

«Йога-сутры» Патанджали являются сердцем йоги. Сердце (*хридая*) — это то, что не подвержено изменениям. В своих «Сутрах» Патанджали раз и навсегда дал йоге определение и придал ей форму. Однако сердце без *праны* мертво и бесполезно. Дешикачар объясняет, что процесс обучения — это *прана* (жизнь) «Йога-сутр». Сердце оживляется учителем. «Йога-сутры» являются мощным орудием учителя, который в состоянии адаптировать их к ученику и, с их помощью, передать обучаемому преобразующую силу сердца.

Дешикачар подчеркивает, что предлагаемый вашему вниманию труд является всего лишь введением, потому что «Йога-сутры» очень глубоки.

По словам Кришнамачарьи, между «атха» и «ити» (первым и последним слогами «Сутр») простирается океан. При изучении «Сутр» с учителем слова начинают складываться в полные смыслы и силы откровения, причем порой самым неожиданным образом. Рекомендуется заниматься с человеком, который сам проходил подобное обучение и занимался у компетентного учителя, достигшего ясности понимания с помощью *тапаса* (практики), *свадхьяи* (самоисследования) и *ишварапранидханы* (преданности Богу).

Труд Патанджали написан в стиле «сутра». Данной манере изложения свойственна краткость, однозначность, содержательность и универсальность. *Сутра* — это то, что связывает учителя, учение и ученика. С продвижением в изучении текста и в практике йоги содержание «Сутр» вызывает в душе все более глубокий резонанс, становится все более злободневным и дарит все новые откровения. Здесь нет места спешке или чрезмерным стараниям понять написанное. Этот процесс должен протекать естественно.

Мы не знаем точно, кем был Патанджали. Некоторые считают его божественным воплощением змея Ананты, который поддерживает всю Вселенную. *ОнАдишеша* — «первый слуга Бога», который «так близок к Богу, что знает Его учение лучше всех». Мы можем предположить, что Патанджали не создал учение йоги сам, а унаследовал его из огромного массива Вед. По указанию великого учителя он выбрал из Вед все, что касалось учения об уме, и представил в краткой и систематизированной форме. Все идеи йоги — такие, как *Ишвара*, *клеша*, *карма*, *гуны*, *пуруша*, *самадхи*, *сиддхи* и *кайвалья*, — в той или иной форме содержатся в древних Упанишадах. Однако в Ведах нет четкой

¹ Одно из значений слова сутра — «нить», «шнур». — Здесь и далее прим. ред.

организации материала, поэтому на них сложно построить последовательное обучение. Патанджали преподнес нам великий дар, оформив ведийское учение йоги в доступную систему личностного развития.

Лаконичность и выразительность «Сутр» обеспечила возможность устной передачи знаний о йоге от учителя к ученику на протяжении веков. В наше время Кришнамачарья, благодаря своему учителю Рамамохану Брахмачари, получил уникальную возможность проникнуть в лабиринт этих слов на совершенно особом уровне. Аналогичным образом, Дешикачар прошел обучение и практику у Кришнамачарьи, в результате чего смысл каждой *сутры* стал для него ясным и злободневным. Кришнамачарья и Дешикачар не интересуются религиозными или философскими спекуляциями. Напротив, они привнесли в йогу интеллектуальную строгость, техническую четкость и практику выявления методов, с помощью которых каждая конкретная личность может ослабить *духкху* (страдание).

По контрасту с другими философскими системами, считающими, что кроме Бога ничто не является реальным, Патанджали утверждает, что весь приобретаемый человеком опыт — это *сат* («истина, «реальность») и его нельзя отрицать. Даже *духкха* — *сат* и не должна вызывать стыда или негативной реакции.

Духкху испытывают все. Она является частью нашей реальности, и если это признать, то она поможет нам пробудиться к большей чистоте и пониманию. Кришнамачарья говорил: «Спасибо Богу за *духкху*». Он называл *духкху* неизбежным стимулом к практике. Кроме того, Патанджали ясно дает понять, что наш опыт постоянно меняется; ничто, в том числе *духкха*, не остается неизменным. Поэтому мы всегда можем добиться для себя позитивных изменений — было бы желание. Патанджали дает нам бесчисленное количество доступных методов, которые мы можем применять, отталкиваясь от своей реальной ситуации на текущий момент. Начинать мы должны с начала. Дешикачар говорит об этом просто: «Если человек не может найти свой дом, а вы говорите ему, что там находится горшок с золотом, лучше бы вы ему этого не говорили. Он был бы счастливее, потому что какой прок от золота, если вы не можете его найти? Это только расстраивает. Сначала нужно найти дом и войти в него. А после этого появляется много возможностей».

Патанджали свел процесс и инструменты самоанализа в единую систему. Если выбрать подходящие методы и практиковать их под руководством учителя, можно привести свой беспокойный ум в состояние покоя. В нас заложен потенциал необычайной мудрости и счастья. Это основная идея Патанджали, переданная Кришнамачарьей и Дешикачаром. *Марк Витвел*