

Глава 5

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СВОЙСТВА ЭЛЕМЕНТОВ

Цвета элементов

Каждый элемент проявляет себя как цвет — часть видимого спектра радуге. Цвет элемента выражает частоту его вибрации:

- ~ пространство — голубой (бесцветный) цвет,
- ~ ветер — зеленый цвет,
- ~ огонь — красный цвет,
- ~ вода — белый цвет,
- ~ земля — желтый цвет.

Биджа-мантры элементов

«ЛАМ — семенная мантра (биджа) земли. Концентрируясь на квадрате желтого цвета, приятном запахе и золотом свете, вы почувствуете легкость во всем теле.

ВАМ — семенная мантра воды. Концентрируясь на форме полумесяца, можно преодолеть голод и жажду; оставаясь в течение долгого времени под водой, можно обуздать и эту стихию.

Тот, кто концентрируется на биджа-мантре РАМ и красном треугольнике, может съесть и переварить колоссальное количество пищи и переносить жар солнца или огня.

ЙАМ — мощная биджа-мантра для концентрации на воздух в форме круга темно-синего цвета. Тот, кто овладел этой стихией, может летать по воздуху подобно птице (опыт левитации).

Для концентрации на элементе эфира используют биджа-мантру ХАМ, как бесформенное сияние. Эта практика снимает завесу с прошлого, настоящего и будущего и наделяет восемью сиддхами (совершенствами)».






«Шива Свародайя» (209 — 213)

Биджа-мантра — это семенной звук каждого элемента. Этот звук выражает тонкую вибрацию, присущую элементу. Правильно повторяя биджи, йогин активизирует элементы.

| Элемент | Биджа-мантра |
|--------------|--------------|
| Пространство | ХАМ |
| Воздух | ЙАМ |
| Огонь | РАМ |
| Вода | ВАМ |
| Земля | ЛАМ |

Янтры элементов

Звук и свет каждого элемента, сочетаясь, принимают определенные формы, которые можно видеть тонким зрением, медитируя на чакры.

| Элемент | Форма | |
|--------------|--------------------------|---|
| Пространство | круг |  |
| Воздух | шестиугольник |  |
| Огонь | перевернутый треугольник |  |
| Вода | полумесяц |  |
| Земля | квадрат |  |

Влияние элементов природы

Прогресс йогина зависит от природы, стихий местности, где он обитает. Лучшая окружающая природа для духовного достижения та, в которой элементы сбалансированы. Живя в такой местности, йогин удлиняет свою жизнь и улучшает здоровье, его праны гармонизируются, он легко получает духовные опыты. Наилучшее место обитания — страны или места, где земля питательная, где есть много текущей чистой воды, где воздух незагрязненный и перепад температур небольшой.

Духовный прогресс йогина будет происходить быстрее, если он практикует среди гармоничных элементов. Если элементы йогина вовне и внутри сбалансированы, ум останется безмятежным даже в трудных условиях, во время интенсивной технической практики или в суровом климате. Йогин должен учитывать качества элементов и строить свои взаимоотношения с элементами так, чтобы это способствовало его благополучию.

Если йогин обнаруживает, что какие-то элементы находятся в дисбалансе, он должен попробовать развить противоположные элементы. Допустим, если у йогина много сонливости и вялости, ему следует медитировать на воздух и огонь. Если йогин раздражается и не способен долго концентрироваться, не обладает постоянством в практике, ему следует активизировать элементы земли и воды. Если йогин постоянно проявляет активность, которая приводит к конфликтам, что указывает на преобладающий элемент огня, для обретения текучести и гармонии ему следует медитировать на элемент воды. Уравновешивая элементы, йогин всегда будет находиться в благополучном окружении вовне, и элементы в его теле будут сбалансированы.

Гармония и дисбаланс элементов

Вести духовную практику — это значит гармонизировать внутренние элементы и растворять их до чистого состояния радужного света.

При перерождении йогин получает определенное сочетание пяти элементов, соответствующих его прарабдха-карме. Благодаря кармическим следам, оставленным в прошлом, энергия и тело йогина формируются из уникальной комбинации элементов. Поскольку существует карма, эти элементы не полностью уравновешены. Если у человека слишком дурная карма, то неравновесие элементов может бросаться в глаза. Если человек обладает нервозностью, это указывает на дисбаланс элемента ветра, а если человек обладает тупостью, это указывает на доминирующее влияние элемента земли. Если человек обладает скверным характером — это указывает на дисбаланс элемента огня, который не позволяет строить гармоничные взаимоотношения.

Вся жизнь человека является способом функционирования пяти элементов. Любое действие, производимое человеком — это комбинация пяти элементов и проявление состояний различных качеств пяти

элементов. Упражняя тело асанами, человек очищает элемент земли, занимаясь медитацией на пространство, йогин усиливает элемент пространства, обучаясь гармоничному поведению и взаимоотношениям с другими, йогин развивает элемент воды.

В течение жизни различные элементы начинают развиваться, но если внешние факторы не способствуют этому, они остаются «спящими». Если йогин живет в таких обстоятельствах, где одни элементы стимулируются социальными рамками, климатом, образом жизни, а другие угнетаются, то элементы могут стать разбалансированными. Дисгармония элементов может быть временной, когда она выравнивается при изменении обстановки, в случае же длительного пребывания в неуравновешенном состоянии элементов, она может длиться всю жизнь. Неправильная практика медитации может вызвать дисбаланс элемента ветра, сильная грубая физическая работа может усилить элемент земли в ущерб элементам воздуха и огня, когда уставший человек больше не может заниматься творчеством, ясно и активно мыслить, его осознанность притупляется.

Йогин, который пребывает в созерцательном присутствии и гармонично развивает все элементы, находится в равновесии элементов. Такой йогин никогда не встречает препятствий, он всегда имеет крепкое здоровье, радостное расположение духа, творческие способности, полон жизненных сил и энергии, его ум бодр и ясен.

Гармонизация элементов

Дисбаланс элементов проявляется на уровне физического тела, на уровне энергии и на уровне сознания. На уровне физического тела дисбаланс проявляется в виде заболеваний. На уровне энергии дисбаланс элементов проявляется как утомляемость, нечистые сновидения. На уровне сознания он проявляется как депрессия, душевное расстройство, повышенная возбудимость.

Лучший способ приведения элементов в равновесие — открыть естественное состояние и укорениться в нем. Полностью этот совет применим только для опытных практиков, чей ум объединен с праной, и которые силой созерцания могут направлять ветры в центральный канал.