чуждого элемента, — тогда окончательный результат будет несомненным.

\*

Ровность составляет очень важную часть йоги; необходимо сохранять ровность в боли и в страдании — и это означает выносить все твердо и спокойно, не быть беспокойным или взволнованным, подавленным или унылым, и продолжать двигаться с ровной верой в Божественную Волю. Но ровность не включает в себя инертное принятие. Если, например, пока что провалилась какая-то попытка в садхане, надо хранить ровность, не быть обеспокоенным или подавленным, но не следует принимать провал как указание Божественной Воли и оставлять попытку. Лучше бы вам найти причину и смысл неудачи и двигаться вперед с верой к победе. То же самое относится и к болезням — вам не следует беспокоиться или волноваться, но вы должны не принимать болезнь как Божественную волю, а смотреть на нее как на несовершенство тела, от которого надо избавиться, как вы пытались избавиться от витального несовершенства или ментальной ошибки.

\*

Без ровности, *саматы*, в садхане нет прочного фундамента. Какой бы ни была неприятность окружающих обстоятельств, сколь бы неприятным ни было бы поведение других, вы должны учиться воспринимать их с совершенным покоем без какой-либо возмущенной реакции. Все это является тестом ровности. Легче быть спокойным и ровным, когда дела идут хорошо и люди и обстоятельства приятны; но именно тогда, когда они противостоят, может быть проверена, укреплена и сделана совершенной полнота спокойствия, мира и ровности.

\*

То, что произошло с вами, показывает, каковы условия того состояния, в котором Божественная Мощь занимает место эго и направляет действие, делая инструментом разум, жизнь и тело. Восприимчивое молчание разума, стирание ментального эго и сведение ментального существа к позиции свидетеля, тесный контакт с Божественной Мощью и открытость существа к одному только этому Влиянию и никакому больше, составляют условие того, чтобы стать инструментом Божественного, двигаться им и только им.

Молчание разума само по себе не приносит супраментального сознания; есть множество состояний или планов, уровней сознания между человеческим разумом и сверхразумом. Молчание откры-

вает разум и остальную часть существа большим вещам, иногда - космическому сознанию, иногда — переживанию молчаливого Я, иногда — присутствию или мощи Божественного, иногда — сознанию более высокому, чем человеческий разум; молчание разума является наиболее благоприятным условием для того, чтобы произошло любое из этих событий. В этой йоге это наиболее благоприятное условие (но не единственное) для того, чтобы Божественная Мощь сначала опустилась на индивидуальное сознание, а затем вошла бы в него и делала бы в нем свою работу по трансформации этого сознания, давая ему необходимые переживания, меняя весь его взгляд и движение, ведя его от стадии к стадии, пока оно не будет готово для последнего (супраментального) изменения.

\*

Переживание этого "твердого блока" указывает на нисхождение прочной силы и покоя во внешнее существо — но, главным образом, в витально-физическое. Именно это всегда является фундаментом, надежным базисом, на который в будущем может низойти все остальное (Ананда, свет, знание, Бхакти) и встать на него или безопасно играть. Оцепенение было в другом переживании, потому что движение было внутренним; но здесь Шакти Йоги выходит *вовне* в полностью осознающую внешнюю природу, — как первый шаг к установлению йоги и переживания в ней. Так что оцепенения, которое было знаком сознания, стремящегося отойти от внешних частей, не было в этом переживании.

\*

Прежде всего помните, что внутренняя тишина, вызванная очищением от беспокойного разума и витала, является первым условием для надежной садханы. Затем помните, что ощущение присутствия Мастера даже в случае совершения внешнего действия уже является большим шагом и что его невозможно достичь без значительного внутреннего прогресса. Вероятно, то, что вы чувствуете как так нужное вам, но не можете этого описать, является постоянным и живым ощущением силы Матери, работающей в вас, спускающейся свыше и зацветающей различными планами вашего существа. Часто это является условием, предвещающим возвратное движение восхождения-нисхождения; оно, несомненно, придет со временем. Может потребоваться долгое время, чтобы эти вещи стали видны, особенно когда разум привык быть очень активным и не приучен к ментальному молчанию. Когда есть вуалирующая активность, большая часть работы должна проходить за мобильным экраном разума, так что садхак думает, что ничто не происходит, тогда как на самом деле делается большая подготовка. Если вы хотите более быстрого и видимого прогресса, то его можно достичь путем привнесения вашего психического на передний план через постоянное само-подношение. Стремитесь интенсивно, но без нетерпения.

\*

Сильный разум, тело и жизненная сила необходимы в садхане. Особенно должны быть предприняты шаги к тому, чтобы выбросить тамас и привнести мощь и силу в природный каркас.

Путь йоги должен быть живым делом, не ментальным принципом или застывшим методом, настроенным против всех необходимых вариаций.

\*

Быть невозмутимым, оставаться спокойным и уверенным — правильная позиция, но также необходимо воспринимать помощь Матери и ни по какой причине не отступать от ее попечения. Не следует потворствовать идеям неспособности, неумения отвечать, слишком акцентироваться на дефектах и падениях и позволять разуму огорчаться и страдать по этому поводу; ведь эти идеи и чувства в конечном счете ослабляют. Если есть трудности, заминки или падения, надо взглянуть на них спокойно и так же спокойно и настойчиво просить Божественной помощи для их устранения, но не позволять себе расстраиваться, огорчаться или отчаиваться. Йога — не легкий путь, и тотальное изменение природы не может быть совершено за один день.

\*

Должно быть, депрессия и витальная борьба произошли из-за некоторого дефекта страстного стремления к результату и напряжения в вашем прошлом усилии — так что когда произошел спад в вашем сознании, то на поверхность вышел измученный, разочарованный и путанный витал, открывая вход внушениям сомнения, отчаяния и инерции с враждебной стороны Природы. Вы должны двигаться к прочному базису спокойствия и ровности в витальном и физическом не меньше, чем в ментальном сознании; пусть туда снизойдет полный поток Мощи и Ананды, но в прочную Адхару [сосуд], способную содержать его — именно полная ровность дает эту способность и прочность.

\*

Широта и спокойствие — фундамент йогического сознания и наилучшее условие для внутреннего роста и переживания. Если широкий покой может быть установлен в физическом сознании, занимая и наполняя само тело и все его клетки, тогда это может стать базисом для его трансформации; в действительности, без этой широты и спокойствия трансформация вряд ли возможна.

\*

Это цель садханы — чтобы сознание поднялось над телом и заняло свою позицию наверху, распространяясь в необъятность повсюду, не ограничиваясь телом. Так освобожденный, садхак открывается всему тому, что находится выше этой позиции, над обычным разумом, воспринимает там все, что нисходит с высот, наблюдает оттуда за всем, что лежит внизу. Так вы обретаете возможность быть свидетелем во всей свободе и контролировать все, что находится внизу, а также быть получателем или каналом для всего, что приходит вниз и давит на тело, готовя его стать инструментом высшей манифестации, отлитым в высшее сознание и природу.

С вами происходит как раз то, что сознание пытается закрепиться в этом освобождении. Когда находишься в той высшей позиции, обнаруживаешь свободу Я и обширное молчание и неизменный покой — но этот покой должен быть привнесен и в тело, на низший план и быть зафиксированным там как нечто, стоящее позади и содержащее все движения.

\*

Если ваше сознание поднимается над головой, это означает, что оно выходит за пределы обычного разума к центру наверху, который воспринимает высшее сознание, или же к восходящим уровням самого высшего сознания. Первым результатом этого приходит молчание и мир Я, что является базисом для высшего сознания; затем это может опуститься на низшие уровни, в само тело. Также может спуститься Свет и Сила. Пупок и центры ниже него являются центрами витального и физического; нечто из высшей Силы может спуститься и туда.

## II ВЕРА – СТРЕМЛЕНИЕ – СДАЧА

Эта йога требует полного посвящения жизни стремлению к открытию и воплощению Божественной Истины и ничего более. Недопустимо делить жизнь между Божественной и некоторой внешней целью и деятельностью, не имеющей ничего общего с поиском Истины. Малейшая вещь такого рода сделает невозможным успех в йоге.

Вы должны идти внутрь себя и вступить в полное посвящение духовной жизни. Всякое цепляние к ментальным предпочтениям должно спасть с вас, должно быть оставлено всякое настояние на витальных целях и интересах, должно исчезнуть всякое эгоистическое цепляние к семье, друзьям, стране, если вы хотите добиться успеха в йоге. Все, что должно придти как выходящая энергия или действие, должно исходить из однажды открытой Истины, а не из низших ментальных или витальных мотивов, от Божественной Воли, а не от личного выбора или предпочтений эго.

\*

Ментальные теории не имеют фундаментальной важности, поскольку разум формирует или принимает те теории, которые поддерживают поворот существа. Важен сам этот поворот и зов внутри вас.

Знание того, что есть Божественное Существование, Сознание и Блаженство, которое является не просто негативной Нирваной или статическим и лишенным черт Абсолютом, а динамическим, и восприятие того, что это Божественное Сознание может быть реализовано не только "где-то там", но и здесь, на земле, а также вытекающее отсюда принятие божественной жизни как цели йоги — все это не принадлежит разуму. Это вопрос не ментальной теории, — даже если ментально этот взгляд может быть поддержан не хуже, если не лучше, чем любой другой, — а переживания и, прежде чем придет переживание, веры души, приносящей с собой верность и преданность разуму и жизни. Тот, кто находится в контакте с высшим Светом и имеет это переживание, может следовать этим путем, сколь бы трудным он ни был для низших членов; тот, кто затронут им, хотя и не имеет переживания, но, имея зов, убежденность, преданное влечение души, тоже может следовать этим путем.

\*

Пути Божественного не подобны путям человеческого разума, не соответствуют его образцам, и невозможно судить эти пути или устанавливать для Божественного, что Он будет или не будет делать, ибо Он знает лучше, чем мы можем знать. Если мы вообще допускаем Божественное, то верный рассудок и Бхакти должны находиться в безоговорочной вере и сдаче Божественному.

\*

Не накладывать собственный разум и витальную волю на Божественное, а воспринимать волю Божественного и следовать ей — вот истинная позиция садханы. Не говорить "это мое право, желание, требование, необходимость, потребность, почему бы мне не иметь это?", а отдавать себя, осуществлять сдачу Божественному и получать с радостью все, что Он дает, не огорчаясь или протестуя — вот самый лучший путь. Тогда то, что вы получите, будет как раз тем, что вам нужно.

\*

Совершенно необходима и обязательна вера, доверие Богу, сдача и самоотдача Божественной Силе. Но доверие Богу не должно быть сделано оправданием лени, слабости и сдачи импульсам низшей Природы: оно должно идти наряду с неустанным стремлением и настоятельным отвержением всего, что стоит на пути Божественной Истины. Сдача Божественному не должна обращаться в оправдание, маскировку или повод для сдачи собственным желаниям и низшим движениям или соб-

ственному эго, либо некоторой Силе неведения и тьмы, которая принимает ложную видимость Божественного.

\*

Вы должны только стремиться, держать себя открытым Матери, отвергая все, что препятствует ее воле, и позволять ей работать в вас — делая также всю работу для нее и в вере, что именно благодаря ее силе вы можете делать эту работу. Если вы будете оставаться открытым таким образом, тогда в ходе этого к вам придет знание и реализация.

\*

В этой йоге все зависит от того, можете ли вы открыться Влиянию или нет. Если есть искренность в стремлении и терпеливая воля достичь высшего сознания, несмотря на все препятствия, тогда, несомненно, придет открытость в той или иной форме. Но это может занять долгое или короткое время в зависимости от степени подготовленности разума, сердца и тела; так что если нет необходимого терпения, тогда может произойти отказ от усилия из-за трудности в самом начале пути. В этой йоге нет другого способа, кроме как концентрироваться, лучше в сердце, и призывать присутствие и силу Матери взять существо и с помощью работ ее силы трансформировать сознание; можно также концентрироваться в голове или в области между бровями, но для многих это слишком трудно. Когда разум успокаивается, и концентрация становится полной, а стремление — интенсивным, тогда может начаться переживание. Чем больше веры, тем скорее будет результат. Все остальное не зависит от ваших усилий — вы должны только установить контакт с Божественным и быть восприимчивым к Силе и Присутствию Матери.

\*

Не важно, какие дефекты есть в вашей природе. Важно только всегда держать себя открытым Силе. Никто не может трансформировать себя только собственными усилиями; только Божественная Сила может трансформировать его. Если вы держите себя открытым, все остальное будет сделано для вас.

\*

Вряд ли кто-либо достаточно силен, чтобы только с помощью своего стремления и воли преодолеть силы низшей природы; даже те, кто делают это, обретают только некоторый контроль, а не полное господство. Воля и стремление требуются для того, чтобы призвать помощь Божественной Силы и удерживать существо на ее стороне при ее операциях с низшими силами. Только Божественная Сила, использующая духовную волю, и психическое стремление сердца могут покорить низшую природу.

\*

Всегда трудно делать что-либо путем ментального контроля, когда достигаемое движется против склонности человеческой или личной природы. Сильная воля, терпеливо и настойчиво обращенная к своей цели, может вызвать необходимые изменения, но обычно на этой требуется долгое время, и успех поначалу может быть только частичным и пестрящим многими недостатками.

Автоматическое обращение всех действий в поклонение не может быть достигнуто только за счет контроля мышления; должно быть сильное стремление в сердце, которое принесет некую реализацию или ощущение присутствия Одного, кому направлено это поклонение. Бхакта не полагается только на собственные усилия, он полагается на милость и мощь Божественного, которому он поклоняется.

\*

Вы всегда слишком много полагались на действие вашего собственного разума и воли — вот почему вы не можете прогрессировать. Если бы вы смогли обрести привычку молчаливо полагаться на силу Матери,— не просто призывать ее в поддержку собственного усилия,— препятствия бы уменьшились и, в конечном счете, исчезли.

\*

Всякое искреннее стремление имеет свои последствия; если вы искренни, вы будете расти в божественную жизнь.

Быть полностью искренним означает хотеть только божественной Истины, все больше и больше сдавать себя Божественной Матери, отвергать все ложные притязания и желания, отличные от этого одного стремления, преподносить каждое действие в жизни Божественному и делать это как данную работу, не внося в нее эго. Таков базис божественной жизни.

Невозможно сразу же полностью стать этим, но если вы стремитесь к этому все время и всегда призываете в помощь Божественную Шакти с истинным сердцем и прямой волей, тогда вы все больше и больше вращаете в это сознание.

\*

Полная сдача невозможна за столь короткое время,— ведь свободная сдача означает устранение узелков эго в каждой части существа и подношение существа, свободного и целостного, Божественному. Разум, витал, физическое сознание (и даже каждая их часть во всех своих движениях) должны поочередно сдаться, оставить собственный путь и принять путь Божественного. Но то, что можно сделать — это с самого начала принять центральное решение и само-посвящение и внедрять его каким угодно путем, оказавшимся открытым, на каждом шагу, извлекая выгоду из каждого представившегося удобного случая, чтобы сделать эту само-сдачу полной. Сдача в одном направлении облегчает сдачу в других направлениях; но она не устраняет и не ослабляет другие узлы, особенно те, которые самым сокровенным образом связаны с сегодняшней личностью, так что ее самые любимые формации могут зачастую представлять немалые трудности, даже после того, как была закреплена центральная воля и были на практике достигнуты первые серьезные результаты.

\*

Вы спрашиваете, как вы можете исправить те ошибки, которые вы, по-видимому, сделали. Допуская, что все так, как вы говорите, мне кажется, что исправление заключается как раз в этом — сделать себя сосудом для Божественной Истины и Божественной Любви. И первые шаги к этому — это полное само-посвящение и само-очищение, полное открытие себя Божественному, отвержение в себе всего, что стоит на пути этого осуществления. В духовной жизни нет другого исправления любой ошибки, никакое другое не может быть полностью эффективным. Поначалу не следует просить других плодов или результатов, отличных от этого внутреннего роста и изменения — ведь иначе вы рискуете столкнуться с сильным разочарованием. Только когда вы сами свободны, сможете вы освободить и других, и в йоге именно из внутренней победы приходит внешнее покорение.

\*

Невозможно сразу же избавиться от напряжения личного усилия — и это не всегда желательно; ведь личное усилие лучше, чем тамасическая инерция.

Личное усилие должно быть постепенно трансформировано в движение Божественной Силы. Если вы чувствуете, что сознательны по отношению к Божественной Силе, тогда вы все больше и больше призываете ее управлять вашим усилием, подхватывать его и трансформировать его в нечто, принадлежащее не вам, а Матери. Это будет нечто вроде передачи, поднятия сил, работающих в личном Адхаре — передачи не сразу же полной и законченной, а постепенной.

Однако психическая позиция необходима: должно развиваться различие, которое точно видит, что является Божественной Силой, что — элементами личного усилия, и что привносится как смесь из низших космических сил. И пока эта передача не закончится, на что всегда требуется время, все-

гда будет нужен личный вклад, постоянное согласие на истинную Силу, постоянное отвержение любой низшей смеси.

Сейчас вам следует не оставить личное усилие, а все больше и больше призывать Божественную Силу и направлять ею свое личное усилие.

\*

На ранних стадиях садханы не рекомендуется оставлять все Божественному или ожидать от него всего, не прикладывая собственных усилий. Это допустимо только тогда, когда психическое существо находится на переднем плане и направляет все действия (и даже тогда необходимы бдительность и постоянное согласие) или же на последних стадиях йоги, когда прямая или почти прямая супраментальная сила вбирает и поднимает сознание; но эта стадия пока что очень далека. При прочих условиях эта позиция приведет, скорее всего, к застою и инерции.

Только самые механические части существа могут сказать, что они действительно беспомощны: особенно физическое (материальное) сознание инертно по своей природе и подвижно ментальными и витальными, либо высшими силами. Но всегда можно сдать ментальную волю или витальный напор на службу Божественному. При этом нельзя надеяться на скорый результат, ведь сопротивление низшей Природы или давление враждебных сил часто могут успешно препятствовать некоторое время, даже долгое время, необходимому изменению. Тогда надо настаивать, ставить всегда волю на сторону Божественного, отвергая то, что должно быть отвергнуто, открывая себя истинному Свету и истинной Силе, призывая его спокойно, стойко, без усилия, без депрессии или нетерпения, пока не почувствуете, что Божественная Сила начала работать в вас, и препятствия начинают уменьшаться.

Вы говорите, что осознаете собственное неведение и темноту. Если это только общее осознание, тогда этого не достаточно. Но если вы осознаете все в деталях, то, как все это работает, тогда этого достаточно для начала; вы должны стойко отвергать неправильные работы, которые вы осознаете, и делать свой разум и витал спокойным и ясным полем для действия Божественной Силы.

\*

Механические движения всегда труднее остановить с помощью ментальной воли, потому что они ни в малейшей степени не зависят от рассудка или любого ментального оправдания, а основываются на ассоциации или же простой механической памяти и привычке.

Практика отвержения в конце концов восторжествует; но если есть только личное усилие, она может занять долгое время. Если вы сможете почувствовать, как Божественная Мощь работает в вас, тогда это должно идти легче.

Не должно быть ничего инертного или тамасического в самосдаче руководству Божественной Мощи, и это не должно послужить оправданием для какой-либо части витала не отвергать внушения низших импульсов и желаний.

Всегда есть два пути практикования йоги: один путь — с помощью действия бдительного разума и витального видения, наблюдающих, думающих и решающих, что следует и чего не следует делать. Конечно, они действуют с Божественной Силой, стоящей за ними, притягивая или призывая эту Силу, ведь иначе не может быть сделано ничего значительного. Но личное усилие все еще явно видно, и оно принимает на себя большую часть бремени.

Другой путь — это путь психического существа, сознания, открытого Божественному, не только открывающего психическое и выносящего его вперед, но и открывающего разум, витал и физическое, получающего Свет, воспринимающего то, что надо сделать, чувствующего и видящего его сделанным самой Божественной Силой и постоянно помогающего собственным бдительным и сознательным согласием и призывом Божественной работы.

Обычно возможна лишь смесь из этих путей, пока сознание не станет готово полностью открыться, полностью подчиниться Божественному зачинанию всего его действия. Именно тогда исчезает всякая ответственность, и нет личной ноши на плечах садхака.

\*

Не важно, идете ли вы путем тапасьи или сдачи, но вы всегда должны быть обращены к своей цели. Если вы вступили на этот путь, как вы можете отойти от него к чему-то более низкому? Если твердо держаться, то падение ничего не значит — вы поднимаетесь и снова идете вперед. Если вы твердо устремлены к цели, то не может быть окончательной неудачи на пути к Божественному. И если в вас есть нечто, что надежно направляет вас, тогда заминки или падения или недостаток веры не играют заметной роли. Надо продолжать идти, пока борьба не окончится, и перед вами не появится прямая, открытая и беспрепятственная дорога.

\*

Этот огонь есть божественный огонь стремления и внутренней тапасьи. Когда этот огонь с нарастающей силой и величиной снова и снова нисходит во тьму человеческого неведения, поначалу он кажется полностью поглощенным этой тьмою, но постепенно тьма превращается в свет, а неведение и несознание человеческого разума — в духовное сознание.

\*

Практикование Йоги подразумевает волю к преодолению всех привязанностей и обращение только к Божественному. Принципиальная вещь в Йоге — доверять Божественной Милости на каждом шагу, постоянно направлять свои мысли к Божественному и осуществлять сдачу, пока существо не откроется и сила Матери не будет чувствоваться работающей в Адхаре.

\*

Весь принцип этой йоги состоит в том, чтобы открыть себя Божественному Воздействию. Оно находится над вами, и если вы начнете его осознать, тогда вы сможете призывать его вниз, в себя. Оно нисходит в разум и тело как Мир и Покой, как Свет, как работающая Сила, как Присутствие Божественного с формой или без формы, как Ананда. Прежде чем занять это сознание, надо иметь веру и стремиться к открытию. Стремление, зов, молитва — все это формы одной и той же вещи, и все они эффективны; вы можете избрать ту форму, которая пришла к вам или дается вам легче всего. Другой путь — это путь концентрации; вы концентрируете свое сознание в сердце (некоторые концентрируются в голове или над головой) и медитируете, обращаясь к Матери в сердце и призывая ее туда. В разное время можно делать либо то, либо другое или то и другое вместе — что приходит к вам естественнее или что вы подвижны делать в данный момент. Особенно в самом начале совершенно необходимо обрести тихий разум, отвергать на время медитации все мысли и движения, чуждые садхане. Но вы не должны быть нетерпеливы, если все сразу же не получается; требуется время, чтобы внести полное спокойствие в разум; вы должны продолжать, пока сознание не будет готово.

\*

То, на что вы нацеливаетесь в практике Йоги, может придти лишь путем открытия существа силе Матери и настоящего отвержения всякого эгоизма, требования и желания, всех мотивов, кроме стремления к Божественной Истине. Если это правильно сделано, тогда Божественная Сила и Свет начнут свою работу и принесут мир и спокойствие, невозмутимость, внутреннюю силу, очищенную преданность и нарастающее сознание и само-знание, являющееся необходимым основанием для сидхи йоги.

\*

Истина для вас состоит в том, чтобы чувствовать Божественное в себе, открываться Матери и работать ради Божественного, пока вы не осознаете Мать во всех своих действиях. Должно быть сознание божественного присутствия в вашем сердце и божественного руководства — в ваших действиях. Психическое существо, если оно пробуждено, может чувствовать это легко, быстро и глубоко; и как только психическое почувствовало это, это чувство может быть распространено и на ментальное и витальное.

\*

Единственная истина в вашем переживании,— которое, как вы говорите, кажется столь истинным для вас,— заключается в том, что вы или кто-либо другой беспомощны в том, чтобы выбраться из низшего сознания только с помощью собственных усилий. Вот почему, когда вы погружаетесь в это низшее сознание, все кажется вам безнадежным, ведь на это время вы теряете опору на истинное сознание. Но это внушение неверное, потому что вы открыты Божественному и не обязаны оставаться в низшем сознании.

Когда вы находитесь в истинном сознании, тогда вы видите, что может быть сделано все, даже если сейчас положено только самое начало; но начала достаточно, раз уж там сеть Мощь, Сила. Ведь истина состоит в том, что может быть сделано все, и требуется только время и стремление души для полного изменения и для исполнения души.

\*

Условия следования Воле Матери заключаются в том, чтобы повернуться к ней для Света, Истины и Силы, стремиться к тому, чтобы никакая сила не влияла на вас или вела вас, не выдвигать требований или условий в витале, сохранять тихий разум, готовый воспринимать Истину, не настаивать на собственных идеях и формациях,— в конце концов сохранять психическое пробужденным и на переднем плане, так чтобы вы могли быть в постоянном контакте с Матерью и верно знать, какова ее цель; ведь разум и витал могут ошибочно принять другие побуждения и внушения за Божественную Волю, но психическое, однажды пробужденное, не ошибается.

Абсолютное совершенство в работе возможно только после супраментализации; но относительно хорошая работа возможна и на низших планах, если находиться в контакте с Божественным и быть внимательным, бдительным и сознательным в разуме, витале и теле. Кроме того, это условие является подготовительным и почти совершенно необходимым для всевышнего освобождения.

\*

Тот, кто страшится монотонности и хочет чего-то нового, не сможет делать йогу или, во всяком случае, эту йогу, которая требует неистощимой стойкости и терпения. Страх смерти указывает на витальную слабость, что также уменьшает способность к йоге. Равным образом, тот, кто находится во власти своих страстей, найдет йогу трудной и, пока он не поддерживается истинным внутренним зовом и искренним и сильным стремлением к духовному сознанию и единению с Божественным, может очень легко окончательно пасть, и его усилие не приведет ни к чему.

\*

Что касается работы, все зависит от того, что вы подразумеваете под этим словом. Желание часто ведет к избыточному усилию, зачастую означает малые результаты при огромном напряжении труда, истощение и, в случае трудности или неудачи, уныние, утрату веры или протест; либо желание ведет к тому, что вы тянете силу. Тянуть силу можно, но если вы йогически не сильны и не опыты, это не всегда безопасно, хотя часто это может быть очень эффективным; не безопасно, прежде всего, из-за того, что это может вести к неправильным сильным реакциям или может привести к противодействующим, неправильным и смешанным силам, которые неопытный садхак не сможет отличить от истинных. Но это может и заменить собственную ограниченную мощь садхака или его ментальные и витальные построения на свободный дар и настоящее водительство Божественного. Все случаи разные, и каждый следует своим путем садханы. Но вам бы я рекомендовал постоянную открытость, способное ровное стремление, светлое доверие и терпение.

\*

Очень неблагоприятно для кого-либо поспешно заявлять об овладении сверхразумом или даже о первом контакте с ним. Такая претензия часто сопровождается вспышкой сверхэгоизма, неким ра-

дикальным просчетом или крупным падением, неверным состоянием или неверным движением. Определенная духовная скромность, серьезный несамонадеянный взгляд на себя и спокойное восприятие несовершенств собственной сегодняшней природы и, вместо само-почитания и самоутверждения, ощущение необходимости превосходения собственного сегодняшнего я, не из эгоистической амбиции, а из побуждения к Божественному, будет, как кажется мне, для этой брэнной земной и человеческой структуры, гораздо лучшим условием для продвижения к супраментальному изменению.

\*

Вы начали переживать психическую сдачу в физическом.

Все части, по-существу, сданы, но сдача должна быть сделана полной путем роста психической само-сдачи во всех них и во всех их движениях порознь и вместе.

Чтобы Божественное наслаждалось вами, вам надо полностью сдаться ему, так чтобы вы почувствовали, что Божественное Присутствие, Мошь, Свет, Ананда завладели всем вашим существом, а не вы бы владели всем этим ради собственного удовольствия. Вы получите гораздо большее наслаждение, если сдадитесь таким образом, и Божественное завладеет вами, чем если вы сами будете обладателем. Одновременно с помощью этой сдачи придет и спокойствие и счастливое мастерство я и природы.

\*

Выведите психическое существо на передний план и держите его там, накладывая его мощь на разум, витал и физическое, так что оно будет придавать им свою силу целенаправленного стремления, доверия, веры, сдачи, прямого и непосредственного обнаружения всего, что неправильно в природе и повернуто к эго и к ошибке, от Света и Истины.

Устраняйте эгоизм во всех формах; устраняйте его из каждого движения сознания.

Развивайте космическое сознание — пусть эго-центрический взгляд растворится в широте, безличности, ощущении Космического Божественного, в восприятии вселенских сил, в реализации и понимании космической манифестации, игры.

Найдите вместо эго истинное существо — часть Божественного, испущенную из Матери Мира, и инструмент манифестации. Это ощущение того, что вы являетесь частью Божественного и его инструментом, должно быть свободно от всякой гордости, ощущения или требования эго или его притяжения на превосходство, от требования или желания. Ведь если эти элементы есть, тогда это не истинная вещь.

Большинство делающих йогу живут в разуме, витале, физическом, освещаемых только от случая к случаю или до некоторой степени высшим разумом и озаренным разумом; но чтобы подготовиться к супраментальному изменению, необходимо (как только для вас придет время) открыться к Интуиции и Надразуму, так чтобы они подготовили все существо и всю природу к супраментальному изменению. Позвольте сознанию спокойно развиваться и расширяться, и знание этих вещей постепенно придет.

Спокойствие, различие, открепленность (но не безразличие) очень важны, ведь их противоположности очень сильно препятствуют трансформирующему действию. Интенсивность стремления должна быть, но она должна быть наряду с этими вещами. Не спешка, не инерция, не раджасическое нетерпение или тамасическое обескураживание — ровный и постоянный, но спокойный зов и работа. Не цепляние за реализацию, а позволение реализации приходиться изнутри и свыше и точное наблюдение за ее полем, ее природой, ее пределами.

Позвольте мощи Матери работать в вас, но будьте внимательны, чтобы избегать любой смеси или подмены преувеличенной работы эго или силы Неведения, представляющей себя в качестве Истины. Особенно стремитесь к устранению всякой темноты и несознания в природе.

Таковы главные условия подготовки к супраментальному изменению; но ни одно из них не является легким, и все они должны быть выполнены, прежде чем можно будет сказать, что природа готова. Если может быть установлена истинная позиция (психическая, неэгоистическая, открытая только Божественной Силе), тогда этот процесс может пойти гораздо быстрее. Занять и поддерживать истинную позицию, способствовать дальнейшему изменению — это та помощь, которую вы можете оказать, это единственное, что требуется для содействия общему изменению.

### III ПРЕОДОЛЕВАЯ ТРУДНОСТИ

На ранних стадиях всегда есть трудности, стесненный прогресс, и внутренние двери не открываются до тех пор, пока существо не становится готовым. Если в ходе медитации вы чувствуете покой и вспышки внутреннего Света, и если внутреннее побуждение растет столь сильным, что внешняя хватка ослабевает, а витальные возмущения теряют свою силу, тогда это уже большой прогресс. Дорога йоги длинна, каждый дюйм почвы отвоевывается с большим сопротивлением, и для садхаки никакое другое качество не требуется так, как терпение и целеустремленная стойкость с верой, остающейся прочной при любых трудностях, запинках и кажущихся падениях.

\*

Эти препятствия обычны на первых стадиях садханы. Они вызваны тем, что природное существо еще не достаточно восприимчиво. Вы должны найти, где находится препятствие, в разуме или в витале, и попытаться расширить сознание там, призывать больше чистоты и мира, и в той чистоте и мире искренне и полностью сдавать ту часть своего существа Божественной Силе.

\*

Каждая часть природы хочет продолжения своих старых движений и отказывается, насколько возможно, допустить радикальное изменение и прогресс, потому что это подчинит ее чему-то более высокому, чем она сама, и лишит ее власти в собственной области, в своей отдельной империи.

Разум делается тупым и смутным из-за того, что в его низшем базисе лежит физический разум со своим принципом тамаса или инерции — ведь в материи инерция является фундаментальным принципом. Постоянная или долгая длительность более высокого переживания порождает в этой части разума ощущение истощения или реакцию неудобства или тупости. Транс или самадхи — это путь бегства: тело затихает, физический разум попадает в состояние оцепенения, а внутреннее сознание чувствует себя свободным продолжать свои переживания. Вред здесь состоит в том, что транс становится совершенно необходимым, а проблема пробужденного сознания не решается; оно остается несовершенным.

\*

Если трудность в медитации состоит в том, что приходят всевозможные мысли, то это происходит не из-за враждебных сил, а из-за обычной природы человеческого разума. Все садхаки сталкиваются с этой трудностью, и у многих она длится очень долгое время. Есть несколько путей избавиться от нее. Один из них — следить за мыслями и наблюдать, что в природе разума вызывает их, но не давать им никакой санкции и не позволять им бегать, пока они полностью не успокоятся — этот путь рекомендовал Вивекананда в своей раджа-йоге. Другой путь — смотреть на мысли как не на свои собственные, отходить назад как свидетельствующий Пуруша и отказывать им в санкции — мысли рассматриваются как вещи, приходящие снаружи, из Пракрити, и они должны чувствоваться так, как если бы они были прохожими, пересекающими пространство разума, с которыми у вас нет связи и которые вам не интересны. На этом пути часто происходит то, что спустя некоторое время разум делится на две части — на часть, являющуюся ментальным свидетелем, наблюдающим, совершенно невозмутимым и спокойным, и часть, являющуюся целью наблюдения, частью Пракрити, в которой пересекаются или странствуют мысли. Затем можно добиться молчания или тишины и в этой части. Есть и третий путь — активный способ, при котором вы смотрите, откуда приходят мысли, и обнаруживаете, что они приходят не от вас, а откуда-то извне вашей головы; если вы можете обнаружить, как они подходят, тогда вы должны полностью их отбросить еще до того, как они войдут. Возможно, это самый трудный путь, и не все могут им следовать, но это самая короткая и самая эффективная дорога к молчанию.

\*

Необходимо наблюдать и знать неправильные движения в себе, ведь они являются источником ваших затруднений и должны настойчиво отвергаться, если вам суждено стать свободным.

Но не думайте всегда о своих дефектах и неправильных движениях. Больше концентрируйтесь на том, чем вам надо быть, на идеале, с верой в то, что поскольку эта цель перед вами, то она должна придти и придет.

Постоянное наблюдение за промахами и неправильными движениями вызывает депрессию и расхолаживает веру. Обращайте свой взор больше к грядущему свету и меньше — к любой ближайшей тьме. Помогает вера, бодрость, уверенность в окончательной победе,— все это делает прогресс более легким и более быстрым.

\*

Вызывайте больше хороших переживаний, которые приходят к вам; одно переживание такого рода важнее упущений и неудач. Когда хорошее переживание кончается, не ропщите и не позволяйте себе обескураживаться, и будьте спокойными внутри и стремитесь к его возобновлению в более сильной форме, ведущей к еще более глубокому и более сильному переживанию.

Стремитесь всегда, но с большим спокойствием, открывая себя просто и полностью Божественному.

\*

В большинстве человеческих существ низший витал полон серьезных дефектов и движений, отвечающих враждебным силам. Постоянная психическая открытость, постоянное отвержение этих воздействий, отделение себя от всех враждебных внушений и приток спокойствия, света, мира, чистоты силы Матери в конечном счете снимет эту осаду.

Требуется быть спокойным и все более и более спокойным, смотреть на эти воздействия как на нечто не ваше, навязанное, отделять себя от них и отрицать их и пребывать в спокойном доверии в Божественной Мощи. Если ваше психическое существо просит Божественного, и ваш разум искренен и призывает освобождение от низшей природы и ото всех враждебных сил, и если вы можете призывать мощь Матери в свое сердце и полагаться на нее больше, чем на собственную силу, тогда эта осада в конце концов будет с вас снята, и сила и мир займут ее место.

\*

Низшая природа невежественна и небожественна, но она сама по себе не враждебна, а закрыта от Света и Истины. Враждебные силы анти-божественны, а не просто не-божественны; они используют низшую природу, извращают ее, наполняют ее искаженными движениями и таким образом воздействуют на человека и даже пытаются войти и завладеть им или, по крайней мере, полностью контролировать его.

Освободитесь от всякого преувеличенного само-умаления и привычки быть подавленным чувством греха, трудности или неудачи. Эти чувства в действительности не помогают, а наоборот, они являются значительным препятствием и замедляют прогресс. Они принадлежат религиозной, а не йогической ментальности. Йогин должен смотреть на все дефекты природы как на движения низшей Пракрити, общие для всех, и отвергать их спокойно, уверенно и с постоянным и полным доверием Божественной Мощи — без слабости, депрессии или небрежности, но и без возбуждения, нетерпения или насилия.

\*

Правило йоги — не позволять, чтобы депрессия подавила вас, отходить от нее, наблюдать ее причину и устранять эту причину; ведь причина всегда находится в вас самих, возможно, это витальный дефект где-то, неправильное движение, позволенное себе, либо мелкое желание, вызывающее отход от йоги, иногда из-за удовлетворения этого желания, а иногда из-за его разочарования. В

йоге удовлетворенное желание, ложное движение, поднявшее свою голову, очень часто вызывает худший отход, чем разочарованное желание.

Вам нужно жить глубже внутри, меньше — во внешней витальной и ментальной частях, которые подвержены этим касаниям. Сокровенное психическое существо не угнетается ими; оно находится в собственной близости к Божественному и видит маленькие поверхностные движения как поверхностные вещи, чуждые истинному Существо.

\*

В своем обращении со своими трудностями и неправильными движениями, которые атакуют вас, вы, вероятно, делаете ошибку, отождествляясь с ними и считая их частью вашей собственной природы. Вам следовало бы лучше отходить от них, откреплять и отделять себя от них, смотреть на них как на движения вселенской низшей несовершенной и нечистой природы, как на силы, которые входят в вас и пытаются сделать вас их инструментом для их само-выражения. Так открепляя и отделяя себя, вам будет легче открываться и все больше и больше жить во внутренней части себя; ваше внутреннее или психическое существо, не атакованное и не затронутое этими движениями, находит их чуждыми себе и автоматически отказывается соглашаться с ними и чувствует себя всегда повернутым или находящимся в контакте с Божественными Силами и высшими планами сознания. Найдите ту часть своего существа и живете в ней; быть способными делать это — истинное основание йоги.

Отходя таким образом, вам будет легче найти спокойное равновесие в себе самом, за поверхностной борьбой, откуда вы сможете более эффективно призывать помощь освободить вас. Божественное присутствие, спокойствие, мир, чистота, сила, свет, радость, широта находятся над вами, ожидая часа, чтобы спуститься в вас. Найдите это спокойствие позади, и ваш разум тоже станет спокойнее, и через спокойный разум вы сможете звать нисхождение сначала чистоты и мира, затем — Божественной Силы. Если вы сможете чувствовать, как этот мир и чистота спускаются в вас, тогда затем вы сможете призывать их снова и снова, пока они не начнут устанавливаться; вы также будете чувствовать Силу, работающую в вас, чтобы изменить движения и трансформировать сознание. В этой работе вы осознаете присутствие и мощь Матери. Как только это будет сделано, все остальное станет вопросом времени и постепенной эволюции в вас вашей истинной и божественной природы.

\*

Наличие несовершенств, даже многих и серьезных несовершенств, не может быть постоянной преградой в йоге. (Я не говорю о восстановлении предыдущей открытости, поскольку согласно моему опыту, то, что приходит после периода затруднения и борьбы, обычно является новым и более широким открытием, неким большим сознанием и улучшением того, что было обретено прежде и казалось — но только казалось — потерянным на какое-то время.) Единственная преграда, которая может быть постоянной — но она больше не обязана быть таковой, ведь и это может измениться — это неискренность, а этого в вас нет. Если бы несовершенство было преградой, тогда никто не смог бы преуспеть в йоге; ведь все несовершенны, и я не уверен, что из того, что я видел, что это не те, кто имеют величайшую мощь йоги, очень часто имеют или имели самые большие несовершенства. Вы знаете, я думаю, комментарий Сократа по поводу собственного характера; то же самое могли бы сказать многие великие йоги по поводу своей начальной человеческой природы. В йоге единственная вещь, которая значит в конечном счете, это искренность, и с ней - терпение оставаться на пути — многие продвигались даже без этого терпения, ведь несмотря на протесты, нетерпение, депрессию, отчаяние, усталость, временную утрату веры, сила, большая чем их внешнее я, сила Духа, водительство потребности духа, проталкивала их через туман и мглу к цели перед ними. Несовершенства могут быть камнем преткновения и могут приводить к падению в какое-то время, но они не могут быть постоянной преградой. Препятствия, вызванные некоторым сопротивлением в природе, могут быть более серьезной причиной задержки, но и они не длятся вечно.

Длительность вашего периода затмения также не является достаточной причиной для утраты веры в свою способность и в свою духовную судьбу. Я полагаю, что смена ярких и темных периодов является почти повсеместным опытом йогов, и исключения из этого правила очень редки. Если вас интересуют причины этого явления,— очень неприятного для нашей теперешней человеческой

природы,— то я думаю, что их, главным образом, две. Первая причина кроется в том, что человеческое сознание либо не может вынести постоянного нисхождения Света или Силы или Ананды, либо не может сразу же воспринять и усвоить его; требуется период ассимиляции; но эта ассимиляция проходит за вуалью поверхности сознания; переживание или реализация того, что произошло, отходит за вуаль и оставляет это внешнее или поверхностное сознание "лежать вспаханным" и быть готовым для нового нисхождения. На более продвинутых стадиях йоги эти темные и смутные периоды становятся более короткими, менее тяжелыми и облегченными ощущением большего сознания, которое, хотя и не действует в расчете на близкий прогресс, все же остается и поддерживает внешнюю природу. Второй причиной является некоторое сопротивление, иногда оно в человеческой природе, которая не ощутила предыдущего нисхождения, не готова, возможно, не желает измениться,— зачастую это некая сильная привычная формация разума или витала, либо некая временная инерция физического сознания, а не в точности часть природы,— и это, скрыто или открыто, выставляет препятствие. Если вы можете обнаружить эту причину в себе, признать ее, увидеть ее действие и призвать Силу для ее устранения, тогда периоды затмения могут быть значительно сокращены, а их острота уменьшится. Но, в любом случае, Божественная Сила всегда работает на заднем плане, и однажды, возможно, когда вы менее всего ожидаете этого, препятствие рухнет, тучи рассеются, и снова засияет солнечный свет. В этих случаях самое лучшее — это не мучиться, не падать духом, а спокойно настаивать и держать себя открытым, развернуться к Свету и ждать его прихода: это укорачивает такие испытания. Впоследствии, когда препятствие исчезнет, вы обнаружите, что был сделан большой прогресс и что сознание гораздо более способно, чем прежде, воспринимать и удерживать. Есть воздаяния за все испытания в духовной жизни.

\*

Хотя распознавание Божественной Силы и настройка на нее своей природы не могут быть достигнуты без распознавания несовершенств в этой природе, все же будет неправильным слишком напирать на эти несовершенства или трудности, порождаемые ими, либо терять веру в Божественную работу из-за переживаемых трудностей, либо все время поддерживать темную сторону вещей. Делать это означает увеличивать силу трудностей, давать большее право на продолжение несовершенств. Я не настаиваю на чрезмерном оптимизме, хотя излишний оптимизм лучше излишнего пессимизма. Такой оптимизм склонен прикрывать трудности, но вам это не опасно; совсем наоборот, вы всегда слишком напирали на теневую сторону и тем самым усиливали трудности и препятствовали своему выходу в Свет. Веры, больше веры! Веры в свои возможности, веры в Силу, что работает за вуалью, веры в работу, которую предстоит сделать, и в предложенное руководство.

Не может быть никакой высокой попытки, особенно в духовном поле, которая не вызывала бы или не встречала бы серьезные препятствия самого настоятельного характера. Эти трудности носят как внутренний, так и внешний характер и, хотя, по большому счету, они фундаментально одинаковы для всех, может быть большая разница в распределении их упора или во внешней форме, которую они принимают. Но единственная настоящая трудность — это настройка природы на работу Божественного Света и Силы. Решите эту трудность, и все остальные трудности либо исчезнут, либо займут второстепенное место; но даже те трудности, которые носят более общий характер, более длительны из-за того, что они внутренне присущи работе трансформации, не будут так тяжело давить, потому что будет ощущение поддерживающей Силы, а также придет большая мощь следовать ее движению.

\*

Полное забвение переживания просто означает, что все еще нет достаточного моста между внутренним сознанием, которое имело переживание в состоянии подобном самадхи, и внешним пробужденным сознанием. Только тогда, когда высшее сознание сделает мост между ними, внешнее сознание тоже будет помнить.

\*

Эти колебания в силе стремления и мощи садханы неизбежны и общи для всех садхаков, пока все существо в целом не готово к трансформации. Когда психическое существо находится на переднем плане или активно, а разум и витал согласны, тогда есть интенсивность стремления. Когда же психическое менее выражено, а низший витал продолжает свои обычные движения или разум - свое невежественное действие, тогда могут войти противодействующие силы, если только садхак не очень бдителен. Инерция обычно приходит из обычного физического сознания, особенно когда витал не активно поддерживает садхану. От этого можно избавиться только путем настоящего привнесения высшего духовного сознания во все части существа.

\*

Случайное понижение сознания происходит с каждым. Причины этому бывают самые разные, некоторые касаются чего-то еще не измененного или не достаточно измененного в витале, особенно в низшем витале, некоторые касаются инерции или темноты, поднимающейся из физических частей природы. Когда это приходит, оставайтесь спокойными, открывайте себя Матери, призывайте истинные условия и стремитесь к ясному и невозмутимому распознаванию, которое показало бы вам внутри вас ту причину, которую надо исправить.

\*

Всегда бывают паузы подготовки и усвоения между двумя этими движениями. Вы не должны относиться к ним с раздражительностью или нетерпением, как если бы они были неблагоприятными пробелами в садхане. Кроме того, сила поднимает самую высокую часть природы на более высокий уровень, а затем спускается, чтобы поднять и самую низкую часть; это движение восхождения и нисхождения зачастую чрезвычайно трудное, потому что разум, склонный к восхождению по прямой линии, и витал, жаждущий быстрого осуществления, не могут понять этого замысловатого движения или следовать ему, и склонны страдать или возмущаться от этого. Но не так легко осуществить трансформацию всей природы, и Сила, делающая ее, знает лучше, чем наше ментальное невежество или наше витальное нетерпение.

\*

Это очень серьезная трудность в йоге — отсутствие центральной воли, всегда превосходящей волны Пракрити, всегда находящейся в соприкосновении с Матерью, накладывающей свою центральную цель и стремление на природу. Это из-за того, что вы все еще не научились жить в своем центральном существе; вы привыкли увлекаться любой волной Силы, не важно какой, которая обрушилась на вас, и отождествляться на время с ней. Это одна из вещей, которую надо научиться делать; вы должны найти свое центральное существо с психическим в качестве его базиса и жить в нем.

\*

Сколь тяжелой ни была бы борьба, ее надо провести здесь и сейчас до конца.

Беда в том, что вы никогда полностью не сталкивались с настоящим препятствием и не покоряли его. В самой фундаментальной части вашей природы есть сильная формация эго-индивидуальности, которая примешала в ваше духовное стремление навязчивый элемент гордыни и духовной амбиции. Эта формация никогда не соглашалась разрушиться, чтобы уступить место чему-то более истинному и божественному. Поэтому, когда Мать накладывала на вас свою силу или когда вы сами тянули эту силу, эта формация в вас всегда препятствовала правильной работе, навязывая свой способ делания ее. Она начала свое строительство согласно идеям разума или некоторому требованию эго, пытаясь сделать собственное творение "своим путем", собственной силой, собственной садашной, собственной тапасей. Никогда не было никакой настоящей сдачи, какой-либо отдачи себя, свободно и просто, в руки Божественной Матери. И все же это единственный способ достичь цели в супраментальной Йоге. Быть Йогиним, Саньясином, Тапасви не является здесь целью. Целью является трансформация, и трансформация может быть сделана лишь силой, бесконечно превосходящей вашу собственную; ее можно сделать, лишь поистине уподобившись ребенку в руках Божественной Матери.

\*

Нет причины, по которой вы должны оставить надежду на успех в йоге. Состояние депрессии, которое вы сейчас переживаете,— временное явление, и оно временами одолевает даже самых сильных садхаков или даже часто возвращается к ним. Единственное, что требуется — это твердо держаться в пробужденной части существа, отвергать все противоположные внушения и ждать, открывая себя, насколько возможно, истинной Мощи, пока не минует кризис или закончится изменение, стадией которого явилась эта депрессия. Внушения, приходящие вашему разуму и говорящие вам, что вы не пригодны для йоги и поэтому должны вернуться к обычной жизни — это подстрекательство из враждебного источника. Идеи такого рода должны всегда отвергаться как намерение низшей природы; даже если они основаны на видимостях, кажущихся убедительными невежественному уму, но они ложны, поскольку преувеличивают текущее движение и представляют его как решающую и определяющую истину. В вас есть только одна истина, которой вы должны постоянно придерживаться — это истина ваших божественных возможностей и зов высшего Света к вашей природе. Если вы постоянно придерживаетесь этой истины или, даже будучи на момент сбитыми со своей твердой позиции, постоянно возвращаетесь к ней, это в конце концов оправдывает себя несмотря на все трудности, препятствия и заминки. Все, что сопротивляется, исчезнет со временем по мере постепенного развертывания вашей духовной природы.

То, что требуется, это обращение и сдача витальной части. Она должна научиться требовать только высочайшей истины и отказываться от настояния на удовлетворении своих низших импульсов и желаний. Именно эта верность витального существа приносит полное удовлетворение и радость всей природы в духовной жизни. Когда это есть, будет невозможно даже думать о том, чтобы вернуться к обычному существованию. Тем временем ментальная воля и психическое стремление должны служить вам поддержкой; если вы настаиваете, витал, в конце концов, уступит, будет обращен и сдаться.

Закрепите в своем разуме и сердце решение жить для Божественной Истины и только для нее; отвергайте все, что противоположно ей и не совместимо с ней и отворачивайтесь от низших желаний; стремитесь открыть себя Божественной Силе и ничему другому. Делайте это со всей искренностью, и присутственная и живая помощь, нужная вам, не подведет вас.

\*

Вы заняли верную позицию. Именно это чувство и позиция помогают вам так быстро справляться с атаками, которые иногда совершаются на вас и выбрасывают вас из верного сознания. Как вы и говорите, с такой точки зрения трудности становятся благоприятными возможностями; встретив трудность в верном духе и покорив ее, вы обнаруживаете, что какое-то препятствие исчезло, и вы сделали еще один шаг вперед. Сомнение, сопротивление в какой-либо части существа ухудшает положение дел и усиливает трудности — вот почему беспрекословное принятие, верное подчинение указаниям Гуру считалось совершенно необходимым в древних индийских системах йоги — это требовалось не для пользы Гуру, а для пользы самого искателя.

\*

Одно дело — видеть вещи, и совсем другое — позволять им входить в вас. Надо занять переживание многих вещей, видеть их и наблюдать их, вносить их в поле сознания и знать, чем они являются. Но нет причины позволять им входить в вас и овладевать вами. Только Божественному или тому, что исходит от Него, можно позволить войти в себя.

Говорить, что любой свет хорош — это то же самое, что и говорить, что любая вода хороша, или даже, что любая чистая или прозрачная вода хороша: это может оказаться неверным. Надо увидеть природу света или то, откуда он пришел, либо что в нем, прежде чем можно будет сказать, что это истинный Свет. Существуют ложные огни и обманчивый блеск, а также огни, принадлежащие низшим диапазонам существа. Поэтому надо быть начеку и уметь различать; истинное различие должно придти с ростом психического чувства, очищенного разума и переживания.

\*

Крик, который вы слышали, был не в физическом сердце, а в эмоциональном центре. Разрушение стены означает разрушение этого препятствия или, по крайней мере, некоторого препятствия там, между вашим внутренним и внешним существом. Большинство людей живут в своей обычной внешней невежественной личности, которая не легко открывается Божественному; но в них есть внутреннее существо, которое они не знают и которое легко открывается Истине и Свету. Но есть стена, отделяющая их от внутреннего существа, это стена неясности и несознания. Когда она разрушается, происходит освобождение; ощущения спокойствия, Ананды, радости, которые вы имели сразу же после этого, были следствием этого освобождения. Крик, который вы слышали, был криком витальной части в вас, вызванным внезапно разрушения стены и открытием.

\*

Сознание обычно заключено в теле, централизовано в мозге, сердце и пупочных центрах (это ментальное, эмоциональное, чувственное сознание); когда вы чувствуете, что сознание или нечто из него поднимается и занимает позицию над головой, это означает освобождение заключенного сознания из телесной формулы. Именно ментальное сознание в вас идет туда вверх, приходит в соприкосновение с чем-то более высоким, чем обычный разум, и оттуда накладывает более высокую волю на остальную часть с целью трансформации. Дрожь и жар вызываются сопротивлением, отсутствием привычки в теле и в витале к этому требованию и к этому освобождению. Когда ментальное сознание может постоянно или по воле занимать эту позицию над головой, тогда первое освобождение становится законченным (сидхи). Оттуда ментальное существо может свободно открываться высшим планам или космическому существованию и его силе и может также с большей свободой и силой воздействовать на низшую природу.

\*

Метод Божественной Манифестации — действовать через спокойствие и гармонию, а не через катастрофический переворот. Последнее — это знак борьбы, обычно конфликтующих витальных сил, и, в любом случае, борьбы на низшем плане.

Вы слишком много думаете о враждебных силах. Такое занятие вызывает много ненужной борьбы. Закрепите свой разум на позитивной стороне. Откройтесь силе Матери, концентрируйтесь на ее защите, зовите свет, покой, мир и чистоту и рост в божественное сознание и знание.

Идея испытания также не является здоровой идеей, и ее не следует продвигать слишком далеко. Испытания проводятся не Божественным, а силами низших планов — ментальными, витальными, физическими — и допускается Божественным только из-за того, что они составляют часть обучения души и помогают ей узнать себя, свои силы и ограничения, которые она должна преодолеть. Мать не испытывает вас в каждое мгновение, а скорее помогает вам в каждое мгновение подняться над необходимостью испытаний и трудностей, принадлежащих низшему сознанию. Всегда осознавать эту помощь будет вашей лучшей гарантией против любых атак будь то враждебных сил или вашей собственной низшей природы.

\*

Враждебные силы несут определенную само-избранную функцию: проверить состояние индивида, работы, самой земли и их готовность к духовному нисхождению и изменению. Они присутствуют на каждом шагу путешествия, яростно атакуя, критикуя, внушая, навязывая уныние или побуждая к протесту, поднимая неверие, нагромождая трудности. Несомненно, они очень преувеличивают права, данные им их функцией, раздувая из мухи слона. Маленький пустяковый ложный шаг или ошибка — и они встают на пути и пытаются выстроить Гималайское препятствие. Но издревле это противодействие рассматривалось не как просто тест или испытание, а как побуждение искать большую силу, более совершенное само-знание, более интенсивную чистоту и силу стремления, веры, которую ничто не может сокрушить, более мощное нисхождение Божественной Милости.

\*

Сила не нисходит с целью поднять низшие силы, но из-за условий, в которых она сейчас должна работать, возникает этот подъем низших сил как реакция на работу Силы. Требуется установления спокойствия и широкого сознания в базисе всей Природы, чтобы проявление низшей природы происходило бы не как атака или борьба, а как если бы там был Мастер сил, видящий дефекты сегодняшней машинерии и делающий шаг за шагом то, что необходимо, чтобы исправить и изменить ее.

\*

Это силы Неведения сначала обложили вас снаружи, а затем провели массированную атаку, чтобы одолеть и захватить вас. Всякий раз после того, как отбивается такая атака, происходит прояснение в существе, отвоевывается новое поле для Матери в разуме, витале, физическом или в примыкающих частях природы. На то, что увеличивается место в витале, занимаемое Матерью, указывает тот факт, что сейчас вы оказываете более сильное сопротивление этим осадам, которые раньше всецело одолевали вас.

Быть способным в такие времена призывать присутствие или силу Матери — самый лучший способ встречать трудности.

Вы разговариваете именно с Матерью, которая всегда с вами и в вас. Единственно, надо правильно слушать, так чтобы никакой другой голос не подделался бы под ее голос или встал бы между вами и ней.

\*

Ваш разум и психическое существо сконцентрированы на духовной цели и открыты Божественному — вот почему Влияние спускается в голову и доходит только до сердца. Но витальное существо, витальная природа и физическое сознание находятся под влиянием низшей природы. Эта борьба, вероятно, будет продолжаться до тех пор, пока витальное и физическое существо не сдадутся или сами не начнут стремиться к высшей жизни.

Сдайте все, отвергните все прочие желания и интересы, призовите Божественную Шакти открыть витальную природу и спустить покой, мир, свет, Ананду во все центры. Стремитесь, с верой и терпением ждите результата. Все зависит от полной искренности и интегрального посвящения и стремления.

Мир будет беспокоить вас до тех пор, пока какая-либо ваша часть принадлежит этому миру. Вы сможете стать свободным лишь в том случае, если будете полностью принадлежать Божественному.

\*

Тот, кто не имеет отваги терпеливо и непоколебимо встречать жизнь и ее трудности, никогда не сможет пройти через еще большие трудности садханы. Самый первый урок этой йоги — встречать жизнь и ее испытания со спокойным разумом, непоколебимой отвагой и полным доверием Божественной Шакти.

\*

Самоубийство — нелепое решение; он совершенно не прав, думая, что это принесет ему мир и покой. Он только перенесет с собой свои трудности в более жалкие условия потустороннего существования, а затем вернется с этими же трудностями к следующей жизни на земле. Единственное средство — избавиться от этих болезненных идей и встретить жизнь с ясной волей к некой определенной работе, которая должна быть сделана как цель жизни, и со спокойной и действенной отвагой.

\*

Садхана должна делаться в теле, душа без тела не может делать ее. Когда тело спадает, душа идет странствовать в иные миры — и, в конечном счете, возвращается к другой жизни и другому

телу. И в новой жизни, она снова встречается со всеми трудностями, которые она не решила раньше. Так какой же толк от того, что вы оставите тело?

Более того, если кто-либо своевольно покидает тело, он много страдает в иных мирах, а когда он снова рождается, то рождается в еще худших, а не лучших условиях.

Единственно благоразумное дело — это встречать все трудности в этой жизни и в этом теле и покорять их.

\*

Цели йоги всегда трудно достичь, а цели этой йоги — еще труднее, чем цели какой-либо другой; эта йога — только для тех, кто имеет зов, способность, готовность встретить все и любой риск, даже риск неудачи, а также кто имеет волю к продвижению к полному устранению эго, к полному отсутствию желаний и к сдаче.

\*

Не позволяйте ничему и никому вставать между вами и силой Матери. Ваш успех будет зависеть именно от допущения и сохранения этой силы, а также от отклика на истинное вдохновение, а не от идей, которые может формировать ваш разум. Провалятся даже те идеи и планы, которые кажутся полезными, если за ними нет истинного духа и истинной силы и влияния.

\*

Вероятно, трудность пришла из-за недоверия и неподчинения. Ведь недоверие и неподчинение подобны лжи (они сами по себе являются ложью, основанной на ложных идеях и ложных импульсах), они вмешиваются в действие Силы, препятствуют тому, чтобы она чувствовалась или полностью работала, а также они ослабляют силу Защиты.

Вы должны занимать правильную позицию не только в своей внутренней концентрации, но и в своих внешних действиях и движениях. Если вы сделаете это и поставите все под руководство Матери, тогда вы обнаружите, что трудности начали уменьшаться или гораздо легче преодолеваются, и все стало спокойно налаживаться.

В своей работе и действиях вы должны делать то же самое, что и в своей концентрации. Открывайтесь Матери, ставьте свои действия под ее руководство, призывайте мир и покой, поддерживающую Силу, защиту и, чтобы они могли работать, отвергайте все неправильные влияния, которые могут встать на их пути из-за неправильных, небрежных или несознательных движений.

Следуйте этому принципу, и все ваше существо станет единым, будет под одним правлением, в мире и защищающей Силе и Свете.

\*

Когда я говорил о преданности свету души и божественному Зову, я не имел в виду что-либо в вашем прошлом или какое-либо упущение с вашей стороны. Я просто утверждал эту крайнюю необходимость при всех кризисах и атаках, — отказываться прислушиваться к любым внушениям, импульсам, соблазнам и противопоставлять им всем зов Истины, императивное следование за маяком Света. При всех сомнениях и депрессиях говорите: "Я принадлежу Божественному, я не могу потерпеть неудачу"; всем внушениям нечистоты и непригодности отвечайте: "Я ребенок Бессмертия, избранный Божественным; мне надо только быть искренним к себе и к Нему — и победа обеспечена; даже если я упаду, я поднимусь снова"; всем импульсам отойти и служить некоему меньшему идеалу отвечайте: "Это самое великое, только Истина может удовлетворить мою душу; я пройду через все испытания и невзгоды к самому концу божественного путешествия". Вот что я подразумевал под преданностью Свету и Зову.

## IV ЖЕЛАНИЕ – ПИЩА – СЕКС

Все обычные витальные движения чужды истинному существу и приходят снаружи; они не принадлежат душе и не возникают в ней, а являются волнами общей Природы, Пракрити.

Желание приходит снаружи, входит в подсознательный витал и поднимается к поверхности. Мы начинаем осознавать желания только тогда, когда они поднимаются к поверхности, и разум начинает осознавать их. Желания кажутся нам нашим собственными из-за того, что мы чувствуем только то, как они поднимаются из витала в разум и не ведаем о том, что они пришли снаружи. То, что принадлежит виталу, витальному существу, что заставляет его отвечать — это не само желание, а привычка отвечать на волны или потоки внушения, приходящие из вселенской Пракрити.

\*

Отвержение желания — это, по существу, отвержение элемента пристрастия, вывод его из самого сознания как чуждого элемента, не принадлежащего истинному я и внутренней природе. Но отказ потакать внушениям желания также является частью отвержения; воздержание от внушенного действия, если это не правильное действие, должно быть включено в йогическую дисциплину. Только когда это воздержание происходит неправильным образом, — с помощью ментального аскетического принципа или тяжелого морального правила, — его можно назвать подавлением. Разница между подавлением и сущностным внутренним отвержением — это разница между ментальным или моральным контролем и духовным очищением.

Когда живешь в истинном сознании, тогда чувствуешь желания вне себя, чувствуешь их входящими снаружи, из вселенской низшей Пракрити, в разум и в витальные части. В обычных человеческих условиях это не чувствуется; люди начинают осознавать желание только тогда, когда оно уже здесь, когда оно вошло внутрь и нашло пристанище или привычное убежище, и поэтому они думают, что желание — их собственное и составляет часть их самих. Поэтому первое условие избавления от желания состоит в том, чтобы начать осознавать истинное сознание; ведь тогда становится гораздо легче отвергнуть желание, чем когда вы должны бороться с ним, как если бы оно составляло вашу часть как вас самих, которую надо выбросить из существа. Легче выбросить придаток, чем изгнать то, что чувствуется как частица собственной субстанции.

Когда психическое существо находится на переднем плане, тогда тоже легче избавиться от желания; ведь психическое существо само по себе не имеет желания, оно имеет только стремление и поиск и любовь к Божественному и ко всем вещам, которые являются Божественным или тянутся к нему. Постоянный выход вперед психического существа сам по себе стремится к выявлению истинного сознания и почти автоматически выправляет движения природы.

\*

Требование и желание — это только два различных аспекта одной и той же вещи — чтобы было желание, чувство совсем не обязательно должно быть возбужденным или беспокойным; желание может быть, напротив, спокойно закрепленным и постоянным или постоянно возвращающимся. Требование или желание приходит из ментала или витала, а психическая или духовная потребность — это совсем другая вещь. Психическое не требует и не желает — оно стремится; оно не требует условий для своей сдачи и не отходит, когда его стремление сразу же не удовлетворяется — ведь психическое имеет полное доверие к Божественному или Гуру и может ждать верного времени или часа Божественной Милости. Психическое обладает собственной силой, но оно оказывает свое давление не на Божественное, а на природу, указывая своим светом на все дефекты, которые стоят на пути к реализации, просеивая все то, что смешано, невежественно или несовершенно в переживании или в движениях йоги; психическое никогда не удовлетворено собой или природой, пока оно сделает ее совершенно открытой Божественному, свободной от всех форм эго, сдавшейся, простой и верной в позиции и во всех движениях. Вот что должно быть полностью установлено в природе,

витале и физическом сознании, прежде чем станет возможной супраментализация всей природы. Иначе все, что вы обретаете,— это более или менее сверкающие, полу-освещенные, полужатемненные озарения и переживания на ментальном, витальном и физическом планах, вдохновение либо из некоторого большего разума или большего витала или, в лучшем случае, из ментальных диапазонов над человеком, которые находятся между интеллектом и надразумом. Эти озарения и переживания могут быть очень стимулирующими и удовлетворяющими вплоть до некоторой точки и хороши для тех, кто хочет духовной реализации на этих планах; но супраментальная реализация — это нечто гораздо более трудное и точное в своих условиях и самое трудное из всего, что нужно спустить на физический уровень.

\*

Требуется долгое время, чтобы полностью избавиться от желания. Но если вы сможете сразу же вывести его из природы и осознать его как силу, приходящую снаружи и запускающую свои когти в витальное и физическое, тогда будет легче избавиться от этого вторженца. Вы слишком привыкли ощущать желание как часть себя или как нечто, внедренное в вас — из-за этого вам труднее иметь дело с его движениями и стряхнуть его старый контроль над вами. Вам не следует полагаться ни на что иное, сколь бы полезным оно ни казалось, а только, преимущественно, главным образом и существенно на Силу Матери. Солнце и Свет могут помочь и помогут, если это истинный Свет и истинное Солнце, но они не могут занять место Силы Матери.

\*

*Потребности* садхака должны быть по возможности самыми малыми, ведь очень мало вещей являются настоящими потребностями жизни. Все остальное — либо просто полезные приспособления, либо вещи, украшающие жизнь, либо предметы роскоши. Этими вещами йогин имеет право обладать или наслаждаться ими только при одном из двух условий:

(1) Если он использует их в ходе садханы единственно с целью тренироваться в обладании без привязанности или желания и учиться использовать их верным образом, в гармонии с Божественной Волей, с надлежащим обращением, верной организацией, компоновкой и мерой, либо

(2) если он уже достиг истинной свободы от желания и привязанности, и ни в малейшей степени не движим или затрагиваем каким-либо образом утратой, воздержанием или лишением этих вещей. Если в нем есть какая-либо жадность, желание, требование, притязание к обладанию или наслаждению, есть какое-либо беспокойство, печаль, гнев или досада, когда он лишается этих вещей, тогда он не свободен в душе, и его использование вещей противоположно духу садханы. Даже если он свободен в духе, он не будет пригоден к обладанию этими вещами, если он не научился использовать вещи не для себя, а для Божественной Воли, как инструмент, с верным знанием и действием при использовании, для надлежащего оборудования жизни, проживаемой не для себя, а для Божественного и в Божественном.

\*

Аскетизм ради аскезы не является идеалом йоги, но само-контроль в витале и правильный порядок на материальном уровне составляют очень важную часть этого идеала — и аскетическая дисциплина даже лучше для нашей цели, чем распущенное отсутствие настоящего контроля. Мастерство над материалом не означает щедрого его разбрасывания или порчу его так быстро, как он приходит, или еще быстрее. Мастерство подразумевает правильное и тщательное использование вещей, а также само-контроль в их употреблении.

\*

Если вы хотите делать йогу, вы должны занять йогическую позицию во всех делах — малых и больших. Это позиция не силового подавления, а открепленности и ровности по отношению к объектам желания. Силовое подавление (сюда относится и лечебное голодание) ничуть не лучше свободного попустительства; в обоих случаях желание остается; если в одном случае желание подпиты-

вается попустительством, то в другом оно остается скрытым и даже усиленным подавлением. И только когда отходишь назад, отделяешь себя от низшего витала, отказываешься считать своими его желания и требования, а также культивируешь полную ровность и самообладание по отношению к ним, только тогда сам низший витал начинает постепенно очищаться и сам становится спокойным и ровным. На каждую приходящую волну желания надо смотреть так же спокойно и с такой же неподвижной открепленностью, как если бы вы смотрели на что-то происходящее вне вас; ей надо позволить пройти, отвергнуть ее от сознания и прочно поставить на ее место истинное движение, истинное сознание.

\*

Именно привязанность к пище, алчность и тяга к ней, делающая ее чрезмерно важной вещью в жизни, противоречит духу йоги. Нет ничего плохого в том, чтобы осознавать, что что-то приятно на вкус; только не нужно иметь ни желания, ни тяги к ней, ни ликования по поводу приобретения пищи, ни неудовольствия или сожаления, если ее не досталось. Надо быть спокойным и ровным, не возмущаться или не удовлетворяться, когда пища не вкусная или не в избытке — надо есть ровно столько, сколько нужно, не меньше, не больше. Не должно быть ни тяги к пище, ни отвращения.

Всегда думать о пище и беспокоить этим разум — совершенно неверный путь избавления от желания пищи. Поставьте элемент питания на верное место в жизни, в маленький уголок, и концентрируйтесь не на нем, а на других вещах.

\*

Не занимайте свой разум мыслями о еде. Принимайте пищу в нужных количествах (не слишком много, не слишком мало), без жадности или отвращения, как средство, даваемое вам Матерью для поддержки тела, в правильном духе, поднося ее Божественному в вас; тогда пища не будет порождать *тамас*.

\*

Подавление вкуса, расы вовсе не является частью этой йоги. То, от чего надо отделаться, это витальное желание и привязанность, жадность к еде, ликование по поводу получения той пищи, которая вам нравится, сожаление и недовольство, когда у вас ее нет, придание пищи чрезмерного значения. Тестом здесь, как и в других делах, является ровность.

\*

Идея отказа от пищи — ложное побуждение. Вы можете принимать очень малое количество пищи, но не можете обходиться без пищи вовсе, за исключением относительного короткого времени. Помните то, что говорит *Гита*: "Йога не для того, кто ест в избытке, но и не для того, кто вообще воздерживается от пищи." Витальная энергия — это одно, ее можно черпать в больших количествах без пищи, и часто она нарастает с голоданием; но физическая субстанция, без которой жизнь теряет свою опору — это совсем другое дело.

\*

Не пренебрегайте этим поворотом природы (желание пищи), но и не напирайте на него; тело — это инструмент садханы, который должен поддерживаться в должном порядке. Не должно быть прикрепленности к телу, но и не должно быть презрения или пренебрежения материальной частью нашей природы.

Цель этой йоги — не только единение с высшим сознанием, но и трансформация (его силой) низшей природы, включая физическую.

Совсем не обязательно иметь желание или сильную тягу к пище, чтобы питаться. Йогин ест не из-за желания, а чтобы поддерживать тело.

\*

Это действительно так, что путем голодания, если разум и нервы прочные, либо сила воли динамическая, можно на время войти в состояние внутренней энергии и восприимчивости, что заманчиво для разума, и при этом обычные реакции голода, слабости, возмущения кишечника и т.п. могут быть полностью устранены. Но тело страдает из-за этого сокращения, и в витале может легко развиться нездоровое перенапряженное состояние из-за внезапного притока большего количества витальной энергии, чем нервная система может усвоить или скоординировать. Нервным людям следует избегать искушения поститься; для них пост часто сопровождается галлюцинациями или потерей баланса, либо ведет к ним. Особенно если есть мотив голодания в знак протеста, либо если в голодание примешан и этот элемент, тогда оно становится опасным, ведь оно превращается в потакание витальному движению, что легко может стать привычкой, пагубной для садханы. Даже если нет всех этих реакций, все же в голодании не много пользы, поскольку высшая энергия и восприимчивость должны приходиться не благодаря искусственным или физическим средствам, а благодаря интенсивности сознания и сильной воли к садхане.

\*

Трансформация, к которой мы стремимся, слишком широка и комплексна, чтобы придти сразу же; она должна проходить по стадиям. Физическая перемена — последняя из этих стадий, и она сама по себе является постепенным процессом.

Внутренняя трансформация не может быть вызвана физическими средствами будь-то позитивного или негативного характера. Наоборот, сама физическая перемена может быть вызвана только нисхождением супраментального сознания в клетки тела. До этих пор, по крайней мере, тело и поддерживающие его энергии должны поддерживаться отчасти и обычными средствами — питанием, сном и т.п. Пища должна приниматься в правильном духе, с правильным сознанием; сон должен постепенно трансформироваться в йогический отдых. Необдуманная и избыточная физическая строгость, Тапасья, может поставить под угрозу ход садханы, внося возмущение и аномалию сил в различные части системы. В ментальную и витальные части может влиться большая энергия, но нервы и тело могут из-за этого перенапрячься и утратить силу поддерживать игру этих высших энергий. Вот почему крайняя физическая строгость не включается здесь как существенная часть садханы.

Нет никакого вреда в том, чтобы время от времени голодать день или два или доводить рацион до самого минимума; но не рекомендуется полное воздержание на длительный период.

\*

Садхак должен полностью отвернуться от вторжения витального и физического через сексуальный импульс, ведь, если он не покорит сексуальный импульс, тогда в его теле не сможет установиться божественное сознание и божественная Ананда.

\*

Верно, что не достаточно простого подавления или удержания желания, и на самом деле это не эффективно, но из этого не следует, что желанию надо потакать; это означает, что желание должно не просто подавляться, а изгоняться из природы. Вместо желания должно быть целенаправленное стремление к Божественному.

Что касается любви, то она должна быть обращена единственно к Божественному. То, что люди называют любовью, это витальный взаимобмен для взаимного удовлетворения желания, витальный импульс или физическое удовольствие. Такого взаимобмена не должно быть между садхаками; ведь стремление к нему или потакание этого рода импульсу только уводит в сторону от садханы.

\*

Весь принцип этой йоги заключается в том, чтобы отдавать себя полностью только Божественному и никому и ничему иному, и привносить в себя благодаря единению с Божественной Силой

Матери весь трансцендентный свет, силу, широту, мир и покой, чистоту, сознание истины и Ананду супраментального Божественного. Поэтому в этой йоге не может быть места для витальных связей или взаимобмен с другими; любая такая связь или взаимобмен сразу же привязывает душу к низшему сознанию и к низшей природе, препятствует истинному и полному единению с Божественным и мешает как восхождению к супраментальному сознанию Истины, так и нисхождению супраментальной Шакти Ишвары. Еще хуже, если этот взаимобмен примет форму сексуальной связи или сексуального наслаждения, даже если удерживать его от какого-либо внешнего действия; поэтому это абсолютно запрещено в садхане. Не говоря уж о том, что какой-либо физический акт этого рода не позволителен, но исключается и любая более тонкая форма. Только после единения с супраментальным Божественным можем мы найти свои истинные духовные связи с другими в Божественном; в том высоком единстве не может иметь места грубое низшее витальное движение этого рода.

Господствовать над сексуальным импульсом — это стать таким господином над сексуальным центром, чтобы сексуальная энергия тянулась вверх, а не выбрасывалась наружу и не растрчивалась бы впустую; это возможно, потому что сила семени может быть обращена в первичную физическую энергию, поддерживающую все другие, ретас может быть превращен в оджас. Но не может быть большей ошибки, чем принимать примесь сексуального желания и некое тонкое удовлетворение его и смотреть на это как на часть садханы. Это самый быстрый способ направиться прямо к духовному падению и ввести в атмосферу силы, которые будут блокировать супраментальное нисхождение, вызывая вместо этого нисхождение враждебных витальных сил, сеющих возмущение и бедствия. Это отклонение должно быть совершенно отброшено, попытайтесь оно появиться, и изгнано из сознания, если Истине суждено спуститься, а работе — быть сделанной.

Также будет ошибкой считать, что хотя физическое сексуальное действие оставлено, но все же некоторое внутреннее воспроизводство его является частью трансформации сексуального центра. Действие животной сексуальной энергии в Природе является приспособлением для особой цели в хозяйстве материального творения в Неведении. Но витальное возбуждение, сопровождающее его, создает самую благоприятную возможность и вибрацию в атмосфере для вторжения тех самых витальных сил и существ, все дело которых состоит в препятствовании нисхождению супраментального Света. Удовольствие, привязанное к нему, является деградацией, а не истинной формой божественной Ананды. Настоящая божественная Ананда в физическом имеет другое качество, движение и субстанцию; само-существующая в своей сущности, ее манифестация зависит только от внутреннего единства с Божественным. Вы говорили о Божественной Любви, но Божественная Любовь, когда она касается физического, не пробуждает грубых витальных наклонностей; потакание им только оттолкнет Божественную Любовь и заставит ее снова отойти на высоты, с которых ее уже довольно трудно притянуть вниз в грубость материального творения, которое только она может трансформировать. Ищите Божественной Любви через единственные ворота, через которые она согласится войти — через ворота психического существа, и отбрасывайте низшую витальную ошибку.

Трансформация сексуального центра и его энергии необходима для физической сидхи; ведь это поддержка в теле всех ментальных, витальных и физических сил природы. Она должна быть превращена в массу и движение сокровенного Света, созидательной Мощи, чистой божественной Ананды. Только привнесение супраментального Света, Мощи и Блаженства в этот центр может изменить его. Что же касается последующей работы, то именно супраментальная Истина и созидательное видение и воля Божественного Мастера определяет ее. Но это будет работа сознательной Истины, не Тьмы и Неведения, которому принадлежит сексуальное желание и наслаждение; это будет мощь сохранения и свободного излучения жизненных сил без желания, а не их выброс и пустая трата. Избегайте того представления, что супраментальная жизнь будет только возвышенным удовлетворением желаний витала и тела; ничто не может быть большим препятствием Истине в ее нисхождении, чем эта надежда на славный расцвет животного в человеческой природе. Разум хочет, чтобы супраментальное состояние подтвердило его собственные взлелеянные идеи и предубеждения; витал хочет, чтобы оно было прославлением его собственных желаний; физическое хочет, чтобы оно было богатым продлением его собственного комфорта, удовольствий и привычек. Если бы это было так, тогда супраментальное состояние было бы только раздутым и преувеличенным возвышением животной и человеческой природы, не переходом из человеческого в Божественное.

Опасно думать о сдаче "всех барьеров различения и защиты против того, что пытается низойти" на вас. Вы подумали, что это будет значить, если спустится нечто, не находящееся в согласии с божественной Истиной, возможно, даже враждебное? Враждебная Сила и не попросит лучшего усло-

вия для установления контроля над искателем. Только силу Матери и божественную Истину следует допускать без барьеров. И даже тогда надо сохранять силу различения, чтобы обнаружить любую ложь, которая приходит, маскируясь под силу Матери и божественную Истину, а также сохранять силу отвержения, которая отбросит любую примесь.

Сохраняйте веру в свою духовную судьбу, отходите от ошибки и больше открывайте психическое существо прямому водительству света и силы Матери. Если центральная воля искренняя, тогда каждое распознавание ошибки может стать ступенькой к более истинному движению и более высокому прогрессу.

\*

В своем предыдущем письме я очень кратко обрисовал свою позицию по отношению к сексуальному импульсу и йоге. Могу только добавить, что мое заключение основывается не на каком-либо ментальном мнении или на предвзятой моральной идее, а на доказательных фактах, на наблюдении и опыте. Я не отрицаю, что пока вы допускаете какое-то разделение между внутренним переживанием и внешним сознанием, когда внешнее сознание чувствуется как низшая активность, контролируемая, но не трансформированная, тогда вполне можно иметь духовные переживания и делать прогресс без какого-либо полного прекращения сексуальной активности. Разум отделяет себя от внешнего витала (жизненных частей) и физического сознания и живет собственной внутренней жизнью. Но лишь немногие могут действительно делать это с какой-либо полнотой, и как только их переживание начинает распространяться на план жизни и на физический план, с сексом уже нельзя обращаться подобным образом. В любой момент он может стать возмущающей, расстраивающей и деформирующей силой. Я видел, что наряду с эго (гордыня, тщеславие, амбиция) и раджасическими алчностью и желаниями, секс является одной из главных причин духовных падений, происходивших в садхане. Проваливаются и попытки иметь с ним дело путем открепленности, но без полного исключения; попытка возвысить и облагородить его, предпочитаемая многими современными мистиками в Европе, является самым опрометчивым и опасным экспериментом. Ведь самое большое опустошение происходит при смешивании секса с духовностью. Даже попытка возвысить его, обращая его к Божественному, как в *madhura bhāva* Вайшнавьи, несет в себе серьезную опасность. В любом случае, в этой йоге, которая ищет не только сущностного переживания Божественного, но и трансформации всего существа и природы, совершенно необходимо нацелиться на полное господство над сексуальной силой; иначе витальное сознание остается мутной смесью, и эта мутность пятняет чистоту одухотворенного разума и серьезно препятствует обращению вверх сил тела. Эта йога требует полного подъема всего низшего или обычного сознания, чтобы оно соединилось с духовным сознанием над ним, а также требует полного нисхождения духовного (в конечном счете, супраментального) сознания в разум, жизнь и тело, чтобы трансформировать их. Полное восхождение невозможно, пока сексуальное желание блокирует путь; нисхождение опасно, пока сексуальное желание сильно в витале. Ведь в любой момент неизгнанным или скрытым сексуальное желание может стать причиной смеси, которая отбросит назад истинное нисхождение и будет использовать обретенную энергию для других целей, либо повернет все действие сознания к неправильному переживанию, мутному и обманчивому. Поэтому необходимо убрать это препятствие с пути; иначе не будет безопасного или свободного движения к конечной цели садханы.

Противоположное мнение, о котором вы говорите, может быть вызвано той идеей, что секс является природной частью витально-физической целостности человека, необходимостью вроде еды и сна, и что полное запрещение секса может вести к потере равновесия и к серьезным расстройствам. Действительно, секс, подавленный во внешнем действии, но индугируемый иными путями, может вести к расстройствам системы и умственным недугам. В этом корень медицинской теории, которая отговаривает от сексуального воздержания. Но я часто наблюдал, что подобные расстройства случаются лишь тогда, когда есть либо тайное потакание извращенного рода, заменяющее нормальную сексуальную деятельность, либо когда есть потакание неким тонким витальным образом с помощью воображения или путем невидимого витального обмена оккультного рода, — я не думаю, что может быть причинен какой-либо вред, когда есть истинное духовное усилие к господству и воздержанию. Сейчас многие европейские медики утверждают, что сексуальное воздержание, *если оно подлинное*, полезно; ведь тогда элемент в *retase*, который обслуживает сексуальный акт, превращается в другой элемент, который подпитывает энергетику системы, ментальную, витальную и физи-

ческую — и это оправдывает индийскую идею Брахмачарьи, идею трансформации *ретаса* в *оджас* и подъем его энергий вверх, так чтобы они превратились в духовную силу.

Что касается метода господства, он не может заключаться только в физическом воздержании — он включает в себя комбинированный процесс открепления и отвержения. Сознание встает позади сексуального импульса, чувствует его не как свой собственный, а как нечто чуждое, навязанное ему силой Природы, с чем оно отказывается соглашаться или отождествляться — всякий раз определенное движение отвержения отбрасывает его все дальше и дальше. Разум остается незатронутым им; спустя некоторое время витальное существо, являющееся главной его поддержкой, отходит от него тем же самым образом, и физическое сознание больше не поддерживает его. Этот процесс продолжается до тех пор, пока даже подсознательное не сможет больше поднимать его во сне, и никакого дальнейшего движения не приходит из внешней Природы-силы, чтобы вновь зажечь этот низший огонь. Таков курс, когда предрасположенность к сексу упорно цепляется; но есть и такие люди, которые могут решительно устранить его путем быстрого радикального выброса из природы. Это, однако, редко встречается.

Следует сказать, что полное устранение сексуального импульса является одной из наиболее трудных вещей в садхане, и надо быть готовым к тому, что этот процесс займет долгое время. Но когда достигается его полное исчезновение, тогда практическое освобождение пересекается лишь случайными движениями во сне — это довольно общее положение дел.

\*

Что касается сексуального импульса. Считайте его не чем-то греховным и ужасным и одновременно притягательным, а ошибкой и неправильным движением низшей природы. Полностью отвергайте его, не борясь с ним, а отходя назад от него, открепляя себя и отказывая в контакте; смотрите на него как на нечто не ваше собственное, а навязанное вам силой Природы. Не соглашайтесь с этим навязыванием. Если в вашем витале что-то соглашается, настаивайте, чтобы эта часть отвела свое согласие. Призывайте Божественную Помощь помочь вам в вашем отходе и отказе. Если вы будете делать это спокойно, решительно и терпеливо, тогда, в конце концов, ваша внутренняя воля одержит верх над привычкой внешней Природы.

\*

Нет причины унывать до такой степени или воображать, что вы пали в йоге. Это вовсе не знак того, что вы не пригодны для йоги. Это просто означает, что сексуальный импульс, отвергнутый сознательными частями, теперь нашел прибежище в подсознательном, где-то, вероятно, в низшем витальном-физическом и в самом физическом сознании, где есть некоторые области, еще не открытые к стремлению и свету. Сохранение во сне вещей, отвергнутых в пробужденном состоянии, составляет довольно частое явление в ходе садханы.

Средство избавления от этого таково:

- (1) привести более высокое сознание, его свет и работы его мощи вниз, в более темные части природы,
- (2) постепенно становиться более сознательным во сне, со внутренним сознанием, которое осознает работу сознания во сне, как в бодрствующем состоянии,
- (3) распространять пробужденную волю и стремление на тело во время сна.

Один из способов достижения последнего — сделать перед сном сильное и сознательное внушение телу, что этого не должно произойти; чем более конкретным и физическим может быть сделано это внушение и чем непосредственнее на сексуальный центр, тем лучше. Результат может и не последовать сразу же или быть постоянным; но обычно внушение такого рода, если вы знаете, как делать его, пересиливает: даже когда оно не препятствует сновидению, оно очень часто пробуждает внутреннее сознание как раз вовремя, чтобы избежать нежелательных последствий.

Будет ошибкой позволять себе унывать в садхане даже из-за повторяющихся неудач. Надо быть спокойным, настойчивым и более упорным, чем сопротивление.

\*

Неприятности, связанные с сексуальным импульсом, непременно уменьшаются, если вы искренни в избавлении от него. Трудность состоит в том, что эта часть вашей природы (особенно низший витал и подсознательное, которое активно во сне) хранит память и привязанность к этим движениям, а вы не открываетесь этим частям и не заставляете их принимать Силу и Свет Матери, чтобы очистить их. Если бы вы делали это вместо того, чтобы сетовать, беспокоиться и цепляться за ту идею, что вы не можете избавиться от этих вещей, и спокойно, с ровной верой и стойкой решимостью настаивали бы на их исчезновении, отделяя себя от них, отказываясь принимать их или вообще считать их частью самого себя, тогда, спустя некоторое время, они утратили бы свою силу и начали бы уменьшаться.

\*

Беспокойство по поводу секса серьезно только пока сексуальное желание получает согласие со стороны разума и витальной воли. Если изгнать это желание из разума, то есть, если разум отказывается соглашаться с ним, но витал отвечает ему, тогда оно приходит как большая волна витального желания и пытается своей силой смести разум прочь со своей дороги. Если изгнать его из высшего витала, из сердца и из динамической обладающей жизненной силы, тогда оно находит прибежище в низшем витале и приходит в форме меньших внушений и настаивает там. Изгнанное с низшего витального уровня, оно уходит в темное инертно повторяющее физическое и приходит как ощущение в сексуальном центре и механический ответ на внушение. Изгнанное и оттуда, оно уходит еще ниже, в подсознательное, и поднимается в качестве сновидений и ночных поллюций даже без сновидений. Но куда бы оно ни отошло, оно все еще некоторое время пытается с той базы или из того прибежища беспокоить и снова подняться к более высоким частям, пока победа не станет полной, и это желание не будет изгнано даже из окружающего сознания, которое является расширением нас самих в общую или универсальную природу.

\*

Когда психическое накладывает свое влияние на витал, то первая вещь, которую вы должны сознательно избегать — это малейшая смесь неправильного витального движения с психическим движением. Вожделение является извращением или деградацией, которая препятствует тому, чтобы воцарилась любовь; так что когда есть движение психической любви в сердце, нельзя позволять войти туда вожделению или витальному желанию — точно так же, как когда нисходит свыше сила, личную амбицию и гордыню надо держать в стороне от нее; ведь любая искажающая примесь испортит психическое или духовное действие и будет препятствовать истинному исполнению.

\*

Пранаяма и другие физические практики, такие как асаны, не обязательно выкорчевывают сексуальное желание — иногда из-за чрезвычайного нарастания витальной силы в теле они могут даже увеличивать довольно пугающим образом и силу сексуальной тенденции, которую всегда трудно покорить из-за того, что она лежит в базисе физической жизни. Единственное, что надо делать — это отделять себя от этих движений, находить свое внутреннее я и жить в нем; тогда эти движения больше не будут казаться вам вашими собственными, а предстанут как поверхностные наложения внешней Пракрити на внутреннее я или Пурушу. Тогда их легче отбросить или свести на нет.

\*

Сексуальная атака такого рода, происходящая во сне, не очень-то зависит от пищи или чего-либо внешнего. Это механическая привычка в подсознательном; когда сексуальный импульс отвергнут или отгорожен в пробужденных мыслях и чувствах, эта сексуальная атака приходит во сне, ведь тогда работает только подсознательное, и нет сознательного контроля. Это знак того, что сексуальное желание было подавлено в пробужденном разуме и витале, но не устранено в материале физической природы.

Чтобы устранить его, надо сначала позаботиться о том, чтобы не затаить никакого сексуального воображения или чувства в пробужденном состоянии, а затем наложить сильную волю на тело и, особенно, на сексуальный центр, что ничто подобное не должно произойти во сне. Это может не увенчаться успехом сразу же, но если упорствовать долгое время, это обычно приносит свои результаты; подсознательное начинает подчиняться.

\*

Повреждение плоти — это не средство избавления от сексуального импульса, хотя это может быть временным его отводом. Это витальное и, главным образом, витально-физическое, берет чувство-восприятие в качестве удовольствия или неудовольствия.

Уменьшенная диета обычно не имеет постоянного эффекта. Она может дать большее ощущение физической или витально-физической чистоты, может облегчить систему и уменьшить определенные виды тамаса. Но сексуальный импульс вполне может приспособиться к уменьшенной диете. Эти вещи могут быть преодолены не физическими средствами, а путем изменения в сознании.

\*

Ваша трудность в искоренении всего аборигенного в вашей природе будет оставаться так долго, пока вы пытаетесь изменить свою витальную часть единственно или, главным образом, с помощью своего разума и ментальной воли, призывая, самое большее, себе в помощь неопределенную и безличностную божественную мощь. Это старая трудность, которая никогда радикально не решалась в самой жизни, поскольку она никогда не встречалась должным образом. На многих путях йоги она не имела столь важного значения, поскольку целью было не трансформирование жизни, а уход от нее. Когда целью является только отход от жизни, тогда может быть достаточно только усмирить витал путем ментального и морального принуждения, или же витал можно успокоить и уложить в нечто вроде сна и молчания. Некоторые даже позволяют виталу бегать и истощить самого себя, тогда как его обладатель учится быть незатрагиваемым и незанятым им; ведь это только старая Природа, бегущая благодаря прошлому толчку, и она спадает со сбросом тела. Когда ни одно из этих решений не может быть достигнуто, садхак иногда пытается просто вести двойную внутреннюю жизнь, разделенную между своим духовным переживанием и своими витальными слабостями, делая большее из своей лучшей части, делая столь малое, сколько это возможно, из внешнего существа. Но ни один из этих методов не сгодится для нашей цели. Если вы хотите настоящего господства и трансформации витальных движений, этого можно достичь только при том условии, что вы позволите своему психическому существу, душе в вас, полностью пробудиться, установить свое правление и открытость всего к постоянному прикосновению Божественной Шакти, сможете наложить на разум, сердце и витальную природу его собственный путь чистого поклонения, целостного стремления и полного бескомпромиссного побуждения. Нет другого пути, и бесполезно хотеть более удобного пути.

*Nānyaḥ panthā vidyate ayanāya.*

## V ФИЗИЧЕСКОЕ СОЗНАНИЕ – ПОДСОЗНАТЕЛЬНОЕ – СОН и СНОВИДЕНИЯ – БОЛЕЗНЬ

Нашей целью является супраментальная реализация, и мы должны делать все, что необходимо для этого, в условиях каждой стадии. Сейчас необходимо подготовить физическое сознание; для этого должна быть установлена полная ровность, мир и покой и полное посвящение, свободное от личного требования или желания в физическом и в низших витальных частях. Другое может придти в надлежащее время. То, что требуется сейчас, это не настояние на физической близости, что относится к одной из тех других вещей, а психическое раскрытие в физическом сознании и постоянное присутствие и руководство там.

\*

То, что вы описываете, это материальное сознание; оно, главным образом, подсознательное, а сознательная его часть механическая, она инертно движется привычками или силами низшей природы. Всегда повторяя одни и те же неразумные и неосвещенные движения, оно прикреплено к рутине и к установившемуся порядку того, что уже существует, не желая меняться, не желая воспринимать Свет или подчиняться высшей Силе. А если оно и желает, то оно не способно делать это. А если и способно, то обращает действие, данное ему Светом или Силой в новую механическую рутину и таким путем выводит из него всю душу и жизнь. Оно темное, глупое, ленивое, полно неведения и инерции, тьмы и медлительности тамаса.

Целью нашей йоги является именно это материальное сознание, в которое мы стремимся ввести сначала высший (божественный или духовный) Свет и Силу и Ананду, а затем супраментальную Истину.

\*

Вы начали осознавать наиболее физическое сознание; оно таково почти во всех: когда погружаешься полностью или частично в него, чувствуешь его подобным животному, либо темным и беспокойным, либо инертным и глупым и, в любом случае, не открытым к Божественному. Оно может фундаментально измениться только путем привнесения Силы и высшего сознания в него. Когда эти вещи показывают себя, не беспокойтесь из-за их появления, но понимайте, что они показались для того, чтобы быть измененными.

Здесь, как и везде, прежде всего требуется покой; чтобы удерживать сознание спокойным, не позволяйте ему возбуждаться и приходиться в смятение. Затем, в тишине, призывайте Силу, чтобы прояснить всю эту темноту и изменить ее.

\*

"На милости у внешних звуков и внешних телесных ощущений", "нет контроля, чтобы отстранить обычное сознание по воле", "целостная тенденция существа — прочь от йоги" — все это, несомненно, относится к физическому разуму и физическому сознанию, когда они изолируются, как обычно, и занимают весь фронт, отталкивая все остальное на задний план. Когда часть существа привносится вперед, чтобы работать к изменению этого, обычно происходит все-захватывающее всплывание, доминирующая активность именно этой физической части, как если бы существовала только она, и, к сожалению, сразу же поднимается, упрямо держится и возвращается именно то, что надо изменить — нежелательные состояния, трудности той части. В физическом поднимается инерция, темнота, неспособность и их упрямство. Единственное, что надо делать в этой неприятной фазе — это быть более упорным, чем физическая инерция, и продолжать настаивать на фиксированном

усилии — в ровном упорстве без какой-либо беспокойной борьбы — чтобы добиться широкой и постоянной открытости даже в этой твердой скале заграждения.

\*

Эти вариации в сознании в течение дня являются вещью, общей почти для всех в садхане. Принцип колебания, передышки, возвращения к обычному или прошлому низкому состоянию из более высокого состояния, которое переживалось, но еще не стало совершенно стабильным, становится очень сильным и выраженным, когда работа в садхане подходит к физическому сознанию. Ведь в физической природе есть инерция, которая не так-то легко позволяет оставаться интенсивности, свойственной более высокому сознанию, — физическое всегда отступает к чему-то более обычному и привычному; высшее сознание и его сила должны долго работать и приходить снова и снова, прежде чем они смогут стать постоянными и обычными в физической природе. Не беспокойтесь и не обескураживайтесь из-за этих вариаций или задержки, сколь бы длительной или утомительной она ни была; заботьтесь только о том, чтобы всегда быть спокойным и открытым, насколько возможно, высшей Силе, не позволяя никакому действительно враждебному состоянию завладеть вами. Если нет враждебной воли, тогда все, что вы переживаете, это только упорство несовершенств, которых у всех хватает в избытке; Сила должна истощить и устранить это несовершенство и упорство, но для этого требуется время.

\*

Вы не должны позволять себе обескураживаться из-за какого-либо упорства движений низшей витальной природы. Некоторые из этих движений всегда упорствуют и возвращаются до тех пор, пока вся физическая природа не будет изменена путем трансформации наиболее материального сознания; до тех пор их давление возвращается — иногда с возрождающейся силой, иногда тупее — как механическая привычка. Уберите из них всю жизненную силу, отказывая им в каком-либо ментальном или витальном согласии; тогда механическая привычка лишится сил воздействовать на мысли и действия и, в конечном счете, исчезнет.

\*

Муладхара — это центр, присущий физическому сознанию, и все ниже него в теле является полнейшим физическим, которое по мере дальнейшего спуска становится все более подсознательным, но настоящее местонахождение подсознательного - ниже уровня тела, подобно тому, как настоящее местонахождение высшего сознательного (сверхсознательного) - выше тела. В то же самое время, подсознательное может чувствоваться где угодно, чувствоваться как нечто, происходящее ниже движения сознания и, тем или иным образом, поддерживающее его снизу или же тянущее сознание вниз, к себе. Подсознательное является главной опорой всех привычных движений, в особенности, физического и низшего витальных движений. Когда что-то выбрасывается из витального или физического, оно, чаще всего, спускается в подсознательное и остается там как бы в семени, готовым снова всплыть в благоприятный для него момент. Вот причина того, почему так трудно избавиться от привычных витальных движений или изменить характер; ведь, поддержанные или обновленные из этого источника, сохраненные в этой матрице, ваши витальные движения, даже подавленные или сдержанные, снова поднимаются или возобновляются. Действие подсознательного иррациональное, механическое, повторяющееся. Оно не слушается рассудка или ментальной воли. И только путем привнесения в него высшего Света и Силы можно его изменить.

\*

Подсознательное как индивидуально, так и универсально подобно всем прочим основным составляющим Природы. Но есть различные части или планы подсознательного. Все на земле основано на Несознательном, как его называют, хотя на самом деле это вовсе не несознательное, а скорее полное "под"-сознание, подавленное или вовлеченное сознание, в котором есть все, но ничто не сформулировано или выражено. Подсознательное лежит между этим Несознательным и сознатель-

ным разумом, жизнью и телом. Оно содержит потенциальность всех примитивных реакций на жизнь, которые пробиваются к поверхности из тупых и инертных прядей Материи и путем постоянного развития формируют медленно развивающееся и само-формулирующееся сознание; оно содержит их не в качестве идей, восприятий или сознательных реакций, а в качестве текущей субстанции этих вещей. И также все, что сознательно переживается, топится в подсознательном, но не в качестве точных, хотя и погруженных воспоминаний, а в качестве смутных, но все же упрямых впечатлений от переживания, и они могут в любое время всплыть в качестве сновидений, в качестве механического повторения прошлых мыслей, чувств, действий и т.п., в качестве "комплексов", вмешивающихся в действие и т.д. и т.п. Подсознательное является главной причиной того, почему все вещи повторяются и ничто никогда не меняется, кроме как в видимости. В нем также причина того, почему люди говорят, что характер невозможно изменить, и причина постоянного возвращения вещей, от которых, как вы надеялись, вы избавились навсегда. Там все семена, как и все Сансары разума, витала и тела,— это главная опора смерти и болезни и последняя крепость (кажущаяся неприступной) Неведения. Все, что было подавлено, но не выведено полностью, погружается туда и остается как семя, готовое подняться и дать ростки в любой момент.

\*

Это подсознание составляет эволюционный базис в нас, это не вся наша скрытая природа и не весь исток того, чем мы являемся. Но вещи могут подниматься из подсознательного и обретать форму в сознательных частях; очень многое из наших малейших витальных и физических инстинктов, движений, привычек, характерных форм берет начало из подсознательного.

Есть три оккультных источника нашего действия — это сверхсознательное, сублиминальное и подсознательное, но мы не контролируем ни один из них, и даже не догадываемся об их существовании. То, что мы осознаем, это поверхностное существо, которое является лишь инструментальным приспособлением. Источником всего является общая Природа,— универсальная Природа, индивидуализирующая себя в каждой личности; ведь эта общая Природа хранит определенные привычки движения, личности, характера, способностей, склонностей, тенденций в нас, и это, будь то сформированное сейчас или до нашего рождения, есть то, что мы обычно называем собой. Немалая доля этого кроется в привычном движении и применении в известных нам сознательных частях на поверхности, но еще большая часть сокрыта в другой, неизвестной троице, находящейся под поверхностью или над ней.

Но то, чем мы являемся на поверхности, это существо, постояннодвигающееся, меняющееся, развивающееся или повторяющееся под воздействием волн общей Природы, приходящих к нам либо непосредственно, либо косвенно через других, через обстоятельства, через разнообразных посредников или через различные каналы. Некоторые из этих волн втекают прямо в сознательные части и действуют там, но наш разум не ведает об их источнике, присваивает их себе и считает их своими собственными; часть этих волн тайно приходит в подсознательное или погружается в него и ждет благоприятной возможности, чтобы подняться на сознательную поверхность; немалая доля этих волн идет в сублиминальное и может в любое время оттуда выйти — или не может, может и оставаться там как неиспользованный материал. Часть волн проходит через поверхностное существо и отвергается им, отбрасывается назад или выбрасывается наружу или разбивается и уходит во вселенское море. Наша природа — это постоянная деятельность сил, поставляемых нам, из которой (или, скорее, из малой части которой) мы делаем то, что хотим или можем. То, что мы делаем, кажется фиксированным и сформированным во благо, но в действительности все это — игра сил, поток, ничего фиксированного или устойчивого; видимость устойчивости придается постоянным повторением и возвращением одних и тех же вибраций и формаций. Вот почему наша природа может быть изменена, несмотря на знаменитое изречение Вивекананды и несмотря на консервативное сопротивление подсознательного, но это трудная работа, поскольку главенствующий образ действий Природы заключен в этом упрямом повторении и возвращении.

Что же касается вещей в нашей природе, отброшенных нами, но возвращающихся, все зависит от того, куда вы их отбросили. Очень часто происходит такой вот процесс. Разум отвергает свои ментальности, витал — свои витальности, физическое — свои физичности, но все это обычно возвращается в соответствующую область общей Природы. Когда такое происходит, все это остается сначала в окружающем сознании, которое мы несем с собой, с помощью которого мы сообщаемся с внеш-

ней Природой, и часто все это упорно обрушивается оттуда назад — пока оно так абсолютно не отвергнуто или так далеко не отброшено, что больше не может к нам вернуться. Но когда то, что отвергает думающий и волящий разум, сильно поддерживается виталом, оно действительно покидает разум, но погружается в витал, поднимается оттуда и пытается вторгнуться и снова занять разум и вынудить или захватить наше ментальное принятие. Когда и высший витал — сердце или более широкая витальная динамика — отвергает его, оно погружается еще ниже и находит пристанище в низшем витале с его массой медленных текущих движений, которые составляют нашу повседневную мелочность. Когда и низший витал отвергает это, оно погружается еще ниже — в физическое сознание — и пытается удержаться благодаря инерции или механическому повторению. Выброшенное даже оттуда, оно идет в подсознательное и поднимается в сновидениях, в пассивности, в крайнем тамасе. Несознательное — последнее пристанище Неведения.

Что же касается волн, которые возвращаются из общей Природы, это естественная тенденция низших сил — пытаться увековечить свое действие в индивиде, снова выстроить то, что он разрушил в себе; так что они возвращаются к нему, часто с возросшей силой, даже с громадным неистовством, когда они обнаруживают, что их воздействие отвергнуто. Но они не могут долго упорствовать, раз уж окружающее сознание очищено — если только "Враждебность" не приложила свою руку. Тогда эти волны действительно могут атаковать, но если садхак закрепил свою позицию во внутреннем я, они обязательно откатятся.

Это верно, что мы приносим большую часть нас самих, — или большую часть своих предрасположенностей, тенденций и реакций вселенской Природы, — из прошлых жизней. Наследственность сильно влияет только на внешнее существо; кроме того, не все эффекты наследственности принимаются даже там — только те, которые созвучны тому, чем нам суждено быть или, во всяком случае, те, что не мешают этому.

\*

Подсознательное является вещью привычек и воспоминаний, и оно повторяет упорно или всякий раз, когда может, старые подавленные реакции, рефлексy, ментальные, витальные или физические отклики. С помощью более высоких частей существа его надо тренировать оставлять свои старые отклики и принимать новые и истинные.

\*

Вы не представляете, сколь большая часть обычного ментального существа живет в подсознательном физическом. Именно там откладываются обычные ментальные и витальные движения, и оттуда они поднимаются в пробужденный разум. Изгнанные из высшего сознания, они находят свое прибежище в этой пещере. Когда им больше не позволено свободно появляться в пробужденном состоянии, они поднимаются во сне в качестве сновидений. Эти привычные движения перестают существовать только тогда, когда они выгнаны из подсознательного, а сами их семена убиты благодаря освещению этих скрытых слоев. По мере того, как высшее сознание внутренне углубляется, и высший свет нисходит в эти низшие прикрытые части, будут исчезать те вещи, которые сейчас возвращаются к вам подобным образом.

\*

Несомненно, можно тянуть силы снизу. Возможно, это скрытые божественные силы снизу поднимаются в ответ на вашу тягу, и тогда это движение вверх завершает движение и усилие божественной силы сверху, особенно помогая ввести ее в тело. Или, возможно, это темные силы снизу отвечают на призывы, и тогда тяга этого рода приносит либо тамас, либо возмущение — иногда большие массы инерции или грандиозный переворот и возмущение.

Низший витал является очень темным планом, и он может быть полностью открыт только тогда, когда другие планы над ним стали широко открыты свету и знанию. Когда концентрируешься на низшем витале без такой более высокой подготовки и без знания, то это подобно впадению во многие пуганицы. Это не означает, что переживания этого плана не могут придти раньше или даже в

самом начале; они действительно приходят сами собой, он им не следует давать слишком много места.

\*

Есть Шакти Йоги, лежащая свернутой или спящей во внутреннем теле, не активная. Когда делаешь йогу, эта сила разворачивается и поднимается вверх, чтобы встретиться с Божественным Сознанием и Силой, ждущими над нами. Когда это происходит, когда поднимается пробужденная Шакти Йоги, она часто ощущается как змея, разворачивающаяся, распрямляющаяся и все выше и выше поднимающаяся. Когда она встречает Божественное Сознание наверху, тогда сила Божественного Сознания может легче спуститься в тело и чувствоваться работающей там с целью изменить природу.

Это ощущение того, что ваше тело и глаза обращены вверх, является частью того же самого движения. Именно внутреннее сознание в теле и внутреннее тонкое зрение в теле смотрят и движутся вверх и пытаются встретить божественное сознание и божественное видение свыше.

\*

Если вы спускаетесь в свои низшие части или сферы природы, вы должны заботиться о том, чтобы поддерживать бдительную связь с более высокими уже преобразованными уровнями сознания и привнести через них Свет и Чистоту в эти более низшие еще не преобразованные области. Если нет этой бдительности, тогда вы поглощаетесь в непреобразованном движении низших слоев, что ведет к помрачению и всяческим неприятностям.

Самый безопасный путь — это оставаться в высшей части существа и оказывать оттуда давление на низшую часть, заставляя ее измениться. Так можно действовать, только надо обрести сноровку и привычку делать это. Если вы обретаете силу делать это, то это делает ваше продвижение более легким, более гладким и менее болезненным.

\*

Ваше практикование психоанализа было ошибкой. Оно осложнило, а не облегчило, по крайней мере, на время, работу по очищению. Психоанализ Фрейда — это последнее дело, которое следует связывать с йогой. Он берет некоторую часть, — самую темную, наиболее опасную и нездоровую часть природы, низший витальный подсознательный слой, — изолирует некоторые из его наиболее болезненных явлений и приписывает ей и им действие, несоразмерное их настоящей роли в природе. Современная психология — это младенческая наука, одновременно поспешная, неумелая и грубая. Как и во всех младенческих науках, повсеместная привычка человеческого разума — брать частную или локальную истину, незаконно обобщать ее и пытаться объяснить все поле Природы в ее узких терминах — буйно разрастается и здесь. Более того, преувеличенное значение подавленных сексуальных комплексов является опасной ложью, которая может иметь пагубное влияние и которая стремится сделать разум и витал менее, а не более чистым, чем прежде.

Верно, что сублиминальное составляет самую большую часть природы человека и несет в себе тайну невидимой динамики, которая объясняет его поверхностную деятельность. Но низшее витальное подсознательное, составляющее все, на что претендует психоанализ Фрейда, хотя даже в этой области он знает только некоторые плохо-освещенные уголки, — это не более чем ограниченная и самая низшая часть сублиминального целого. Сублиминальное я стоит позади и поддерживает всего поверхностного человека; оно имеет в себе больший и более действенный разум за поверхностным разумом, большее и более мощное витальное за поверхностным виталом, более тонкое и более свободное физическое сознание за поверхностным телесным существованием. И над ними оно открывается к более высоким сверхсознательным диапазонам, как и под ними — низшим подсознательным областям. Если хочешь очистить и трансформировать природу, надо подняться как раз к мощи этих высших диапазонов и изменить с их помощью как сублиминальное, так и поверхностное существо. Даже это следует делать осторожно, не преждевременно или поспешно, следуя высшему руководству, всегда сохраняя правильную позицию; ведь иначе притянута вниз сила может оказаться слишком сильной для темного и слабого природного каркаса. Но начинать с открытия низшего под-

сознательного, рискуя поднять в нем все грязное или темное — это прямая дорога навлечь неприятности. Прежде всего, следует сделать высший разум и витал сильными и прочными и полными света и шири и покоя свыше; затем можно будет открыть подсознательное или даже нырнуть в него с большей безопасностью и некоторым шансом на скорое и успешное изменение.

Система избавления с помощью *anubhava* также может быть опасной; ведь на этом пути можно легко угодить в ловушку вместо того, чтобы достичь свободы. Этот метод основан на двух хорошо известных психологических мотивах. Первый, мотив умышленного истощения, обоснован только в некоторых случаях, особенно когда некоторая природная тенденция имеет слишком сильную хватку или слишком сильное побуждение, чтобы от нее можно было избавиться с помощью *vicāra* или путем отвержения и замены на истинное движение; когда таких тенденций в избытке, садхак иногда даже должен отходить к обычному действию обычной жизни, получать истинное переживание с новым разумом и волей, а затем, когда препятствие устранено или готово к устранению, возвращаться к духовной жизни. Но этот метод умышленного потакания всегда опасен, хотя иногда неизбежен. Он успешен только в том случае, когда в существе есть очень сильная воля к реализации; ведь тогда попустительство приносит сильное разочарование, *vairāgya*, и воля к совершенству может быть спущена в непокорную часть природы.

Другой мотив *anubhava* имеет более широкую применимость; ведь чтобы отвергнуть что-то от существа, надо сначала осознать это, иметь ясное внутреннее переживание его действия и открыть его настоящее место в работах природы. Затем можно работать над этим движением, чтобы устранить его, если оно совершенно неправильное, либо чтобы трансформировать его, если оно является лишь деградацией более высокого и истинного движения. Именно это или что-то подобное этому пытаются сделать психоанализ, но делает он это грубо и неподходящим образом, с зачаточным и недостаточным знанием. Действительно неизбежен процесс подъема низших движений в полный свет сознания, чтобы знать эти движения и иметь с ними дело; ведь без этого не может быть полного изменения. Но по-настоящему преуспеть в этом можно только тогда, когда высший свет и сила уже достаточно работают, чтобы рано или поздно преодолеть силу тенденции, которая выставлена для изменения. Многие, под предлогом *anubhava*, не только поднимают враждебное движение, но и поддерживают его своим согласием вместо того, чтобы отвергать его, находят оправдания для его продолжения или повторения, и так продолжают играть с ним, потворствуя его возвращению, увещивая его; впоследствии, когда они хотят избавиться от него, они обнаруживают, что оно настолько укоренилось, что они ощущают себя беспомощными в его лапах, и только ужасная борьба или вмешательство божественной милости могут освободить их. Некоторые делают это из-за витального изгиба или извращенности, другие — по дремучему неведению, но в йоге, как и в жизни, неведение не принимается Природой в качестве оправдания. Эта опасность есть при любых неподходящих обращениях с невежественными частями природы; но нет ничего более невежественного, более опасного, более неразумного и упрямого в возвращении, чем низшее витальное подсознательное и его движения. Преждевременно или неправильно поднять его для *anubhava* — означает залить и сознательные части его темным и грязным веществом и таким образом отравить всю витальную и даже ментальную природу. Поэтому всегда следует начинать с позитивного, а не негативного переживания, путем привнесения вниз нечто от божественной природы, спокойствия, света, самообладания, чистоты, божественной силы в те части сознательного существа, которые надо изменить; только когда это в достаточной степени проделано, и есть прочный позитивный базис, тогда становится безопасным поднимать сокрытые подсознательные враждебные элементы, чтобы разрушить и уничтожить их силой божественного покоя, света, силы и знания. Но даже и в этом случае будет достаточно низшего вещества, поднимающегося самого по себе, чтобы дать вам столько *anubhava*, сколько нужно, чтобы избавиться от препятствий; но тогда с ними можно иметь дело с гораздо меньшей опасностью и под более высоким интегральным руководством.

\*

Мне трудно вообще воспринимать всерьез этих психоаналитиков, когда они пытаются тщательно исследовать духовное переживание в мерцающем свете своих факелов — вероятно, так и следует к ним относиться, ведь полужнание является довольно мощной штукой и может стать большим препятствием на пути прихода настоящей Истины. Эта новая психология очень напоминает мне детей, разучивающих основы не совсем адекватной азбуки и ликующих по поводу сложения а-б-в-г-д под-

сознательного и загадочно подземного супер-эго и воображающих, что их первая книга смутных начал (ма-ма - это мама, мы-ла — мыла, ра-му — раму) является самой сердцевиной настоящего знания. Она смотрит снизу вверх и объясняет более высокий свет низшей затемненностью; но фундамент этих вещей — сверху, а не внизу, *upari budhna eṣām*. Сверхсознательное, а не подсознательное, является настоящей основой вещей. Значение лотоса не отыскивается при анализе секретов грязи, из которой он произрастает; его секрет должен быть найден в небесном прототипе лотоса, который вечно цветет в Свете свыше. Кроме того, само-избранное поле этих психологов бедное, темное и ограниченное; вы должны знать целое, прежде чем вы сможете узнать часть, и высочайшее — прежде чем вы сможете по-настоящему понять самое низкое. Таково обещание большей психологии, ожидающей своего часа, перед которой растворятся все эти бедные поиски на ощупь и превратятся в ничто.

\*

Сон, из-за своего подсознательного базиса, обычно приводит к падению на более низкий уровень, если только это не сознательный сон; сделать сон все более и более сознательным — это единственное верное средство: но пока это не достигнуто, следует всегда противодействовать этой топящей тенденции и не позволять накапливаться эффекту тупых ночей. Но все это всегда требует постоянного усилия и дисциплины и должно занимать время, иногда — долгое время. Не следует отказываться от усилия из-за того, что не видно непосредственного результата.

\*

Ночью сознание почти всегда опускается ниже того уровня, что бы достигнут в ходе садханы в пробужденном сознании, пока нет особых переживаний поднимающего характера во время сна или пока приобретенное йогическое сознание не становится столь сильным в самом физическом, чтобы противодействовать тяге подсознательной инерции. В обычном сне сознание тела — это сознание подсознательного физического, которое является уменьшенным сознанием, не пробужденным и живым как остальная часть существа. Остальная часть существа стоит позади, и часть его сознания уходит в иные планы и регионы имеет переживания, которые отражаются в сновидениях. Вы говорите, что вы ходите в очень плохие места и имеете переживания, подобные тому, о котором вы рассказываете; но это совсем не обязательно является знаком чего-то неправильного в вас. Это означает просто то, что вы, как и все, идете в витальный мир, а в витальном мире полно таких мест и таких переживаний. Вы должны не столько избегать вообще ходить туда, ведь этого нельзя полностью избежать, а идти с полной защитой, пока вы не обретете господство в этих регионах супрафизической Природы. Это одна из причин того, почему перед сном вы должны вспоминать Мать и открываться ее Силе; ведь чем более привычным это станет для вас и чем более успешно вы будете это делать, тем большая защита будет с вами.

\*

Не все эти сновидения являются просто сновидениями, не все носят случайный, бессвязный или подсознательный характер. Многие являются записями или копиями переживаний витального плана, в которые вы входите во сне; некоторые являются сценами или событиями тонкого физического плана. Там часто происходят события или совершаются действия, напоминающие события и действия физической жизни с теми же самыми окружающими условиями и с теми же самыми людьми, хотя обычно есть некоторая или значительная разница в расстановке этих условий. Но это может быть и контакт с другими окружающими условиями и другими людьми, не известными в физической жизни или вообще не принадлежащими физическому миру.

В пробужденном состоянии вы сознаете только определенные ограниченное поле и действие своей природы. Во сне вы можете очень живо начать осознавать вещи за пределами этого поля — большую ментальную или витальную природу за пробужденным состоянием или же тонкую физическую или подсознательную природу, которая содержит многое из того, что есть в вас, но не отчетливо активно в пробужденном состоянии. Все же эти темные тракты должны быть расчищены, иначе не может быть никакого изменения Праkriti. Вам не следует позволять себе быть затронутым

гнетом витальных или подсознательных снов — ведь эти два вида снов составляют большую часть переживаний во сне — а устремляться к тому, чтобы избавиться от этих вещей и от активностей, на которые они указывают, быть сознательным и отвергать все, кроме божественной Истины; чем больше вы обретаете этой Истины и цепляетесь за нее в пробужденном состоянии, отвергая все прочее, тем больше будет поясняться это вещество низших сновидений.

\*

Сны, которые вы описываете,— это, несомненно, символические сны витального плана. Эти сны могут символизировать все, что угодно: игру сил, лежащую в основании структуру и ткань проделанных или пережитых вещей, действительные или потенциальные события, действительные или потенциальные намечающиеся движения или изменения во внутренней или внешней природе.

Робость, на которое указывало опасение во сне, была, вероятно, не чем-то в сознательном разуме или в высшем витале, а чем-то подсознательным в нижней витальной природе. Эта часть всегда чувствует себя медленной и незначительной и с готовностью поддается страху быть поглощенной большим сознанием — страху, который в некоторых уже при первом контакте может доходить до нечто подобного панике, смятению или ужасу.

\*

Сновидения этого рода, совершенно очевидно, являются формациями, какие часто встречаешь на витальном, реже — на ментальном плане. Иногда они являются формациями вашего собственного разума или витала; иногда они являются формациями других умов с точной или модифицированной транскрипцией в вас; иногда приходят и формации, сотворенные нечеловеческими силами или существами других планов. Эти вещи не настоящие в физическом мире, или им не требуется становиться настоящими в физическом мире, но они все еще могут оказывать воздействие на физическое, если они созданы с этой целью или этой тенденцией и, если им позволить, они могут реализовать свои события или свою встречу — ведь, чаще всего, они символические или схематические — во внутренней или внешней жизни. Надлежащее обращение с ними — просто наблюдать и понимать и, если они вышли из враждебного источника, отвергать или разрушать их.

Есть и другие силы, которые не носят тот же самый характер, а являются представлением или транскрипцией того, что действительно происходит на других планах, в иных мирах при других условиях, отличных от наших. Опять же, некоторые сны чисто символические, а некоторые указывают на существующие и склонности в нас, будь то известные пробужденному разуму или необнаруженные им; есть и такие сны, которые эксплуатируют старые воспоминания или же поднимают вещи, либо пассивно запасенные или все еще активные в подсознательном, поднимают массу разнообразного вещества, которое должно быть изменено или от которого надо избавиться по мере того, как поднимаетесь в более высокое сознание. Если знаешь, как интерпретировать такие сны, тогда из них можно извлечь массу знания тайн нашей природы и природы других.

\*

Это не правильный метод — пытаться бодрствовать по ночам; подавление необходимого сна делает тело тамасическим и непригодным для должной концентрации в бодрствующие часы. Правильный способ — это трансформировать сон, а не подавлять его, и, особенно, учиться, как становиться все более сознательным в самом сне. Если это сделано, тогда сон превращается во внутреннюю моду сознания, в которой садхана может продолжаться как и в бодрствующем состоянии, и в то же время, вы сможете входить на другие планы сознания, отличные от физического, и распоряжаться безмерным диапазоном информативного переживания, которое можно будет затем использовать.

\*

Сон нельзя ничем заменить, но его можно изменить; ведь вы можете стать сознательным во сне. Тогда ночь можно будет использовать для более высокой работы — при условии, что тело получает свой должный отдых; ведь цель сна — отдых тела и обновление витально-физической силы. Будет

ошибкой отказывать телу в еде и сне, как некоторые хотят делать это, исходя из аскетической идеи или импульса — это только истощит физическую опору и, хотя йогическая или витальная энергия может долго поддерживать работу перенапряженной или клонящейся к упадку физической системы, но неизбежно приходит время, когда эта подпитка становится не такой легкой или вообще возможной. Телу следует давать то, что ему нужно для его собственной эффективной работы. Умеренное, но достаточное питание (без жадности или желания), достаточный сон, но не тяжелого тамасического рода — это должно быть правилом.

\*

Описываемый вами сон, в котором есть светлое молчание или же сон, в котором есть Ананда в клетках тела,— это, очевидно, наилучшее состояние. Другие часы, которые вы не сознаете, могут быть периодами глубокой спячки, в которой вы выходите из физического и попадаете на ментальный, витальный и другие планы. Вы говорите, что вы были несознательны, но это могло быть просто из-за того, что вы не помните, что происходило; ведь при возвращении происходит нечто вроде поворота сознания, перехода или обращения, в котором все пережитое во сне, кроме, быть может, самого последнего или самого впечатлительного, стирается в физическом сознании, и все становится как бы пустым. Есть другое пустое состояние, состояние инерции, оно не только пустое, но и тяжелое и непомнящее; но это происходит тогда, когда вы идете глубоко и полностью в подсознательное; это подземное погружение очень нежелательное, затемняющее, опускающее, зачастую утомляющее, а не дающее отдых, оно противоположно светлomu молчанию.

\*

Это был не полусон, даже не четверть сна или даже одна шестнадцатая часть сна; это был уход внутрь сознания, которое в том состоянии остается сознательным, но закрытым ко внешним вещам и открытым только ко внутреннему переживанию. Вы должны ясно различать эти два совершенно разных состояния: одно — это *nidra*, другое — начало, по крайней мере, *samadhi* (не *nirvikalpa*, конечно же!). Этот уход вовнутрь необходим из-за того, что активный разум человеческого существа поначалу слишком обращен ко внешним вещам; он должен всецело уйти вовнутрь, чтобы жить во внутреннем существе (внутреннем разуме, внутреннем витале, внутреннем физическом, психическом). Но путем тренировки можно достичь той точки, когда остаешься внешне сознательным и все же живешь во внутреннем существе и по воле втягиваешься вовнутрь или разливаешься; тогда вы сможете иметь одну и ту же плотную неподвижность и то же самое влияние большего и более чистого сознания в пробужденном состоянии, как в том состоянии, которое вы ошибочно назвали сном.

\*

Физическое усталость в ходе садханы может возникать по разным причинам:

1. Она может возникать из-за того, что вы получаете больше, чем физическое готово усвоить. Тогда лекарством является тихий отдых в сознательной неподвижности, воспринимающей силы, но только с целью восстановления силы и энергии.

2. Она может возникать из-за пассивности, принявшей форму инерции — инерция тянет сознание вниз, к обычному физическому уровню, на котором оно быстро устает и склонно впадать в тамас. Тогда лекарством будет отойти назад в истинное сознание и покоиться там, а не в инерции.

3. Она может возникать из-за простого перенапряжения тела — когда ему недостает сна и отдыха. Тело является опорой йоги, но его энергия не неистощима и требует бережливости; эта энергия может поддерживаться путем привлечения вселенской витальной Силы, но и эта подпитка имеет свои пределы. Определенная умеренность необходима даже в стремлении к прогрессу — умеренность, а не отсутствие интереса или праздность.

\*

Болезнь отмечает некоторое несовершенство или слабость, либо открытость ко враждебным касаниям в физической природе и часто также связана с некоторым затемнением или дисгармонией в низшем витале или физическом разуме, либо где-либо еще.

Очень хорошо, если вы можете полностью избавиться от болезни с помощью веры и силы йоги, либо благодаря притоку Божественной Силы. Но очень часто это не вполне возможно, потому что целостная природа не открыта Силе или не способна ответить ей. Разум может иметь веру и отвечать, но низший витал и тело могут и не следовать за ним. Либо, если разум и витал готовы, тело может не отвечать или отвечать только частично, потому что оно имеет привычку откликаться на силы, которые вызывают определенные болезни, а привычка является очень упорствующей силой в материальной части природы. В этом случае можно использовать и физические средства — не как основные средства, а как помощь или материальную опору действию Силе. Следует использовать не сильнодействующие лекарства, а только те, которые оказывают целительное воздействие, не тревожа тело.

\*

Приступы болезни являются атаками низшей природы или враждебных сил, извлекающих выгоду из некоторой слабости, открытости или отклика в природе — они приходят снаружи. Если вы можете чувствовать, как они подходят, и обладаете силой и привычкой отбрасывать их, прежде чем они войдут в тело, тогда болезнь минует вас. Даже если вам кажется, что атака поднимается изнутри, это только означает, что она незаметно проникла в подсознательное; оказавшись там, сила, которая принесла болезнь, поднимает ее оттуда и, рано или поздно, захватывает всю систему. Когда же вы чувствуете болезнь сразу после того, как она вошла, это происходит из-за того, что хотя атака прошла непосредственно, а не через подсознательное, но вы все же не смогли распознать ее, когда она еще была снаружи. Очень часто атака проходит фронтально или, даже еще чаще, вскольз со стороны, прокладывая свой путь через тонкую витальную оболочку, являющуюся нашей главной линией защиты, но она может быть остановлена и в самой оболочке, прежде чем проникнет в материальное тело. Тогда вы можете чувствовать некоторые последствия этого, например, жар или озноб, но болезнь все же не завладеет вами полностью. Если же атаку удалось остановить еще раньше или если сама витальная оболочка сопротивляется и остается сильной, энергичной и нетронутой, тогда вообще не будет болезни; атака не окажет никакого физического воздействия и не оставит и следа.

\*

Несомненно, можно воздействовать на болезнь изнутри и лечить ее. Только это не всегда легко, поскольку в Материи много сопротивления — сопротивления инерции. Необходимо неослабная настойчивость; поначалу можно окончатально заболеть, либо симптомы будут нарастать, но постепенно контроль над телом или каким-то заболеванием будет становиться все сильнее. Опять же, сравнительно легко вылечить внутренним средствами случайное заболевание, но гораздо труднее сделать тело невосприимчивым к этой болезни в будущем. Труднее иметь дело с хронической болезнью — она больше сопротивляется, чем случайное расстройство. Пока контроль над телом не совершенен, всегда есть все эти и другие несовершенства и трудности при использовании внутренней силы. Если с помощью внутреннего действия вы сможете предотвратить нарастание болезни, тогда даже это уже кое-что; затем, с помощью *abhyāsa* вы сможете укрепить силу, пока она не станет способной лечить. Заметьте, что пока нет полной силы в лечении болезни, не следует полностью отвергать некоторую помощь физических средств.

\*

Медицинские лекарства — это последнее средство, к которому следует прибегать, когда что-то в сознании не отвечает Силе или отвечает ей поверхностно. Очень часто невосприимчива некоторая часть материального сознания — в других случаях это подсознательное стоит на пути, даже когда весь пробужденный разум, жизнь, физическое согласны на избавляющее воздействие. Если отвечает и подсознательное, тогда даже малейшее прикосновение Силы может не только вылечить заболевание, но и сделать тело практически невосприимчивым к этому заболеванию в будущем.

\*

Ваша теория болезни является довольно опасным кредо — ведь болезнь надо устранять, а не принимать ее или наслаждаться ею. В существе есть нечто, что наслаждается болезнью, можно даже обратить боль болезни, равно как и любую другую боль, в форму удовольствия; ведь и боль и удовольствие являются деградациями изначальной Ананды и могут быть сведены в термины друг друга или же возвышены в свой изначальный принцип Ананды. Верно, что надо быть способным переносить болезнь со спокойствием, ровностью, терпением, даже с осознанием ее, поскольку она пришла как нечто, через что надо пройти в ходе переживания. Но принимать ее и наслаждаться ею означает помогать ей удерживаться, чего не следует делать; ведь болезнь является деформацией физической природы, подобно тому, как вождление, гнев, ревность и т.п. являются деформациями витальной природы, а ошибка, предвзятость и потакание лжи являются деформациями ментальной природы. Все эти вещи должны быть устранены, и отвержение является первым условием их исчезновения, тогда как принятие оказывает прямо противоположный эффект.

\*

Все болезни, прежде чем войти в физическое, проходят через нервную или витально-физическую оболочку тонкого сознания и тонкого тела. Если осознаешь тонкое тело или владеешь тонким сознанием, тогда можно остановить болезнь на ее пути и препятствовать тому, чтобы она вошла в физическое тело. Но болезнь может придти и незаметно, во сне или через подсознательное, либо внезапным натиском, когда утрачена бдительность; тогда ничего не остается, кроме как выбить ее с позиций, занятых ею в теле. Само-защита с использованием внутренних средств может стать такой сильной, что тело становится практически невосприимчивым к болезни. Но все же "практически" не означает "абсолютно". Абсолютная же невосприимчивость может придти только с супраментальным изменением. Ведь на уровне ниже супраментального эта невосприимчивость является результатом действия Силы среди многих сил и может быть нарушена подрывом установленного равновесия — на супраментальном же уровне невосприимчивость к болезни есть закон природы; в супраментальном теле эта невосприимчивость будет автоматической, внутренне присущей новой природе.

Есть различие между йогической Силой на ментальном и более низших планах и супраментальной Природой. То, что приобретается и удерживается Силой йоги в сознании разума-тела, на супраментальном уровне внутренне присуще и существует не благодаря достижению, а благодаря самой супраментальной природе — является само-существующим и абсолютным.