

## СЛИЯНИЕ С ЭЛЕМЕНТОМ ПРОСТРАНСТВА

*«Акаша-дхарана-мудра — концентрация на стихии эфира.*

*Стихия эфира, светящаяся цветом чистой морской волны, связана с Садашивой, ее биджа ХАМ. Фиксируй там (в вишуддхе) прану и читту два часа. Это эфирная дхарана, открывающая дверь к Освобождению.*

*Тот, кто знает эту акаша-дхарани-мудру — настоящий йогин. Для него нет ни старости, ни смерти, и он не подлежит растворению в пралайе».*

*«Гхеранда Самхита» (3.80 — 81)*

Йогину следует отправиться в горы или на берег океана, отыскать место, где есть широкое открытое пространство, небесный простор или виден горизонт.

Элемент пространства руководит областью от бровей и выше.

1. Следует расслабиться в позе сидя.
2. Отпустить ум, почувствовать себя подобно полому бамбуку, отбросить прошлое, оставить надежды и планы на будущее.
3. Глаза открыты, ум безмятежен, дыхание легкое.
4. Йогин смотрит, пристально устремив взор в пространство, выполняя шамбхави-мудру.

5. Затем следует впитать в себя кожей и дыханием элемент пространства и представить, как тело растворяется в нем. Следует размышлять о бесконечном мироздании и единой Основе, о пространстве, которое наполняет все.

6. Пространство насыщает тело, энергию и сознание, словно пропитывая его. Йогин остается в нераздельном единстве созерцания и пространства, все больше объединяясь с пространством, открывая истинную Природу Ума, подобную пространству.

Уходят дисбалансы ветров, растворяются клеши и засоры в нади, растворяются эмоции и беспокоящие мысли. Ум распахивается и становится пустым, не связанным ни с чем. Уходит отождествление с

маленьким эго, привязанность к усилию уступает место спонтанно-расслабленному безусильному присутствию. Йогин должен насытить тело, ум, прану пространством и полностью слиться с ним. Медитация на пространство прямо вводит в Природу Ума и является наилучшим методом для открытия созерцания.

Если нет возможности найти открытое пространство, следует опираться на воображение:

1. Йогин представляет себя в прозрачно-чистом голубом небе.

2. Он парит в пустом пространстве, ощущая свою позу устойчивой. Затем он постепенно сливается с прозрачной пустотой, впитывая ее каналами тела, плотью.

3. Потом пространство входит в центральный канал, локализуясь в центре груди, в духовном сердце.

4. Затем оно растворяется в сознании, и йогин пребывает как чистое пространство сознания.

*Сиддхи*: способность знать прошлое, будущее и настоящее, перемещаться в одно мгновение в любую точку вселенной.

### Предварительное размышление о трех пространствах

*«Ты — воистину Реальность, безграничная как пространство».*

*Авадхута Даттатрейя  
«Авадхута Гита», гл. 1 (68)*

Осознавание — это нерожденное пространство вне всяких концепций. Пробудиться к этому осознанию — означает открыть естественное состояние, войти в созерцательное присутствие.

Обычно говорят о трех видах пространства:

~ *внешнее пространство (бхут-акаша)*, которое включает в себя всю видимую вселенную, пять элементов, звезды, планеты. Это пространство, в котором находится все внешнее по отношению к нашему сознанию;

~ *внутреннее пространство (чит-акаша)* — это пространство, которое включает в себя наш ум, память, подсознательные впечатления, тонкие тела, которое содержит в себе внутренний свет осознания;

~ тайное сердечное пространство (хрид-акаша) — это Ясный Свет как таковой, который проявляется вне двойственности, он открывается внутри, но на самом деле он также пронизывает все снаружи. Это тайное пространство, потому что в него возможно войти только в состоянии самадхи.

### *Внешнее пространство*

*«Многообразие всех вещей наблюдается только в пространстве, и это пространство пребывает в высшей Сущности, которая, в свою очередь, проецирует его в тот момент, когда начинается появление многообразия, хотя это и неясно тогда...»*

*Авадхута Даттатрейя  
«Трипура Рахасья», гл. XVIII (106-108)*

Внешнее пространство можно сравнить с безграничным пространством вселенной. Оно подобно вселенской Пустоте, вселенскому вакууму или чистому небу: ни облаков, ни каких-либо примесей, тумана или чего-либо еще, затмевающего его. Это бесконечное пространство вселенной, включающее в себя планеты, звезды, галактики, метагалактики и вселенные, пространство, у которого нет никаких границ.

Внешнее пространство вселенной дает нам пример, намекая на природу пространства внутри сознания (чит-акаша). Именно внешнее пространство вселенной мы используем для того, чтобы узнать внутреннее пространство.

### *Внутреннее пространство*

Внутреннее пространство — это Природа «Я», Природа Ума, наше глубинное осознание в его собственной чистоте. Оно полностью пусто, свободно от каких-либо мыслей, переживаний, образов, визуализаций, это чистое сознание в его первоизданном виде.

*«Парашурама! Обрати свой взор внутрь. То, что ты воспринимаешь как внутреннее пространство — это протяженность, в которой существует все живущее, и она образует их высшую Сущность, или сознание».*

*Авадхута Даттатрейя  
«Трипура Рахасья», гл. XVIII (106 — 108)*

## Тайное пространство

Тайное пространство (хрид-акаша) — это открытие истинного осознания Ясного Света, где внешнее и внутреннее пространства смешиваются в едином недвойственном состоянии. Такое состояние именуют «единый вкус» или «естественное» (Сахаджья).

*«То, что они считают пространством — это твоя Высшая Сущность. Таким образом, Высшая Сущность одного — это пространство в другом, и наоборот. Но одна и та же вещь не может иметь различную природу. Поэтому нет никакого различия между пространством и Высшей Сущностью, которая есть полное и совершенное Блаженство-Сознание».*

*Авадхута Даттаатрейя  
«Трипура Рахасья», гл. XVIII (106 — 108)*

Когда пространство используется в качестве примера для внутреннего осознания, имеются в виду его качества пустотности, незапятнваемости. Пространство находится вне рождения, роста, становления и разрушения, вне трех качеств, которые обычно сопровождают появление грубых физических элементов. Пространство не опирается ни на что, оно полностью пусто, в нем нет никаких качеств, на которых ум мог бы зафиксироваться, поэтому внешнее пространство называют самым высшим символом.

Когда йогин медитирует на вселенскую форму Абсолюта (Вират-рупу), он сосредотачивается именно на пространстве, которое является основой для всех других элементов. Пространство не зависит от времени, оно бесконечно и не имеет каких-либо ограничений.

### Практика смешивания трех пространств

#### *Настройка на внешнее пространство*

Для того чтобы настроиться на внешний образ пространства, следует медитировать на чистое небо без облаков. Если такое пространство не находится, можно медитировать на зеркально ровную поверхность моря или океана. Если же нет возможности найти чистое пространство вовне, следует размышлять о безграничности вселенной и всепроникающего бесконечного вселенского пространства, расширяя таким образом свое сознание. Медитируя над внешним пространством

