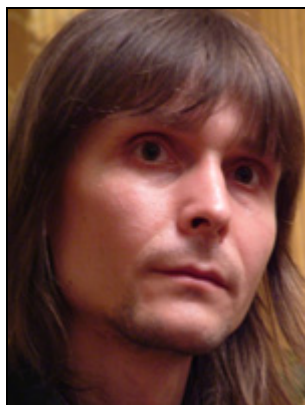


Сумиран – Адвайта



Содержание

О практике

О магии и мистике

Динамика выхода Сознания за пределы обусловленности феноменальными системами в многомерной вселенной

Относительная и абсолютная свобода

Магия действия

Исследование Эго-фактора

Полнота и завершенность матрицы восприятия

Кто ищет?

Сон, иллюзия и Реальность

Инчегери Навнатх Сампрадаёя Парампара

Механизмы формирования негативных эмоций

Два пути в "Никуда"

Покой в движении

Путь без пути

Духовный поиск.

О природе Ума и Восприятия

О природе человека

О практике.

Сумиран: Я хочу дать информацию достаточно коротко по поводу того, что происходит в сидении, какие виды дза-дзен, какие качества сидения могут быть. Я хочу коротко описать общую картину того, что происходит, чтобы вам легче было выделить некоторые свойственные вам аспекты практики.

В своей основе мы все представляем общее, одно единое Сознание. Сознание переживает свое собственное бытие, свое собственное существование, которое не является каким-либо наблюдаемым или описываемым объектом. Если мы посмотрим внутрь себя на переживание того, что мы существуем, то само это переживание невозможно охарактеризовать никакими качествами, и поэтому фраза "Я есть то, что я есть" в христианстве и на Востоке - это единственное, что мы можем сказать. Описать другому человеку или самому себе качества или признаки, или какие-то приметы этого переживания невозможно. Про это переживание можно сказать только то, что оно существует. Я существую - это значит, что я существую. Это качество присуще Сознанию и является общим для любого живого существа. Когда внутри этого Сознания возникает энергетическая активность - начинают появляться объекты. Объекты - это определенные энергетические явления, феномены.

Часть объектов группируется в достаточно устойчивую совокупность, т.о. возникают сложные объекты. И человек, как таковой, представляет собой совокупность более простых объектов, устойчивую на протяжении определенного количества времени. Объекты между собой взаимодействуют путем энергетического обмена. Этот энергетический обмен создает ощущения восприятия. Т.о. когда происходит энергетический контакт между объектами, возникает ощущение того, что что-то воспринимается. Когда мы находимся в практике дза-дзен, то мы воспринимаем различные объекты. Т.е. то, что мы называем собой, устойчивая совокупность объектов, воспринимает другие объекты как внешние по отношению к нам.

Наложение неограниченного переживания "Я существую", которое свойственно Сознанию, на регистрацию объектов и на взаимодействие с объектами, которое ограничено, дает иллюзию индивидуальной личности, ограниченной, ложной, т.е. той личности, в которой мы себя находим. Это ощущение "я есть" субъекта, т.е. индивидуальности.

Все объекты находятся в причинно-следственных связях, которые называются Кармой и являются выражением законов сохранения энергии, действия и противодействия и других законов. Поэтому, то что каждый из нас наблюдает во время практики - это следствие его кармического пути, следствие тех причинно-следственных связей, которые выражаются через тот объект, который мы называем собой. Регистрация различных эмоций, мыслей, ощущений, а также регистрация внешних феноменов все, что мы проживаем - это следствие того, что у каждого из нас существует своя индивидуальная кармическая линия, т.е. причинно-следственные связи. Все наблюдаемое является отражением нашей кармы. И в этом плане нет разницы между тем, что мы наблюдаем: свои собственные мысли, эмоции, ощущения или что-то внешнее. Т.о. то, что у нас возникает та или иная мысль или то, что мы сидим, допустим, а за окном проезжает трамвай и создает какой-то звук -- это тоже следствие нашей кармической ситуации. Мы проходим, проживаем эту кармическую ситуацию, и это выражается в том, что перед нами возникают определенные внутренние объекты и внешние объекты такой последовательности, такого качества, которое мы наблюдаем.

Т. о. как внешние, так и внутренние факторы, которые проживаются - это просто следствие выражения причинно-следственных связей - кармы.

Так вот, когда мы сидим и проживаем всю эту совокупность внешних и внутренних объектов, возможно различное отношение к этому. Один вид отношения это воздействие на эти объекты. Когда возникает объект в поле сознания, мы начинаем влиять на него. Влияние может быть различным. Например, вчера мы пробовали затаивать дыхание, т.е. мы влияли на объект, который называем дыханием. Или, допустим, когда человеку неудобно сидеть и возникают определенные ощущения в теле, то он может влиять на это, перейдя в другую комнату и сядя на диван. Это один способ проживания взаимоотношений с наблюдаемыми объектами.

Второй способ, более мягкий, когда мы не пытаемся воздействовать на объект, но мы выделяем из множества объектов какой-то один, отдавая ему больше внимания, чем остальным. Этот объект становится базовым. Допустим, мы выделяем дыхание, рассматривая его более внимательно. А остальные объекты, если мы их замечаем - хорошо, не замечаем - не надо.

Третья ситуация в практике - когда мы наблюдаем объекты без какой либо выделенности. Мы наблюдаем, любой объект и у нас нет предпочтения. Мы наблюдаем то, что возникает. И переживаем это без какой либо направленности.

Существует еще один способ проживания - это то, что мы называли - нахождение в бытийности. Это проживание бытийности, естности - четвертый способ нахождения в практике. Когда вы настолько глубоко погружаетесь в переживание естности, что даже если внутри тела,

психики, интеллекта возникают объекты в виде мыслей, ощущений, эмоций или раздаются звуки с улицы, то регистрация происходит, но большая часть вашего внимания погружена в бытие. Ваш инструмент продолжает регистрировать какие-то звуки, образы, мысли, но субъективно вы глубоко внутри переживания своего существования, настолько глубоко, что для вас как для субъекта объекты не существуют практически или существуют в очень малой степени.

Практикуя в этом качестве, вы очень глубоко, глубинно переживаете бытийность, т.е. внутреннее ощущение существования и периферийно вы воспринимаете мысли. А разница между допустим 4 и 3 способом восприятия состоит в том, что когда вы воспринимаете, регистрируете объекты 3 способом, то вы заняты объектом, т.е. вы отдаете ему внимание, как бы рассматриваете. А когда вы 4 способом воспринимаете объект, то вы заняты собой и восприятие объекта не обострено: вы не рассматриваете деталей объекта, не наводите резкость.

Вот такая вот общая картина. Четыре качества, четыре возможности наблюдения объектов, которые перед нами проходят. Коротко еще раз можно подытожить:

То, что мы переживаем в дза-дзен, является следствием кармической предопределенности. Мы не можем это не переживать. И, поскольку, у каждого своя ситуация, то каждый переживает свои объекты наблюдения в виде внутренних и внешних факторов. Важно понять, что внешние факторы, в которых мы находимся, проживая практику, также являются таким же следствием кармических связей, как и внутренние факторы. Здесь нет разницы.

Понимание, что то, что я сейчас проживаю, есть следствие определенных причинно-следственных связей в моей жизни, помогает проживать, свидетельствовать без реакции.

Чем вредна реакция? Если вы реагируете: начинаете агрессивировать, быть недовольными, имеете претензию - это вызывает новые причинно-следственные связи.

Т. о. мы постоянно поддерживаем эту цепочку, Если мы реагируем на ситуацию, то эта реакция вызывает внутри нас напряжения, новые блоки и эти блоки мы потом опять будем вынуждены проживать. Обычный человек постоянно накапливает карму, потому что он реагирует на ситуацию. Наши реакции - это зерна новых событий в нашей жизни. Или наши желания - это зерна событий. И когда мы садимся в практику дза-дзен - получается, что мы проживаем ту Карму, которая уже у нас сложилась, мы вынуждены ее прожить. Мы отработываем предыдущую карму.

Все четыре качества сидения могут быть сознательными и бессознательными. Мы можем сознательно или бессознательно влиять на ситуацию (например, затаивая дыхание). То же самое с выделенностью. Мы можем думать, что сидим по способу дза-дзен № 3, т.е. ничего не выбирая. На самом деле возникает привязанность к каким-то позитивным мыслям, или переживаниям положительным. Хотя мы изначально считали, что не привязаны ни к чему, но вдруг мы обнаруживаем, что подсознательно мы привязывались к определенным аспектам, но мы не отдавали себе в этом отчета. Возможен и другой вариант, когда мы сознательно выделяем какой-то объект.

Детектор лжи - когда реакция проходит за пределами осознанности, т.е. вы не можете контролировать эту реакцию, но тело и подсознание выбирают.

Полностью беспристрастно наблюдать объекты непросто. Очень тонкие моменты начинают вскрываться, зерна предрасположенностей кармических выявляются. Вы думали, что

вы нейтральны, вдруг появляются ощущения, эмоции, от которых вы не можете отвернуться, вы их выделяете, они становятся фигурой.

Когда вы сидите в дза-дзен №2, выделяя какой-то объект, то этот объект становится фигурой, остальные объекты являются фоном. Когда мы сидим в дза-дзен №3, то нет фигуры среди объектов, т.е. весь феноменальный мир становится фигурой. А фоном становится наше переживание бытийности: оно-фон, неяркое. И в дза-дзен № 4 фигурой является переживание бытийности, чувство я существую, а фоном являются объекты. При этом субъективность может стать настолько сильной, что фон почти перестает быть заметным.

И в дза-дзен № 1 мы опять-таки выделяем какую-то фигуру, но еще и пытаемся на нее влиять.

Вот четыре возможности проживания дза-дзен. И в разных школах, разных традициях существуют все четыре формы проживания. Садясь в практику, вы попадаете в одну из этих четырех форм. Находясь в практике, вы можете это делать сознательно, а может бессознательно. Вы должны для себя пытаться увидеть, о какой форме практики вы заявляете сознательно и какой дза-дзен у вас получается на самом деле.

Реакции и то, к чему вы предрасположены - это тоже следствие вашей кармы. То, что вы видите - ваша карма, и то, как вы реагируете - тоже ваша карма, тоже причинно- следственные связи внутри вас. Если сделать еще более базовый шаг, то на самом деле нет и персоны, которая реагирует на все это. Просто на фоне бытийности возникает взаимодействие различных объектов, которое наше Сознание в силу ошибки отождествления воспринимает как свою обособленную форму жизни.

Вот коротко общий контекст того, что происходит. Интересно, кто из вас мог бы это повторить?

Искатель: Значит индивидуальной жизни нет?

Сумиран: Да. Бытие общее, оно одно на всех. А индивидуальный фактор - это просто формы регистрации, то, что мы видим, то, что мы воспринимаем. Наложение индивидуальной формы регистрации на общее бытие создает иллюзию индивидуального бытия. Бесконечное сознание не ограниченное временем и пространством, попадает в ловушку ограничения формы восприятия. Так возникает трагизм обособленной, индивидуальной жизни. Индивидуальная форма жизни всегда будет бороться за выживание. Сознание думает что оно разрушается вместе с разрушением формы. Т.е. Сознание привязывает себя к форме, а поскольку форма конечна, то возникает ощущение конечности жизни и переживания бытийности. На этом строится попытка выжить, сохранить себя, сохранить своих близких и т.д. В практике постепенно происходит смещение внимания на переживание бытийности как неограниченной и временем и пространством. Когда человек начинает переживать внутреннее пространство жизни как то, что неограниченно формой восприятия, и он в этом укореняется, страх перед исчезновением, перед разрушением исчезает, потому что происходит переживание бытия вне зависимости от того, существует форма или не существует. И когда человек это понимает, он перестает, беспокоится о том, что он или кто-то другой будет разрушен, потому что он видит, что разрушается форма без разрушения самой сути жизни. Тогда внутренний трагизм ситуации и проблема выживания перестают быть актуальными для данного объекта.

Естность - это качество чисто субъективное. Ощущение " Я существую" - это ощущение субъекта. Мы подразумеваем, если говорим о субъекте, что это то, что себя сознает, переживает. А все остальное - это объект. Так вот, состояние естности - это чистая субъективность,

субъективность вне какой-либо объективности. Если брать человека, то он переживает два аспекта: это субъективность и объективность в форме регистрации. Когда мы идем в естность, мы идем в чистую субъективность. Когда остается чистая субъективность - это состояние Нирвикальпа самадхи, когда существует только Бытие и ни одного объекта восприятия, т.е. Сознание переживает само себя.

Объективное восприятие действительности относится к трем предыдущим вариантам сидения. Там мы имеем дело с объектами наблюдения и проживания. Если говорить о четвертом варианте, это состояние чистой субъективности. Т.е. вы все больше и больше просто переживаете субъект. Субъект один, а объектов много. Когда мы начинаем смотреть на объекты, мы видим много объектов: эмоции, мысли, ощущения. Мы живем в множественности объектов, но в единичной субъективности. Субъективность - одна. Мы в этой субъективности встречаемся. Люди, когда глубоко входят в субъективность, переживают ощущение, что нет разницы между мной и другим человеком. Нет разницы именно в субъективности. Субъективность - общая, не зависит от времени и от формы. А объективность, которую мы проживаем, дифференцируется на множественность и различия.

Все это поможет вам ориентироваться. Если ваши переживания в практике, пусть даже очень тонкие, меняются (сегодня - одно, завтра - другое, послезавтра - третье) - значит это еще не ваша глубинная Природа. Это связано с какими-то формами ощущений, восприятий, пусть тонкими, но все равно формами.

Наша истинная природа:

1. не меняется.
2. не достигается, она обнаруживается.

Практика ничего не создает, она просто возвращает нашему Сознанию способность знать его истинную природу. Мы все время тратим на контакт с объектами. Когда мы отходим от объектов, мы попадаем домой.

Как правило, обычный человек живет в мире объектов, не осознавая бесконечность своей субъективности. Он живет в мире объектов, в мире ограничений, вплоть до того, что его собственная субъективность тоже кажется ему ограниченной. Йог, попавший в состояние нирвикальпа самадхи, живет в мире без ограничений, но в мире, не ориентированном в феноменальность. Сахаджа самадхи - это когда человек живет в мире, но без ограничений, т.е. на уровне субъективности он продолжает переживать вневременной и внепространственный аспект собственного субъективного ощущения. Его личность, можно сказать, бесконечна, включает в себя все. Внутри этого он видит образы, формы, но видение этих форм не приводит его к ограничению субъективного переживания.

В принципе, вы можете, допустим, сначала попасть в чистую субъективность, когда формы теряются, вы перестаете ориентироваться в этих формах, перестаете их замечать, становитесь практически, нефункционально-способным. Следующий шаг, когда йог или мастер из этой субъективности, не теряя этого корня, начинает опять проявлять себя в мире объектов, но уже совсем в другом качестве, качестве не связанном с ограничением внутренней субъективности.

Если говорить о нашем внутреннем мастере - первый шаг осознать бесконечность и целостность своей субъективности. Следующий шаг - сохраняя это осознание, невовлеченно жить и взаимодействовать с миром.

Обычный человек управляет миром, структурирует внешний мир, будучи в него полностью вовлеченным.

Есть йоги, которые после достижения состояния нирвикальпа самадхи, переживания чистой субъективности, полностью теряют интерес к телу и уходят. Рамакришна и Рамана Махарши, если бы последователи за ними не ухаживали, могли уйти совершенно незаметно.

И третий вариант, когда вы осознавая чистую природу своей субъективности, вновь начинаете смотреть на объекты, и тогда опять можно следить за дыханием, интересоваться причинно-следственными связями, но уже не как соучастникам всего этого процесса, а просто как нейтральным свидетелям, без вовлеченности. Даосские школы этим занимались. Состояние просветления - это только третий цикл в 33 цигельной печи. Переживание чистой бесконечной субъективности и нахождение себя вне формы - это только третья ступень на 33-х ступенях. После этого идет колоссальное развитие систем феноменальных тел и психики.

Когда человек открывает для себя реально, не формально, настройку на четвертое состояние, чистую внутреннюю бытийность, предыдущие формы практики (акцент на дыхание, свидетельствование внутренних процессов) становится менее привлекательным. Возникает сильный магнетизм именно к такому вхождению в процесс. Так как для обычного человека слово субъективность - пустое, он не чувствует реальность, ему более адекватно начинать с каких-то подводящих форм. А потом, когда человек более тонко и глубоко начинает чувствовать качество субъективности, формы практик, связанных с наблюдением за объектами, становятся лишними. В Тибете это так и описывается: вначале идет счет дыхания, потом счет отбрасывается - идет наблюдение за дыханием, потом идет наблюдение за ощущениями, все более тонкими структурами, и потом все это подводится к внеобъектному Бытию.

Объект становится тоньше, тоньше, тоньше, и, в конце концов, сознанию уже не требуется никакой объект, чтобы не уснуть глубоким сном. Сознание тренируется, и даже когда убирается все объекты восприятия, остается ясное чувство Бытия. У обычного человека самоосознание не может существовать вне объектов. Мы потихоньку тренируем внеобъектное переживание. На подводящих этапах каждый может найти свой оптимальный способ практики, т.е. те объекты, которые для него наиболее подходящи для наблюдения.

Искатель: Что мы вообще называем энергиями?

Сумиран: Энергиями мы называем переживания, которые не входят в ту описательную картину мира, которую нам заложили с детства. Когда мы переживаем энергию, которую узнаем, мы говорим - это такая-то личность или эмоция, или ощущение. Это тоже энергии, но это энергии, относительно которых мы уже обусловлены, так происходит процесс узнавания, интерпретации, оценки и т.д. А когда мы сталкиваемся с энергией впервые, наш ум не имеет возможности ее узнать, назвать, и тогда мы говорим - энергия пошла. При этом мы чисты, невинны. Точно также ребенок переживает свои эмоции, мысли, ощущения как чистую энергию на начальном этапе своей жизни. Потом ему все это называют, и в результате, как Трунгпа пишет, за одну пятисоттысячную долю секунды происходит вся цепочка развертывания узнавания. Конечно, никакая личность не справится с такой скоростью развертывания цепочки. Поэтому расширение диапазона переживаний через практику ценно тем, что мы входим в области, в которых мы еще не обусловлены, где наш ум не может спекулировать ничем. И тогда мы, когда смотрим на какое-нибудь явление, воспринимаем его просто как явление, и поэтому говорим что это энергия или, что у нас нет слов, чтобы это описать, потому что в том диапазоне, в котором мы проживали свою жизнь до этого, мы с таким явлением никогда не сталкивались. В дальнейшем мы можем постараться описать его, но в момент, когда оно проживается, мы его не узнаем, оно дается нам как некоторое ощущение, чистое ощущение. Процесс переживания и

узнавания практически одномоментен. Если блок узнавания убрать, то человек всю жизнь будет воспринимать как поток различных энергетических феноменов.

Человек объединяет в себе два аспекта жизни: переживание бытийности и механическую регистрацию энергетических процессов. Свидетельствование - это процесс когда во время регистрации, мы находим себя не среди регистрируемых явлений, а в бытийности. Когда есть регистрация, на фоне этой регистрации я знаю себя как свидетельствующего субъекта. На фундаменте этой субъективности, переживания "Я существую" и происходит регистрация различных форм взаимодействия.

Искатель: Может ли личность жить не делая выбора?

Сумиран: О выборе много говорит Кришнамурти. Нельзя отделить выбор от выбирающего. Я существую как личность, только через выбор. Выбор и создает личность, нет выбора - нет личности. Т.е. нельзя говорить о том, что личность может выбирать или не выбирать. Более грамотно сказать, что она и есть выбор. Человек проявляет себя как некоторую индивидуальность именно путем реакций, выборов на всех уровнях психосоматики.

Твой вопрос показывает, что ты до конца не видишь этой ситуации. Исходя из вопроса, можно понять, какого уровня видения человек его задает. Если ты спрашиваешь, может ли личность не выбирать, то независимо от того, что у тебя есть концепция Адвайты, какие-то механизмы твоего ума еще продолжают отделять того, кто выбирает, от самого процесса выбора. Нет видения того, что сам выбор формирует личность, вне выбора не существует индивидуальности.

О магии и мистике

Для того чтобы рассмотреть некоторые моменты, мы создадим рабочую модель, модель пяти типов, пяти возможных состояний человека или пять аспектов того, чем человек живет, чем занимается в жизни. Если помните, мы рассматривали 4 типа Гурджиевских, мы рассматривали 7 типов, которые давал ОШО в своей книге "В поисках чудесного". Мы комбинировали Адвайту с Гурджиевым, получали 7 новых типов, но эти 5 типов, о которых я сегодня хочу сказать немного другие.

Человек № 1 - это человек социума.

Социальный человек. Для этого человека способ существования - это изменение окружающей среды. Эти люди себя воспринимают как нечто уже сложившееся и неизменное. Они практически не меняют себя целевым образом, они не представляют себе, как изменить себя внутри, т.е. они меняют внешний мир, они меняют окружение, Они могут изучать науку, но по изменению окружения. Для них, вопрос о том, что я могу быть другим, просто не встает, а если встает, то он очень быстро исчезает из их головы. И поэтому эти люди ориентированы на внешнее. Все их внимание идет на изменение состояния внешней среды. Себя они воспринимают как черный ящик, что у него внутри - не известно. Аналогично мы смотрим телевизор, не зная как он функционирует. Мы просто видим изображение, его микросхема нас не интересует. Мы не собираемся его переделывать, не собираемся перепрограммировать. Если он сломается, мы покупаем новый. Или когда нам нужно другое, более качественное изображение или больше каналов, или больше функций мы ничего не перепрограммируем, мы просто

его выкидываем и покупаем новый. Телевизор для нас это вещь, которая имеет только экран, мы пользователи. Но что внутри мы не знаем, только предполагаем, что там что-то есть.

Социальный человек себя переживает приблизительно так же, как телевизор. Он может кушать, заниматься сексом, получать удовольствие. Это экран. А как все это работает его, в принципе, не интересует. Его интересует как что-то получить на экране, т.е. его жизнь это просто способ получения удовольствия из внешней среды. Так живет одна категория людей.

Другая категория людей, человек № 2.

Его можно назвать психологом, психотерапевтом, или клиентом психотерапевта. Это люди, которые узнали, что можно себя менять, т.е. помимо того, что я могу изменить внешнюю среду, я могу менять что-то внутри себя. То есть, они воспринимают себя не как нечто неизменное, а как то, что может меняться, что является большим прогрессом. Понимание того, что я могу быть лучше, не среда, а Я - является качественным сдвигом в сознании. Можно прикладывать к этому усилия и получать результат. Также как я прикладываю усилия к внешней среде и получаю результат, я могу это делать и с собой.

Но человек этой категории меняет себя в том коридоре реальности, в котором он и жил. Он, как правило, не выходит в другие измерения, в другие принципиально новые переживания, принципиально новые состояния психики, энергии. Он жил с определенными ощущениями, эмоциями, мыслями, вот он с этим и работает: поведенческие паттерны, какие-то эмоциональные переживания. Он просто их улучшает, но он не выходит за их пределы. Вселенная наша многообразна. Но этот человек воспринимает жизнь только в привычном диапазоне. Это его коридор. Он по нему двигается. Здесь находится работа, семья, дети. Есть ли что-нибудь за ним, он не видит, не чувствует. Человек № 2 так организован, что он видит только этот диапазон. В нем он может двигаться. Человек социума двигается в этом диапазоне не меняясь. Человек, занимающийся психологией двигается в том же диапазоне, но начинает меняться. Но как не крути, он все равно не выходит за рамки этого диапазона.

Дальше идет человек № 3.

Человека № 3 - маг. Это человек, который начав заниматься практиками, попадает в школу к людям, которые ему говорят: "Жизнь несколько больше, чем ты ее воспринимаешь, мы можем твой диапазон восприятия мира расширить, это можно сделать с помощью определенных методов. Если ты хочешь, давай". Люди, которые начинают двигаться в этом направлении входят в новый диапазон реальности, расширяя коридор. Эти области для восприятия обычных людей не существуют, а им показывают ключи. Они себя определенным образом меняют и это можно назвать магией. Магия дает возможность прикоснуться к тому, к чему обычный человек не прикасается, и понять законы. Допустим, до этого человек был психологом, изучал законы определенных областей сознания, но когда его посвящают в другие области, там могут быть другие законы. Ему надо учиться психологии, но уже магической психологии, законам иного мира, иных областей. Это искусство. Одно искусство попасть в эти области, второе - изучить их законы. Часть людей занимаются именно этим, т.е. становятся магами.

Человек № 3 - это человек, который не только открывает новые области, но и становится в них профессионалом. Теперь представим ситуацию, что человек нагулялся по всем этим областям. И дальше с ним, возможно, происходит следующее: человек попадает в другое качество. Это уже человек № 4.

Человек № 4.

Его будем называть мистиком. Мистик принципиально отличается от первых трех типов людей, в т.ч. и от магов. Маги еще являются личностями, которые что-то исследуют, что-то меняют, что-то пытаются находить в мире форм.

Социальный человек пытался и учился что-то находить и менять в окружающей среде.

Психолог учился что-то находить и менять в своем ограниченном диапазоне внутренней и внешней реальности.

Маг учится, что-то находит и меняет в большем диапазоне реальности.

Это у них общее. У этих трех типов людей. Я хочу сделать жизнь лучше, я хочу ее понять, изменить и в этом я опираюсь на взаимодействие с внешними и внутренними объектами.

То, что случается с мистиком очень странно. Мистик в какой-то момент теряет интерес к формам. Он начинает желать познать то, что не имеет формы. Это можно назвать Богом, Истиной, Нирваной. В нем появляется жажда, тоска именно по этому, и только по этому. Мистик это человек, который тотально хочет только одного. Хочет знать абсолютное. Хочет прийти к Богу. И хочет не так, как вы говорите - "я хочу", а в нем появляется колоссальная энергетическая жажда. То есть, ему больше ничего не интересно. Больше ничего не надо. Он может чем-нибудь заниматься, но внутренне всегда на первом месте стоит это чувство - я хочу познать Себя. С этого момента его можно назвать мистиком.

Почти все вы видели кассету "Зов поиска", когда Пунджей сидит, а перед ним человек 300 аудитории и он говорит, что тоска по Богу - это огонь, и этот огонь должен сжигать вас. Он говорит аудитории: " В данный момент я не вижу этого огня ни в чьих глазах". Они все пришли к нему якобы за реализацией. Они уже много лет что-то ищут, а он говорит, что ни в чьих глазах не видит этого огня. И это так, потому что если человек инициирован, то это видно. Инициирован именно в эту жажду.

Все что вы делаете это еще не мистика. Это Грейс, когда это с вами случается, т.е. самому этого сделать нельзя. Можно сделать себе социальные условия, можно сделать психологическую работу, можно сделать магию, но самому войти в мистический аспект жизни нельзя. Это первый Грейс Бога. Что делает мистик? Он ничего не делает. Он находится в очень необычной ситуации. Он понимает, что он сделать ничего не может. То, о чем мы говорили, что к Богу нельзя прийти волевым усилием. И мистик ждет, он понимает, что ему больше делать нечего. Но он не просто ждет. Он ждет в состоянии тоски, молитвы. Это не вербально. Это состояние. Это звучание человека, звучание которое видно.

Мистик не зовет Бога. Он понимает, что это глупо. Он может какие-то ритуалы не выполнять, вообще ничего не делать. Но он тоскует. И это сразу в человеке можно почувствовать. Человек может заниматься практиками, он может себя истязать колоссально, все что угодно делать и все равно видно, что это просто жадность ума. Это не мистика. Жажда по Богу сильно отличается от жадности ума. Жажда не от ума идет, она идет от самого Бога. И мистик просто ждет. Он просто живет этим чувством, этим мироощущением. Когда реализация с ним случится, он не знает, и он не требует. Он знает, требовать нельзя. Это может случиться, а может не случиться в этой жизни. Может быть это произойдет через сотни жизней. Но он уже попал в состояние ожидания, он в нем... Это четвертый тип людей - мистики.

Пятый тип людей.

Это люди, которые пришли к Богу. Реализовались. Это Будды, Учителя.

В эти 5 типов людей можно вложить весь спектр человеческой жизни.

Я хочу провести такую аналогию, чтобы вы могли еще раз для себя лучше понять то, о чем мы говорили.

Представьте, что у вас есть участок 6 соток - любимый Российскими людьми, и вы на нем живете. Участок это символ Вас. Это Вы. Участок это Ваш внутренний мир. Если Вы человек №1 и живете на этом участке в 6 соток, то Вы за ним не следите. Вы ездите на работу, в город, зарабатываете деньги, обратно приезжаете на свой участок, ночуете там, готовите еду и опять куда-то уходите. Ваш садовый участок зарастает, чем попало. Какие семена прилетели - то и растет. Вы его не обрабатываете, за ним не ухаживаете, т.е. вы занимаетесь какой-то активностью за пределами этого участка. Но 6 соток не обрабатываются. Там хаос. Это состояние социального человека, если брать аллегорию сада за внутренний мир.

Дальше идет психолог. Психолог начинает обрабатывать свои 6 соток. Сажает картошку, розы и т. д. Но все что он обрабатывает находится в пределах 6 соток, это его мир. То есть, он остался в этом же мире. Первый человек, тоже жил в этом же саду, но сад был грязным, запущенным. Психолог продолжает жить в этом же саду, но он начинает наводить там порядок. Начинает скрещивать растения, что-то создавать.

Я пока не касаюсь школ трансперсональной психологии. Сейчас наиболее открытые, талантливые психологи понемногу начинают приносить то, что мы называем магией в психологию. Нельзя этого не замечать. Но, на мой взгляд, пока в очень небольших масштабах.

Что такое магия исходя из этого? Магия, это когда к вам на садовый участок приходят люди и, говоря, что помимо тех растений, тех культур, что растут на 6 сотках, есть горы, есть Гималаи, есть океан, есть Кавказ. Не хочешь ли посмотреть? Вы, может быть, говорите - Хочу. Тогда пойдем. Маг это тот, кто начинает путешествовать. Не тот, кто живет на своем участке, а кто начинает путешествовать, ездить. Изучать географию, различные климатические пояса, растения. Этого человека можно назвать магом на примере садового участка. Вы вышли за его пределы. Вы видите, что природа более разнообразна, чем эти ваши 6 соток. Хотя Вы могли бы прожить на 6 сотках всю свою жизнь. Многие люди проживают.

На этом аллегория с садовым участком заканчивается. Потому что мистик уже не может быть определен этой аллегорией. То, что за пределами формы - это состояние человека. Это не то куда он поехал, где живет, а то в каком состоянии он живет.

Эти категории не взаимоисключающие. То есть, вы одновременно можете быть социальным человеком и психологом. Вы можете изучать психологию, одновременно занимаясь бизнесом, своими внешними делами, т.е. вы продолжаете быть социальным человеком в какой-то степени, но уже изучаете психологию. Вы включаете психологию в социум. Точно так же вы можете быть магом и продолжать углублять свои познания в психологии. Если вы начали изучать какие-то измененные состояния сознания и не обязательно бросать заниматься психологией. Вы можете двигаться параллельно.

То же самое и мистика. Тут очень интересная ситуация. Хотя мистику ничего не нужно кроме Бога, но исходя из его кармических тенденций, он все равно будет чем-то заниматься. Иначе он умрет, не просветлеет. Хотя если у него вассан (желаний) нет, то он реализуется в момент смерти. Вы можете быть мистиком и заниматься магией. Нельзя сказать, что если человек занимается магией, тело чистит, он не просветленный, он не мистик. Почему он интересуется своим телом, если ему только Бог нужен? Это может сосуществовать. Это важно понять. У Вас Бог на первом месте, но вы можете иметь и другие интересы. Вы можете иметь

семью, вы можете иметь свой бизнес, вы можете преподавать психологию, вы можете исследовать магию. Но при этом у вас на первом месте всегда Бог. Есть и другие варианты, такие как Рамана Махарши, Рамакришна. В какой-то момент их все перестало интересовать. Это их вариант. Не у каждого человека так должно происходить. Если бы их не кормили в тот период, они бы просто умерли. Бывает так, что человек садится и понимает, что в этом мире ему больше искать нечего. У него пропадает интерес вставать, есть, пить, интерес заниматься выживанием. И в этом состоянии человек просто умирает. Просто это предрасположенность, это ваша тенденция. Когда вы становитесь мистиком, непредсказуемо, как вы будете жить дальше. Но важно понять, что необязательно, если вы теряете интерес ко всему, вы теряете активность. Интерес теряется, а активность может не теряться.

Иногда для продолжения жизни в теле Мастер может сознательно оставить какое-нибудь желание, некоторый якорь, который удерживает его. У Рамакришны таким якорем была еда. Знаете эту историю? Он мог сидеть, беседовать с учениками, потом говорить, где еда, я есть хочу. Всех бросить и уйти. Он мог в три часа ночи сказать: "Я хочу есть". Жена ему говорила: "Рамакришна, ты же Мастер, ты свою репутацию подрываешь. Сколько можно есть?". Он ей ничего не говорил в то время. Потом он своей жене как-то сказал: "Сознание постоянно хочет уйти из тела потому, что сознанию в нем делать уже нечего, не за что держаться, нет никаких желаний. Я должен был давно умереть. Связи между моим Сознанием и телом уже не существует и чтобы не умереть (уйти в чистое бытие), я оставил себе одно желание - желание пищи. Я оставил его осознанно, и это позволяет мне находиться в теле. Это моя уловка, уловка, чтобы жить". Далее он сказал, что когда он перестанет есть, он умрет. И вот перед смертью, за 3 дня до смерти, жена принесла ему еду, ушла, а когда пришла, то увидела, что еда не тронута. И она поняла, что он умрет. Она и его ученики просили, чтобы он поел, но он сказал, что время пришло, ничего не могу сделать. Так каждый мастер может держать свой крючок. Из сострадания Мастер создает некоторую зацепку за тело, чтобы еще какое-то время жить и делиться. Иногда само чувство сострадания является зацепкой, т.е. это все взаимосвязано. И последнее, что я хочу сказать: в слово "заниматься" я вкладываю определенный смысл. Допустим психология. Психологом вы станете не тогда, когда начнете читать психологические книжки время от времени или закончите, допустим, психологический факультет. Все это еще не говорит о том, что вы психолог. Для меня человек перешел в другую область, скажем психологии или магии, когда это стало его каждодневной работой. Именно каждодневной. Вы каждый день занимаетесь психологией, вы каждый день работаете со своей психикой. И первое важное слово - каждодневно, второе - работа. Вы каждый день в себе что-то меняете, каждый день что-то делаете. Пусть это тысячная доля процента, но вы сделали. Вы каждый день проходите трансформацию. Тогда вы занимаетесь психологией в моем понимании. А не то, что я сходил на лекции 5 дней, послушал, ушами похлопал, два выходных отдохнул, потом опять сходил. Это не психология. И так же магия. Магия - это когда я каждый день прилагаю усилия. Я просыпаюсь с этим устремлением, живу с ним целый день. Я засыпаю ним. И более того, когда мне снится сон, он снится о моей работе. Вот это, я считаю, человек занимается. Он вошел в эту область. Иначе все психологи для меня социальные люди. Психологов единицы. Я могу Райха назвать психологом, Перлза могу назвать психологом, но далеко не всех их последователей, для которых психология - это всего лишь способ заработать деньги. Это обычные социальные люди, которые зарабатывают деньги с помощью того, что они называют психологией. Я не против зарабатывания денег, но это не психологи, не человек № 2, а еще человек № 1. К магу еще более высокие требования. Кто такой маг? Это также редкие люди. Вообще, если человек настоящий маг, то когда он войдет в комнату, вы поймете, что вошло нечто. Это не совсем человек вошел. Потому что маг реально путешествует по другим пространствам. Он должен иметь определенную структуру тела. Иначе он не сможет. Вот в этом теле вы не сможете войти во многие пространства. В этом теле, в котором вы находитесь. В этой психике. Вас просто туда не пустят. Поэтому, если человек является магом, первое с чего он начинает, это выстраивает все тела, перестраивает, готовит. Это достаточно долгая работа.

Даосы этим занимались. И когда такой человек входит, вы понимаете, что вошло нечто особенное. Даже социальный человек сможет это почувствовать, почувствовать что-то странное. Он не поймет, не сможет понять что это, кто это, потому что в его карте мира магов нет. Но он почувствует, что этот человек сделан неизвестно из чего. Из другого теста сделан. Вот это маги.

А вот мистика вы можете не увидеть. Мага, в принципе, даже легче увидеть, потому что ему требуется определенная энергетическая выстройка, чтобы заниматься магией, путешествовать. Хотя, если человек занимается магией, он может сделать периферийный экран и будет казаться обычным человеком. Он может замаскироваться. Это тоже в его компетенции, если он захочет. Он умнее, чем вы в любом случае. Если он захочет вас одурачить, он одурачит. Но если он не хочет, то его будет видно. Если он не делает каких-либо искусственных построений между собой и вами - вы будете чувствовать его присутствие.

Поэтому к магии еще более серьезные требования. Об этом поговорим немного позже. А пока хотелось бы, чтобы у вас разложилось по полкам то, что было сказано. И вы над этим немного подумали. А потом я бы хотел с вами поговорить более глубоко о магии и о мистике, о человеке № 3 и № 4.

Последнее, что я хотел бы сказать сейчас, это то, что, как правило, человек не может перескочить из человека № 1, допустим, в человека № 4, т.е. я пропускаю психологию, магию и сразу становлюсь мистиком. Это потому, что мы рождаемся социальными. Это первое. Почему мы социальные? Потому, что ребенок не интересуется собой, он себя не меняет. Вы когда родились, хотели себя менять? Вы хотели менять окружение. Игрушку получить, маму, папу. Ребенок это социальный человек, если это не какая-то особая душа, которая воплотилась осознанно. То есть, ребенок рождается социальным, человеком № 1 и никуда вы не денетесь. Вы пытаетесь что-то делать во внешнем мире и совершенно не думаете о том, что сами можете меняться научным образом. Я еще раз говорю - научным образом. Не просто меняться, все меняется практически. А потом вы должны перейти в психологию, перейти в магию. Магия на самом деле очень сложная вещь. Представьте себе, что вы никогда не видели машину. Ее и так тяжело вести, а представьте, что вы только сели за руль, да еще отправились в страну, где совсем другие правила дорожного движения, чем в вашей стране. Вообще-то вы совсем не знаете правил движения, т.е. во-первых, вы едете в машине, которую еле-еле водить умеете, а во-вторых, вы знаки не понимаете. Это, значит, войти в мир магии, минуя психологию. То есть, вы еще не умеете рулить, а хотите войти в миры, где может быть совсем другие энергии, принципы отношений. Это весьма рискованно, глупо и обычного человека туда не пускают.

Все эти популярные школы, где говорят, что мы вас сразу научим запредельным вещам, все это маразм, на мой взгляд. Человек должен иметь какую-то психологическую подготовку и принципы знать. А так взять социального человека и сделать из него мага, это просто профанация. То есть, скакнуть нельзя. Это мое видение. Вы должны понять определенные психологические вещи, а потом войти в мир магии.

В чем сложность вхождения в мир мистики? Там нет трудностей в том, что делать. Там делать ничего не надо. Но тотально войти в мир Бога нельзя пока вы не наигрались во всех этих вещах. Вы должны не иметь желаний социальных вещей. Или хотя бы они у вас не должны быть привуалирующими. Вы наигрались. Вы были человеком социума. Вы сделали бизнес, вы родили детей, вы создали семью. Вы это прошли, у вас это уже завершено внутренне. Потом вы наигрались с психологией. Если вы хотите войти из психологии в мистику - это тоже сложно, потому что магия многомерна. Человеку хочется познать другие миры, энергии, другие пространства. Ему хочется это понять, исследовать. И это достаточно большая провокация. Вы можете сидеть ждать Бога, а тут к вам приходят определенные сиддхи. Это уже мир магии. И вы

говорите, что это классно, вы этого хотите, вы этого еще не пробовали. Поэтому многие люди должны наиграться в магию. Некоторые интеллектуальные люди могут сказать, что все эти вещи, эти энергии, эти миры - не стоят Бога. Можно утверждать это интеллектуально, но на самом деле их будет тянуть туда, в этот опыт. Поэтому практически все идет последовательно, как я вижу. Перескочить очень трудно. Иногда перескочить можно, если вы в прошлой жизни магией занимались. Вы в этой жизни как бы пробиваете канал связи с казуальным телом, и вы понимаете, что в это вы уже игрались, и что это вам толком ничего не дало. Да, классно, здорово. Но Бога в этой магии вы не получили. А вы его хотите. Поэтому в этой жизни вы магию в сторону откладываете. Я считаю, что человек обязательно должен был пройти в этой или прошлой жизни все эти стадии.

Есть люди, которые совершенно не озабочены семьей. Почему? Возможно, они это уже отработали. Они имели детей. И в этой жизни, человек социума, говорит что ты эгоист, ты живешь для себя, но не знает, что другой человек может быть уже многие, многие жизни жил для семьи. Имел сотни детей и отдал все долги, он прожил этот опыт и сейчас он занимается другими вещами. Есть люди, которым не надо заниматься психологией. Им надо сразу заниматься магией, мистикой. Психология для них будет шагом назад. Также и семья для кого-то шаг назад, т.е. семья не приведет к Богу. Мы занимаемся в каждой области чтобы прожить какой-то опыт и понять, что многого там нет. Это очень важно. Я могу быть удовлетворен, но всегда до какого-то предела. В семье, в психологии, в магии. И когда я этот опыт получил, я все равно не удовлетворяюсь полностью. Тогда я становлюсь мистиком. Я хочу того, что меня полностью удовлетворит.

Еще один момент. Чем мистик отличается от первых трех типов людей? Первые три типа: социальный человек, психолог, маг - они хотят жить. Есть Я. Я хочу жить хорошо. Даже маг тоже хочет жить хорошо. Но он использует для этого еще и магию. Я есть. Я себя люблю. Я хочу знать законы вселенной, чтобы для себя любимого создать хорошую вселенную, хорошие отношения, хороший мир и т.д. Не исключено, что маг захочет помогать другим людям, отказываясь эксплуатировать людей более низкого уровня сознания. Жить за счет других - это самый примитивный, варварский способ обычного социального человека.

Мистик это уникальный вариант. Мистик хочет умереть. Жить он не хочет. Первые три человека - работают на выживание. Они хотят выжить, хотят жить. Мистик жить не хочет. Он хочет умереть. Не как тело. Телу умереть просто. Сотни людей ежедневно кончают жизнь самоубийством. Он не хочет жить как обособленное существо. Он не хочет чувствовать, что Я существую как какая-то обособленность от жизни. Он не хочет быть даже душой. У него может не быть никаких проблем, которые мы имеем, находясь в физическом теле, но он говорит, что я не хочу быть даже душой. Он хочет умереть как персональность. Это его желание. Это часть тоски по Богу. Тоска по Богу - это желание перестать существовать как обособленная форма жизни. И такое желание не шутка. И это переживание не шуточное, когда вы подходите к ситуации, когда понимаете, что вы можете исчезнуть навсегда. Не то, что перевоплотиться, а навсегда исчезнуть как ВЫ. Многие люди испытывают от этого безумный страх. Мистик это человек, который дал согласие и не только согласие, но и жаждет перестать быть. И в тоже время он понимает, что не может умереть сам. На это божья воля.

Поэтому другая милость - это переход от мистика к просветленному, к Будде.

В мире существуют три милости.

Первая милость, это когда социальный человек вдруг начинает вгрызаться в психологию. Это тоже милость. Убедить чем-то социального человека в том, что он может меняться, практически невозможно.

Первая милость это когда человек социальный становится психологом.

Вторая милость - это то, что маг становится мистиком.

Третья милость - мистик становится Буддой.

Это три милости, которые Богом даются человеку. Остальное - это ваша работа. То есть, человек 1, 2, 3 - это еще ваша работа. Далее мы поговорим подробно о магии и о мистике. Хотя ваша ближайшая перспектива - магия.

Искатель: Можно ли стать мистиком, занимаясь йогой?

Сумиран: Если человек имел действительно хорошего учителя йоги и серьезно занимался йогой, то он может стать мистиком. В своем мировосприятии настоящая йога подразумевает глубокое знание психологии. С чего начинается йога? Это чистка тела. Затем человека обучают "Яма - не Яма", что можно, что нельзя. Это психология. Как с людьми общаться, т.е. взять йогу Патанджали, там первые несколько ступеней чистая психология ... это изменение себя в том диапазоне реальности, в котором живут обычные люди.

Искатель: Что значит свидетельствование в практике дза-дзен?

Сумиран: То, что мы называем свидетельствованием в контексте работы на данном семинаре, близко к магии. Вы формируете в себе свидетеля, раскрывая осознание более тонких энергетических центров без отождествления с ними. А мистика в моей интерпретации по этой схеме - это жажда. Ты можешь мыть посуду, за детьми ухаживать, но ты в этой жажде живешь. Мистика, это не техника. Это не группа. Это как когда ты влюбилась, ходишь влюбленная все время. Если он рядом - ты счастлива, если нет - то несчастна. Не важно чем ты занимаешься. Ты всегда помнишь об этом человеке. Вот это мистика.

Почему может быть очень ценным контакт с мистиком. Мистик он в тебя может кинуть зерно влюбленности в бога. То есть, если человек сам влюблен - это магнитично. Рядом с этим человеком ты можешь получить инициацию. Магии можно научить, а мистике научить нельзя. Мистикой можно заразиться. Это не обучение. Если вы сидите рядом с Мастером - вы заразитесь. Если вы предрасположены, если у вас слабый социальный иммунитет, то вы может быть, заразитесь. То есть, вы станете влюбленным в Бога, внутри вы влюбитесь, затоскуете. В этом качестве человек имеет определенный шарм. Если такого человека нет в вашей жизни, практически сами вы влюбиться можете Грейсом, Божьей милостью. Вообще есть три возможности влюбиться, стать мистиком. Это встреча с мистиком, Грейс Бога и третья возможность, если вы в прошлой жизни уже были мистиком, но жизнь настолько сложная система, что даже мистики забывают, что в прошлой жизни они были мистиками. То есть, то чем вы занимались, может быть забыто. Но в какой-то момент, если вы этим много занимались, честно трудились, душа пробуждается в теле. Изнутри вы будете чувствовать, что я этого хочу. Это не Грейс. Грейс - это когда первый раз, а это как бы воспоминание. Вы занимались - вы вспомнили. Поэтому я хочу, чтобы вы в этой жизни больше, интенсивней занимались, глубже шли. В следующем рождении вы это вспомните, вы захотите этим заниматься. Неважно где вы родились, в каком социуме, на какой планете. Как бы вас не зомбировали вы все равно рано или поздно заинтересуетесь, что есть магия, что мистика. Если в этой жизни создать сильную внутреннюю тенденцию, то она сможет перенестись в следующее воплощение и будет эффективно сопротивляться той среде, в которой вы родитесь. Если вы создали эту устойчивую тенденцию, то есть шанс, что вы не будете зависимы от того, где вы родились. Вы все равно этим будете интересоваться. И мистиком можно стать исходя из прошлых жизней, прошлого поиска.

Искатель: В чем разница между наблюдением и свидетельствованием?

Сумиран: Наблюдение - это процесс между мной и объектом наблюдения. То есть, наблюдать - это тонкая энергия в теле. Это некоторая структура, которую ты в себе формируешь. И потом ты из этой структуры смотришь на другие явления, ощущения, мысли, образы. То есть, наблюдение это еще дуальность, часть эго, часть отделенности. Чувствуешь себя отделенным.

А свидетельствование - это когда ты свидетельствуешь свое бытие. Тут нет двойственности. То есть, ты свидетельствуешь то, что ты существуешь. Ты это знаешь.

Это состояние "Я есть". Сат-чит-ананда. Свидетель в этом контексте, это то, что знает, что я существую, но не как объект наблюдения. А наблюдатель в этом контексте, это душа. Это некоторое энергетическое формирование, которое чувствует себя обособленно. И оно наблюдает.

Вот в этом разница. То есть, наблюдатель - это еще часть феноменального мира. А свидетель - это мир вне формы. Фактически свидетельствование - это квантовый переход. Это не постепенный переход. Единственно, что можно сделать, это сделать из себя хорошего наблюдателя. А переход из наблюдателя, из души в общую душу происходит Грейсом. Сразу. Ты сначала формируешь наблюдателя, он становится все больше, сильнее. Потом он становится максимально сильным. Целостным. Потом его выбивают одним ударом. Реорганизация происходит в момент. Это не постепенный процесс. Наблюдатель это постепенный процесс, все более и более отождествленным становишься. Все менее и менее связанным с какими-то аспектами. Затем ты стал кристаллизован, ты стал идеальным наблюдателем. И ты потом его не разрушаешь, ты не можешь разрушить. Он высшее, что можно сделать. Кто его будет разрушать. Его может только Бог разрушить. Он его и разрушает, только не по частям, а сразу.

Искатель: Во время практики я часто вовлекаюсь в мысли и эмоции.

Сумиран: Ты сразу не можешь быть идеальным наблюдателем. Вначале ты будешь на 10% наблюдателем, на 90% - отождествляться. Потом на 20% наблюдателем, а на 80% - отождествляться и т. д. Ты будешь шесть дней в неделю обычным человеком, а один день будешь вспоминать, что есть Бог. Вот такой процесс. Потом это будет возрастать по времени и по качеству. Акцент существует и он постепенно меняется. И качественно и количественно. Это часть процесса. Это нормально. Главное из этого не делать чувство вины. Человек из всего пытается сделать чувство вины. Подумаешь шесть дней в неделю. Хотя бы один день наблюдайте.

И.: Возможно ли достичь постоянства и стабильности в жизни?

С.: В жизни нет стабильности. Очень важно принять факт, что стабильности не бывает... Небольшая бывает. Как раз психология и магия помогают найти эту небольшую стабильность, т.е. ты начинаешь понимать жизнь. Основные законы жизни. Не только духовные, но и экономические, денежные. Глубже начинаешь понимать, и ты получаешь большую стабильность. Учиться, учиться. Учиться не только теории, но и практике. Жизнь дана, чтобы научиться. Я говорю, что невозможна полная стабильность. Но большая стабильность возможна. И ты можешь ей научиться. Смотри, учись, наблюдай, изучай закономерности и применяй потом в жизни.

И.: Откуда берутся прошлые жизни?

С.: А откуда берутся твои прошлые дни? Ты полагаешь из прошлого. Ты родилась, тебе было 5 лет, 6 лет. Откуда это бралось? Вот и жизни оттуда берутся. А как они привязываются к конкретному телу? А как ты привязываешь себя в 6 лет к этому телу? Ты была совсем другим человеком тогда. Как ты смогла привязать? Ты привязываешь себя в 6 лет к себе в настоящем с помощью идеи. Так же ты привязываешь прошлые жизни. Просто идеей. Если у тебя не будет идеи, что у тебя были прошлые жизни, их у тебя не будет. Ты играешь в идею, что тебе было 6 лет. То, что ты сейчас считаешь себя тем, кем ты считаешь - это тоже идея. Только с помощью идеи бесконечное блаженное Сознание может умудриться считать себя ограниченным, жалким, ничтожным индивидуумом.

Не только твой образ себя шестилетней - идея, но и ты сейчас тоже только идея. Как говорит ОШО: "Я вижу Бога, который почему-то несет сумасшедшую идею "Я человек" и пытается от этого излечиться". Если отбросить все идеи, то больше ничем заниматься не надо. Просто отбросить идею "Я есть это".

Сегодня поговорим о человеке № 3, о маге и о человеке № 4 мистике.

Мне часто задают вопрос о воле и отсутствии усилий. Часто у людей это не интегрируется. Часть литературы, часть учителей говорит о том, что нужны очень серьезные волевые усилия для изменения. А часть учителей говорит, что усилия могут только препятствовать. На самом деле, здесь нет противоречия, потому что эти информационные послания обращены к разным людям, это просто наставления к разным категориям людей. То, что касается воли, волевого фактора в работе над собой, начинается в достаточно явном виде как раз в магическом коридоре жизни.

Чтобы войти в другое измерение жизни, в другой диапазон жизни, в другое мироощущение необходимо пройти определенную перестройку тела, психики, определенные ломки. Необходимо прикладывать конкретные усилия, целевые усилия. Например, если я хочу сделать себе растяжку, я каждый день иду через боль. Если я тянусь настолько, насколько мне приятно, я не растянусь. Это называется разминка, а не тренировка. А во время растяжки, что происходит? Рвутся мышечные волокна и более того, если я не растянусь на следующий день, то эти волокна опять сростаются. То есть, я должен тянуться каждый день. Тогда каждый день я рву эти волокна все больше и больше. И они не успевают срастаться, происходит растяжка. А потом я подхожу к какому-то пределу и чувствую, что достаточно растяжки и тянусь только на этом уровне. И волокна сростаются уже в новом положении. В этой ситуации существует два необходимых фактора:

1. Первый, я иду через боль, делая усилия, потому что тело само тянуться не будет. Я должен его заставлять. Потому, что ни одно тело, если дать ему возможность просто быть само по себе не будет себя насиловать. Из животных никто не занимается физкультурой, туризмом. Только во время опасности, если надо бегать на спринтерские дистанции - они бегают. Никто из них не тренируется специально. Волевой фактор это свойство именно человеческой психики. Человек хочет достигнуть какого-то результата, большего, чем в нем изначально природой заложено. Если он тихо плышет по течению - он имеет определенные качества. А он хочет большего. Только у человека могут быть идеи. Волевой фактор начинается с идеи, с осознания, что я могу быть чем-то большим, чем я сейчас являюсь. Я хочу лучше танцевать, лучше играть в шахматы, глубже переживать мир. Я знаю, что это возможно, т.е. у меня есть разум. У животного разума нет. И первое, что необходимо - это знания. Затем усилия. Я заставляю себя, я действительно заставляю. Чтобы выйти в новый диапазон нужно заставлять. И никуда здесь не деться.

2. Второе - это постоянство. И постоянство само по себе это тоже волевой фактор. Потому что не каждый день мне может быть хочется тянуться. Мне хочется отдохнуть, сходить на дискотеку, поспать. Но если я профессиональный спортсмен... Когда я встаю утром, тело говорит, я спать хочу, психика говорит, мне это не нравится, надоело. Но есть какая-то часть меня, которая говорит мне - это надо. И я делаю, я заставляю свои системы. Через это я получаю новые возможности в жизни. И в магии это определяющие принципы. Потому что магия - это рост за пределы себя. Рост за пределы себя всегда не прост, это не может произойти играючи. Вы можете заниматься более менее легко психологией, потому, что психология это изменение в той реальности, которая уже есть. То есть, она есть, вы в ней живете и вы просто ее переструктурируете. Здесь нет больших сложностей. Если брать аналогию с садовым участком, вы можете быть на садовом участке и на это денег много не нужно. Вообще денег не нужно. Потому что ваш садовый участок. Никаких усилий. Он ваш. Вы выбираете - работать на нем или не работать. А в магии вы выезжаете за пределы садового участка. Вы хотите посмотреть Гималаи, океан, это уже усилия. Вам надо деньги заработать, маршрут составить, определенным образом собраться. Вы не можете просто попасть на океан. Необходимо целевое усилие, чтобы доехать до океана, а в садовом участке особых усилий не требуется. В магии то же самое. Если вы хотите определенного опыта, другого опыта, то вы должны иметь волю. Воля это то, что дает вам кристаллизацию. Вы внутри себя формируете некоторый центр, более высоко разумный, чем тело, эмоции, ум, и т. д., который говорит, что Я хозяин. Т. е. маг - он хозяин жизни. Я сказал, Я сделаю. И он сделает. Он дал обещание. Он его выполнит. Не так как человек социума. Дал обещание из одного центра, а завтра у него поменялось настроение, ситуация. Он даже сам себе не может давать обещание, потому что у него постоянно меняются центры управления его жизнью. Он дал обещание из эмоционального центра, а потом перешел в интеллектуальный. И все это хаотично - он не может это контролировать. Его жизнь является хаосом, он не может ничего обещать. Об этом говорил Гурджиев. Маг может. С магом вы можете иметь дело, он надежный человек. Он сказал, он сделает.

Поэтому на переходе между психологом и магом как раз стоит этот ключ - волевой фактор.

Далее, для чего нужна определенная собранность на этом этапе. Потому, что вы попадаете в миры, в энергии, с которыми вы никогда не встречались, которые вы не знаете, которые функционируют по неизвестным вам законам. Это требует колоссальной центрированности - иначе вы будете разрушены. Некоторые люди, кто форсированно входит какими-то техниками в магию, попадают в сумасшедшие дома. Потому что энергия пошла, а тело, психика, ум, оказались не готовы. Человек просто становится неадекватен. Поэтому вход - это подготовка. Мы готовим и кристаллизуем себя. Меняется также и диапазон интенсивности. Например страх: наше тело имеет буферы, щиты, мы не соприкасаемся с энергией страха глубоко. Если вы в астральном теле, то страх переживается сильнее. Это гораздо большая энергия - это ужас. Все увеличивается в несколько порядков. И если вы не готовы к этому, то вам будет очень тяжело.

Следующий момент. Что такое волевой фактор? Это когда в доме появляется хозяин. Вы показываете вашим системам - телу, двигательному центру, сексуальному центру, эмоциональному - в доме есть хозяин; не позволяя им бесконтрольно вмешиваться в вашу жизнь. Они могут, как слуги работать, им предлагается сотрудничество. И есть тот, кто это говорит и за его словами есть вес. Он сказал - и эти системы чувствуют, что да, это так. Но есть период борьбы, когда система проверяет, действительно вы тот за кого себя выдаете. Действительно ли вы можете контролировать ситуацию. И это очень похоже на содержание большой собаки. В 5 месяцев собака биологически взрослеет. Особенно самцы. И они инстинктивно начинают проверять, кто в доме вожак. Семья - это стая. Собака должна понять, какую иерархию она в стае занимает. Она начинает проверять. Она начинает не слушаться, дергаться, начинает огрызаться. Это исследование границ. Если в этом возрасте собаке показать силу, что хозяин это я, то через какое-то время она понимает, кто хозяин, кто вожак. Через

какое-то время, она становится послушной. Но есть период дрессировки, когда должен быть применен силовой фактор, чтобы собака почувствовала силу. Потом ее можно, если она прошла этот период дрессировки, доверить даже ребенку. Но это после. Также можно привести пример с лошадью, сначала ее объезжают профессионалы и только после этого на ней может кататься дилетант.

Аналогично, когда мы входим в область магии, системы начинают нас проверять. Куда ты дергаешься? В том числе и социальная система, люди. Социум сразу пытается ставить нас на место. И здесь нужна немалая смелость. Потому что социум говорит - или ты с нами или ты никто, ты будешь лишен всех благ. Если вы не чувствуете за собой силу, если вы сомневаетесь, вы отвечаете - я с вами.

И то же самое начинают делать внутренние системы. Они говорят - куда ты дергаешься? Они тоже контролируют вашу энергию. Вы думаете, что контролируете вы. На самом деле системы уже распределили вашу энергию, и делиться ей они не очень хотят. А чтобы путешествовать, войти в мир магии, вам нужна энергия. А где вы ее будете брать, если системы ее не хотят отдавать. Вам приходится выдерживать битву. Причем достаточно жесткую. Через это вы как раз кристаллизуетесь. Через это вы наращиваете волевой фактор. Поэтому, если человек маг - у него сильная воля, иначе он бы не смог стать магом, иначе он бы не прошел. Я когда практикой дза-дзен занимался, мы сидели очень подолгу, иногда ночами. Не спишь несколько ночей, сидишь, и все бунтует. Тебя тошнит, у тебя голова кружится, тебе плохо. Но ты это проходишь. Ты системам показываешь - ты решил это сделать и ты сделаешь, как бы плохо от этого не было. ОШО говорил, что если вы решили в дза-дзен не спать, вы должны это выполнить. Если вы психологически сломаетесь, то в этой жизни вряд ли соберетесь. А спать очень хочется на самом деле. Ранее вы этих групп коснулись, это вам кое-что дало, это частично кристаллизовало вас. Хотя я в более жестких режимах все это делал. Гораздо более жестких. В таких, в которые я вас брать, просто не стал. Должно быть внутреннее согласие человека. Через это вы становитесь целостными.

Мистики выглядят очень расслабленными. Почему? Они объездили свою лошадь. Они очень естественны. Но мы просто не видели тот период, когда они объезжали свою лошадь, когда боролись с собакой. А теперь мистику делать ничего не надо. Он расслаблен. Он прошел путь магии. Он себя кристаллизовал. Он системы выстроил так, что когда он расслабляется, системы не дергаются. Если я приучил собаку ходить рядом, то потом мне не нужно ходить с ней каждый день с напряженными руками, я иду очень релаксированно. То есть, я сделал работу, теперь пожинаю плоды. Если эта работа не сделана, то я всю жизнь буду ходить с собакой, которая то туда дернет, то сюда. Собака впереди, а за ней хозяйка.

Мистик сделал эту работу. Причем может быть не в этой жизни. У него системы уже знают, что лучше не дергаться, потому что дергаться некуда. Хозяин присутствует. Они это чувствуют. Человек внешне выглядит совершенно расслабленным. И в то же время его жизнь не становится хаосом. Мы видим, что жизнь этих людей гармонична, светла и не насильственна. Они могут себе позволить не контролировать ситуацию. Мистик не контролирует ситуацию. Он как раз отказывается от воли. Но когда он отказывается? Когда все системы уже дисциплинированы. Другими словами, можно сказать, что у него нет разрушительных вассан. Он выжег у себя все негативные тенденции. Тогда он говорит: "Я буду делать все, что я хочу. Если у меня пошла энергия я буду ее реализовывать, я полностью снимаю контроль. У меня нет никакой воли, желания. Я просто плыву по течению". Но перед этим он проделал очень большую работу. Он очистился. Он чист. У него нет разрушительных тенденций. Он не разрушает себя, он не разрушает других. Он просто не захочет этого делать. Он это знает. Он это проверил. Тогда возникает путь мистика. Тогда он просто ждет. Ждет Бога. Ему некуда двигаться. Он просто наблюдает как вырабатываются его кармические тенденции, но он видит,

что они не разрушительны. И потому он не беспокоится. Поэтому когда люди спрашивают, нужно ли прикладывать волю или нет? Однозначно ответить нельзя. Ответить можно конкретному человеку. Если человек на уровне социальном или психологии, ему нужна воля и еще какая. И это хорошо. Это благо для него. Он научится быть хозяином своей жизни. Но если человек уже прошел этот объем и он хочет Бога? У него есть идея, что Бога можно завоевать. Путь воина. Он воин. У мага может возникнуть идея, что Бога тоже можно завоевать: у меня есть сила, есть энергия - я просто пойду и возьму его в плен. Вот такому человеку, если встречается мистик, Будда, он говорит - ты ошибаешься, ты не прав. Все феноменальное можно взять, если ты умеешь и знаешь как. Но Бога взять нельзя. Бог может сам прийти к тебе, поэтому расслабься. На мой взгляд, Кришнамурти полезен только магам. Магам, которые уже на грани. Которые уже отработали все, что можно было отработать, и они просто еще до конца не понимают разницу между феноменальным миром и Богом. Они еще не поняли, что нельзя логическим путем двигаться к Богу. И он это говорит. Конечно, среди его аудитории были такие люди. Может быть единицы. И он им здорово помог. Он и мне помог. Я уже к тому времени много работал. Когда я познакомился с книгами Кришнамурти, Нисаргадатты Махараджа, Пунджея у меня был такой шок, такое освобождение. Когда я шел, я просто хохотал. Боже мой, чем я занимался. Но я не зря занимался - через это я смог много отпустить в жизни. Отпуская жизнь, я не вернулся в социальную среду. Я не стал человеком толпы. А если эти книги попадают людям социальной среды, они говорят - мы и так жизнь отпустили. Уже давно. Даже не начинали ее напрягать. Что там говорит Кришнамурти - у меня нет методов. У меня тоже нет методов. Мне хочется выпить - я выпил. Хочется дать в морду - я дал. То есть, иногда эти книги опасны для обывателя. Раньше обыватель не имел доступа к этой информации. Но вам надо самим понимать, какие книги для чего написаны и для кого.

Надо четко понимать - кто вы. Человек №1, человек №2, человек №3, человек №4. Где вы вообще находитесь. Потому, что в зависимости от этого информация и методы, какими вы пользуетесь, диаметрально противоположными могут быть.

Еще раз повторю: нельзя перескочить через ступеньку. Нельзя быть обывателем и стать мистиком. Этого не бывает на мой взгляд. Нельзя быть психологом и стать мистиком. Обыватель, психолог, маг, мистик. Может быть вы чем-то занимались в прошлой жизни. Но это вы должны проверить.

Первая проверка: допустим, вы расслабляетесь. Вы ничего не делаете. Ни техник, ничего. Смотрите, что происходит с вашей жизнью. Улучшается она или ухудшается, если пустить на самотек. Разрушаете вы других людей или нет, остались ли у вас эти тенденции. Если остались, то вам надо вернуться к магии. Сказать той разрушительной системе - нет, я с тобой буду разбираться. Волевыми усилиями я тебя отработаю. Не вытесню из сознания в подсознание, а уничтожу, выжгу. И тогда вы выжигаете эту систему, потом еще одну, и еще одну. Потом вы смотрите - их больше нет. Чисто. Тогда вы опять пробуете уйти в мистику: "Трава растет сама по себе". Я ничего не делаю. И смотрите. Но впоследствии вы даже смотреть не должны будете. Для того, чтобы перейти от мистики к Будде, к Богу, вам надо будет полностью отпустить контроль внимания. Вы даже не должны будете на себя смотреть с контролем, а что там у меня осталось. То есть, это переход, когда вы перестаете контролировать, не только усилиями, а даже вниманием. Вы не знаете как вы живете, потому что вас нет. Вы исчезли. Тело живет само по себе. Как машина. Но это настолько совершенная машина, как тело Будды, Иисуса, ОШО. Хотя там никого нет, чтобы управлять этой машиной, но она была настолько отстроена предыдущими жизнями, усилиями, что мы видим, сколько там любви, энергии.

Более того, нельзя войти в магию, не пройдя психологии. Сейчас большой духовный рынок, а человеком социума легко манипулировать. Есть много предложений обучить целительству, магии и всего за две недели. Это игра на жадности человеческой. Они хотят

быстро, бесплатно. И сразу появляется много людей, которые, якобы, предоставляют такие возможности. Россия очень сложная страна для передачи опыта и знаний. В России нет традиции ученичества. На востоке достаточно учителю сказать - прыгай и ученик прыгает. Не думая зачем, почему, а что мне за это будет. Он просто доверяется, и дальше не стоит вопрос о его мнении. Он сдается. А в России ты говоришь человеку, прочитай хотя бы эту книгу, через год приезжаешь и спрашиваешь - прочитал? А в ответ - да нет, у меня дела. Поэтому иногда бывает, что ведущий знает и предлагает, а люди просто игнорируют. Они считают, что они умнее или нет необходимости. На самом деле, какие-то школы создавать в России более менее серьезные - это колоссально трудно. Я знаю людей, которые достойны быть учителями в магических школах, но они не могут создать эти школы на протяжении многих лет. В России большая редкость, чтобы человек постоянно ходил, занимался, чтобы он делал все то, что ему говорят. Не только тогда, когда он приходит на занятия, но еще и дома. А магия подразумевает занятия каждый день, без выходных по 3-4 часа. Плюс различные месячные интенсивы. На Востоке это очень просто. Ты в традиции. Тебе не надо создавать школу. Она создана веками. К тебе просто приходят люди. Ты работаешь уже в готовом помещении, есть монастыри. Тебе ничего искать не надо. Ты просто работаешь. Если ты знаешь - тебе надо просто работать. Есть люди, есть деньги, есть помещения. Ты просто работаешь. В России все идет методом "тыка". Потому что у нас нет традиции. Нет эзотерического христианства. Таким образом, каждый человек, если хочет передать свой опыт, буквально начинает с нуля. Экспериментирует, пробует. В этом сложность. Тебе некуда обратиться. Ты должен сам экспериментировать с группой. А что получится, неизвестно.

Почему я частично перешел на адвайту? Я тоже долгое время пытался сделать магическую школу. Я увидел, что это невозможно. Это моя точка зрения. Все равно нет референтной группы. У всех работа, семья. Я не могу передать глубоко магические вещи. Мне нужны время и люди. А их нет. А адвайта это другое. Адвайта не требует постоянства. В адвайте не нужна система. Мы можем встречаться периодически. Хорошо проводить время. Это вас будет расслаблять. А в магии, в магических школах такое не пройдет. Вы должны пахать и пахать по определенной программе, которую я для вас сделаю.

Как правило, на моих группах люди, которые не первую жизнь ищут. Это не комплимент, это констатация факта. Поэтому часть внутренних аспектов психики у вас уже наработана. Я могу это видеть. Иначе у меня адвайта просто не возникла бы. Я бы был неадекватен. У вас есть некоторая база. Вы можете и не реализуетесь от моих слов, но вода камень точит. У вас есть наработки достаточные для того, чтобы начать создавать в себе мироощущение мистика. Вы его не возьмете сто процентов сразу, но исподволь, исподволь. Когда ко мне приходят учиться социальные люди, я им адвайту не говорю. Кому говорить? Кто сидит передо мной. Что я им скажу. Это можно сказать только людям, которые в этой жизни уже делали какие-то усилия. Вы их делали. Я это знаю. Вы занимались систематически той или иной традицией. Может быть, вы не стали магами высшего пилотажа, но это не важно. Уже есть задел. Хотя он может быть небольшой. Так что когда я говорю адвайту, у вас это не щелкает, но поскрипывает. Шестерни начинают смазываться. Это если говорить о прошлом. Если говорить о будущем, то есть такое понятие - как закладка семени. Та информация, которая здесь звучит, тот опыт, то мироощущение, которое вы чувствуете в атмосфере, во мне - оставляет некоторое зерно в вас. И зерно ждет сезона. И когда, может через несколько жизней, вы пройдете, путь магии до конца, это зерно даст свои плоды. Может быть, вам не потребуется внешний учитель, чтобы сказать: "Отбрось магию, есть такие вещи - как адвайта". Иначе, если этого зерна нет, вы будете ждать человека, который вам скажет об этом. Самому это очень трудно понять. Но если зерно заложено в вашем сознании, то когда все ваши системы готовы, оно начнет давать ростки. Адвайта начнется спонтанно. Вы интуитивно начнете чувствовать то, что было заложено многие жизни назад каким-то человеком.

Как правило, на моих группах нет людей, которые ничем никогда не занимались. Нет ни в Воронеже, нет ни здесь в Санкт-Петербурге. Хотя все приглашаются. Редко появляется человек, который просто пришел с улицы. Обычно такие люди уже занимались в прошлых жизнях. И они интуитивно начинают схватывать многие вещи сразу. Есть какая-то мистерия в этом. И я этой мистерии доверяю. Если это говорить, значит, это нужно. И не наше дело об этом судить. Есть импульс...

Динамика выхода сознания за пределы обусловленности феноменальными системами в многомерной вселенной.

Сумиран: Я хочу еще раз пройти по процедуре выхода сознания за пределы обусловленности в разных системах.

Человек состоит из 7 тел. В нашей терминологии мы называем:

1. Физическое плюс эфирное тело, они составляют одно целое, их не разделяют обычно, т.е. эфирное тело - это биоэнергия.
2. Астральное тело, которое связано с эмоциональными процессами.
3. Мышление - ментальное тело.
4. Причинно-следственное тело.
5. Атмическое тело, душа.
6. Космическое тело, или Творец.
7. Нирваническое тело.

Первые шесть тел существуют как некоторые энергии. Независимо от того, осознаем мы в себе эти энергии или нет, они существуют. Причем они существуют и у обычного человека - и в этом процесс достаточно уникален, - что и обычный человек, и просветленный имеют все эти 7 составляющих. Т.е. разницы на уровне строения этой матрешки нет. Разница есть в том, в чем сознание себя находит, в чем мы себя находим как себя.

В животном мире обычно животные находят себя в теле физическом, т.е. они живут инстинктами. Ошо приводит пример с животными, он говорит: вы видели, какие животные грустные, когда они сексом занимаются. Почему они грустят? Потому что у них нет вариантов. Для них секс - это вынужденное явление, потому что он заложен биологически, и когда приходит определенный период или определенная ситуация - они вынуждены спариваться, т.е. природа как бы загоняет животных в отношения. Он, конечно, немного утрирует, но тем не менее, он говорит, что это не их выбор, это то, что они вынуждены делать и поэтому они такие грустные. Есть доля правды в этом, т.е. животные находятся в биологической программе и частично сознание, находясь в этой биологической программе, осознает, что оно связано

программой. Период течки начался, значит, они занимаются сексом, вариантов нет. Т.е. сознание находится в жесткой определенности, связанное биологической структурой тела.

Человек, если он переходит на другой уровень, начинает жить еще и эмоциями. Помимо биологического влечения появляется некоторая эмоциональная окрашенность, т.е. нравится - не нравится и т.д., и вопрос управления ситуацией может быть передан в эту систему. Тогда тело становится как бы внешним объектом, в поведении становится меньше однозначности, т.е. стимул - реакция на уровне физического тела не столь очевидны. Для того чтобы не было прямой зависимости между стимулом и реакцией, необходимо выйти в соседнюю систему, в следующую систему. Иначе, если я в этой системе нахожусь, то жизнь этой системы есть моя жизнь, вариантов нет.

Здесь есть интересный факт, более тонкие системы тоже на меня влияют исподволь, но я их вообще не осознаю, я осознаю только влияние той системы, в которой я себя нахожу и того что является внешним по отношению к ней. Находя себя в физическом теле, перед собой я вижу только внешний мир, а весь внутренний мир, иерархию тел, я не осознаю, т.е. она для меня как черный ящик. Есть внешний мир и есть то, в чем я себя нахожу, другое для меня продолжает оставаться подсознанием, не осознается. Оттуда идут какие-то сигналы, стимулы к действию, но я их не понимаю. Я просто понимаю, что хочу это сделать, но откуда это пришло, почему я хочу - это не осознается. Есть просто некоторое требование - я это хочу, это проявляется как желание, потребность, может быть идея, еще что-то, но я не вижу механизм, почему это появилось. Я это называю собой, и это делаю, хотя сигналы могут быть из разных структур. Надо понять: если я осознал какую-то систему как не себя, а как то, что я могу наблюдать, то сигналы из этой системы могут осмысляться. Допустим, началась биологическая реакция - я ее могу осмыслить, рассмотреть эту команду: а надо ли мне ее выполнять, есть ли другие какие-то составляющие ситуации, помимо биологической программы. Если я выхожу, скажем, в мышление, то я начинаю видеть уже эмоциональную жизнь как то, что находится передо мной и что поддается некоторому критическому анализу. Эмоции, которые во мне возникают, уже не управляют мной однозначно. Например, я обиделся, но при этом могу помнить, что обида - это мой блок или моя обусловленность, или моя психологическая травма, т.е. я это осознаю. Таким образом, хотя психологические реакции продолжаются, я их могу корректировать, они уже не управляют напрямую моим поведением.

Для людей, которые находят себя в эмоциональном теле, эмоции являются основным определяющим фактором в поведении. Их жизнь движется в эмоциональном ключе. И они не могут выйти за пределы эмоциональных реакций. Т.е. человек пытается изменить свою жизнь, но пока он полностью отождествлен с астральным телом, его жизнь все равно управляется эмоциональной сферой, плюс сферой подсознания. В этом ключе - невозможно изменить жизнь, не выйдя за пределы системы, т.е. не разотождествившись с ней. Иначе мы все равно остаемся заложниками тех реакций, которые в системе находятся. Как животные являются заложниками своих биологических реакций. Если вы понаблюдаете в зоопарке, как ведут себя животные - вы увидите, что чем более простой вид, тем более однотипные у него реакции. На определенный стимул идет определенная реакция. У более сложных видов реакция может чуть-чуть варьироваться. Но и здесь видны очень жесткие формы поведения. Чем ближе по эволюционному ряду к простейшим - тем более жесткая форма поведения, никуда не дернуться. Как бы животные не пытались изменить свой образ жизни, а все они пытаются выживать, жить лучше - это естественно, но они всегда находятся в рамках биологической программы того вида, к которому принадлежат. Т.е. все их попытки жить более хорошо, а все хотят жить лучше, пресекаются определенными биологическими паттернами поведения, внутри которых находятся животные.

Ментальная программа - это та информация, которая получена в этой жизни. Мы получили какие-то знания и опыт в этой жизни, они направляет наши реакции, это тот коридор, в котором мы живем. Это блок информации, на который мы ориентируемся, когда откликаемся на вызов внешней среды. И если мы не осознаем ничего кроме этого блока информации, то большинство наших реакций будут исходить только из этого блока. Мы не можем его критически осмыслить, т.е. мы не можем подойти критически к той информации, к тому опыту, который у нас в жизни накоплен, если мы находимся внутри этого блока информации. Когда человек осознает гораздо большим объемом информации, чем опыт этой жизни - это уже шаг мистический.

В какой-то момент вы можете почувствовать, что вся эта жизненная эпопея - это всего лишь малая часть вас. С этого момента, в принятии любых решений вы можете критически осмысливать весь опыт этой жизни. Вы можете увидеть и понять свою обусловленность культурой страны, где вы родились, воспитанием, религией. Допустим, вы находитесь в причинно-следственном теле, но вы его еще не осознаете, потому что осознать тело можно только из более высокого тела, т.е. посмотреть на него. Чтобы увидеть обусловленность себя в этой жизни, надо подняться в причинно-следственное тело, т.е. находиться уже в большем объеме, чем объем этой жизни. Тогда информация той жизни, в которой мы живем сейчас, становится осмысляемой, критически осмысляемой, и она уже не является прямым указанием к действию. Т.е. вы получаете какой-то сигнал, что надо сделать, но вы смотрите, а с какой стати я это буду делать. Т.е. у вас есть уже некоторое критическое отношение. Но это возможно, только если вы знаете себя как нечто большее, чем то, что в этой жизни вы получили: тело, эмоции, информация, опыт.

Выйти за пределы обусловленности данной системы невозможно без реального перехода в более высокую систему. Пока мы находимся в определенной системе, мы в пределах ее обусловленности, и все разговоры о том, что я вышел куда-то - бессмысленны. Обязательно надо знать себя как нечто большее, чем то, за пределы чего вы выходите, не как теорию, а как переживание. В этом плане, что такое эволюция? Животные, особенно более примитивные животные, знают себя только как тело. Потом более сложно организованные животные, собака, например - она знает себя так же как эмоциональную сферу. Скажем, своего хозяина, если она его любит, и он ее за хвост дернет - она не укусит. А чужого человека укусит. Почему? Стимул-то один. Вот если вы возьмете змею - хозяин, не хозяин - даже если вы ее кормите, 20 лет кормили, возьмите кобру за хвост - она вас укусит и все. У нее вариантов нет. У нее стимул-реакция. Нет эмоциональности по отношению к вам. Бывают, конечно, на тонком плане отношения со змеями, но это скорее исключение, чем правило. Даже львы... Ситуация была в Прибалтике: лев жил в квартире очень долгое время, а потом всю семью загрыз, которая его кормила, выхаживала. Просто кто-то его разозлил случайно, простимулировали реакцию и все.

Собака уже частично находит себя в эмоциях. Когда идет реакция биологическая, вы можете даже ее ударить - она все равно переживает еще определенную эмоциональность по отношению к вам. Эта эмоциональность позволяет ей не быть полностью в рамках биологической реакции тела. Она еще может какое-то эмоциональное отношение привнести. Т.е. она уже не так явно зависит от реакции тела. У животных, поддающихся дрессировке, работает определенная часть интеллекта, т.е. они еще могут что-то осмыслять: знание команд и т.д. Даже если собака эмоционально не в духе, но хорошо выдрессирована, она будет команды слушать: у нее есть тело, эмоции, плюс некоторая разумность.

Человек, если он хочет выйти за пределы обусловленности, изменить жизнь, должен выйти за пределы той системы, которая сдерживает его сознание в каком-то объеме. Потому что иначе он будет просто меняться в том объеме, который существует, а этот объем имеет свои ограничения и проблемные зоны по определению. Поэтому вы должны постепенно начать наблюдать себя, пока интуитивно, - вы пока не знаете эту зону, потому что вы в ней, вы ее еще

не видите, но вы начинаете видеть хорошо зону, которая связана с этой жизнью. Вы начинаете полностью понимать всю обусловленность своего ума и своего тела этой жизнью. Нахождение вашего сознания в причинно-следственном теле, не позволяет вам видеть причинно-следственное тело, это еще ваше подсознательное практически. Но физическое, эмоциональное и ментальное тела уже становятся объектами наблюдения. Вы начинаете видеть обусловленность, связанную с этой жизнью. Это уже очень неплохо. Потому что многие люди этого не видят. Вы интуитивно чувствуете, может быть, у вас проблески возникают, что вы существо гораздо большего объема, чем тот объем, в котором вы привыкли себя знать: ум, эмоции, тело. Тогда вы начинаете критически осмысливать все свои реакции, идущие из этой жизни.

Следующий этап. Причинно-следственное тело - это архетипическое тело, его Юнг касался частично. Это архетипы. В этом теле не только ваша память, а память поколений, человечества. Здесь запись, как вы были многими мужчинами, многими женщинами. Это не память человека, а память рода - архетипы. Это очень большие энергии, очень большие силы. Они реально влияют на жизнь каждого человека, только мы не знаем, как идет влияние, мы это воспринимаем как какие-то импульсы, сигналы, поведенческие паттерны. То, что идет из этой зоны имеет большую силу, потому что за этим стоят тысячелетия повторяемости: как вел себя мужчина тысячелетиями, как женщина. Чтобы увидеть механизм причинно-следственного тела, необходимо вытянуть себя в атмическое тело. Это уже шаг глобальный. Если вы действительно себя реально вытянули в атмическое тело, то вы начинаете видеть в себе разделение между информационными блоками. Т.е. вы начинаете достаточно четко понимать: какие реакции, блоки, паттерны у вас из этой жизни, какие из прошлых жизней. Возникает чувство разделения, т.е. вы знаете, что откуда пришло. Параллельно вы начинаете постепенно видеть сами ситуации, в которых вы этот опыт наработали, вы начинаете видеть наиболее значимые для вас куски прошлых жизней, которые определяют ваше поведение и определяли вашу жизнь до этого исподволь. Т.е. пока вы были в низших системах, они исподволь на вас влияли. Теперь вы можете посмотреть на это со стороны. Постепенно идет более глубокое проникновение, т.е. вы видите какие-то эпизоды прошлых жизней, вы видите те паттерны поведения, привычек, реакций, которые вы там получили, и вы видите различие между блоками информации. Это совершенно реальное, не теоретическое видение. И параллельно, если процесс идет у вас интенсивно, вы начинаете видеть эти блоки в других людях. Т.е. можно посмотреть на человека и понять: его реакция вызвана опытом, связанным с этой жизнью, (идет из первых трех систем) или она вызвана опытом из прошлых жизней. Это не является предположением, это как очевидный факт: из какого места человек реагирует. Пока люди живут еще как машины. Очень важно начать видеть реакцию как реакцию, т.е. знать, откуда она возникла, почему, где вы ее заработали. Пока вы не видите, все попытки изменения жизни тщетны. Люди сюда приходят, вопросы задают, и у них есть идея, что они что-то поймут, что-то изменят. Но просто информация ничего не дает, потому что реально изменение происходит, когда я выхожу за пределы самой системы. Иначе, если я просто понял, это, на самом деле, будет моя идея, как надо жить, но сам я останусь здесь, вот в этом коридоре реальности, и как бы я ни старался моя жизнь качественно не измениться.

Когда вышел за пределы - уже может быть изменение, потому что я не позволяю этим системам просто управлять моей жизнью автоматически. Это очень интересно наблюдать в людях. Допустим, я вижу, что у человека есть определенный паттерн поведения, неважно, из этой жизни или из прошлой. Но человек, наполняя ее жизнью, считает, что это он. На самом деле, это просто определенная программа. Но идентификация - я есть это - создает ощущение, что это не программа, а это моя жизнь, мое решение, и людей невозможно переубедить в обратном. Пока сами они это не увидят, они не поверят никогда. Очень сложно поверить, что то, что я называю собой, является обычной причинно-следственной реакцией, причем заработанной может быть тысячу лет назад. Поэтому, когда мы говорим о свидетельствовании, то это

некоторый показатель, т.е. вы должны начать видеть блоки прошлых жизней, четко видеть свои реакции, связанные с этими блоками и, возможно, видеть ситуации в прошлых жизнях, где эти блоки были заложены. Тогда вы начинаете получать некоторое освобождение от обусловленности причинно-следственным телом. Если вы в этом достигаете совершенства, то вы освобождаетесь от дальнейших бессознательных воплощений. Это требует очень устойчивого атмического состояния, потому что архетипические паттерны поведения обладают невероятной силой. Чтобы не подпадать под их влияние, требуется очень высокая степень кристаллизации, потому что за ними стоят действительно тысячелетия одних и тех же повторений, определенные психологические травмы, концептуальная обусловленность. Вы могли в одной религиозной традиции прожить 10-20 жизней и это глубоко обусловило вас. Это очень большие энергии и реально с ними столкнуться без отождествления очень непросто. Пока вы ими несетесь - это не ощущается. Например, пока мы движемся с потоком, его сила незаметна, но как только мы пытаемся плыть против течения, мы понимаем, какая там сила. Когда мы пытаемся выйти за пределы течения, мы начинаем сознавать всю силу его инерции. В архетипах мы имеем дело не со своей энергией, а с энергией ума как такового. Причинно-следственное тело - это собирательный ум многих людей: мы жили в разных телах, в разных структурах. Есть наш персональный ум (III тело), а здесь ум как таковой (IV тело), это архетипические пространства. В беседах мы пытаемся вытянуть себя из III тела сначала, чтобы распрограммировать себя от блока информации полученной в этой жизни. Потом через медитацию, через свидетельство мы вытягиваем себя за блок информации, полученной во всех предыдущих жизнях. Если это происходит, мы выходим за пределы причинно-следственных связей. Практически это означает, что вашими реакциями на ситуации жизни перестает являться обусловленность всем вашим предыдущим опытом, включая опыт всех ваших прошлых воплощений. Вы становитесь, свободны от кармы, можно сказать.

Какая сложность в этой точке?

Надо менять не поступки, которые мы совершаем, а мироощущение.

Пока мы живем бессознательно, у нас будет определенное поведение, потому что мироощущение, связанное с этим образом жизни, всегда будет ориентировать нас. Важно не поменять некоторые паттерны поведения, а сменить мироощущение.

Смотрите, допустим, у человека хорошо развит интеллект, а у собаки - нет. Мы можем собаку дрессировать, но всегда будет определенный объем, чему мы можем ее научить. А, скажем, обезьяну или человека можно обучить гораздо более разнообразным действиям. Не потому, что мы их лучше тренируем, просто они имеют перенос нахождения себя в другую область и сразу повышается потенциальность.

Часто люди пытаются не менять свое мировосприятие, а увеличить информационные и энергетические возможности, но как в случае с собакой всегда будет определенный набор команд, который они могут выполнить, не более того.

Если мы себя вынесли осознание себя в пятое, атмическое тело, то действия становятся исходящими из нашего чувства знания себя как души. Я себя знаю как душу, и из этого исходит вся моя поведенческая структура жизни. До этого этапа я все время ориентировался на знание себя как чего-то другого и, более того, исподволь на меня влияли различные информационные блоки. Теперь я не ориентируюсь на информационные блоки, именно поэтому я и выхожу за пределы причинно-следственного ряда. Я ориентируюсь на знание себя как персонального сознания. И когда встает вопрос, что мне делать, действие исходит из того, кто я есть, а не из моего прошлого. Идет вертикальная структура отклика на вызов внешней среды.

На более низких ступеньках, когда возникает вызов внешней среды, мы вспоминаем, как было в прошлом, потом - сопоставляем с настоящим и принимаем решения на будущее. Таков механизм. В отклике, происходящем из пятого тела, нет сопоставления с прошлым, я просто знаю, кто я есть, и поэтому знаю, что мне делать. Конечно, это касается, в основном психологических аспектов жизни, области человеческих взаимоотношений. В принятии решений в области технических знаний прошлый опыт может оказать неоценимую услугу. Это состояние не просто достигнуть, критерием может быть ваше осознание паттернов, пришедших к вам из прошлых жизней. Вы должны осознавать свое каузальное тело. В каких формах - это у каждого по-разному может быть, но, тем не менее, достаточно четкой должна быть ясность в этом вопросе. В атмическом теле есть некоторое напряжение, связанное именно со знанием себя как части, а не как целого. Это сложно назвать конфликтом, но некоторое напряжение есть, потому что ваши реакции относительно внешнего мира еще основываются на знании себя как отделенной души. Снятие этого напряжения - это переход в шестое, Космическое тело. Тогда ваш отклик определяется знанием себя как целого. Человек, находящийся в Космическом теле, более расслаблен, он снял еще один конфликт - между частью и целым.

Смотрите, на более низких ступеньках было два конфликта: конфликт между целым и частью и конфликт между прошлым и будущим. Было прошлое как некоторая структура управления будущим и настоящим. Человек, вышедший в атмическое тело, устраняет конфликт между прошлым и будущим, потому что его не интересует ни прошлое, ни будущее. У него есть данный момент времени, ему достаточно. Здесь начинается Ананда - переживание беспричинного состояния блаженства. Это первый признак, о котором мы говорили, а второй признак - знание причинно-следственного тела. Но здесь еще остается конфликт между целым и частью, некоторое напряжение. Задача человека, находящегося в этом состоянии, перенести знание себя в целое, в шестое тело. Тогда конфликт между целым и частью исчезает.

В шестом теле существует последняя форма напряжения между чувством бытия и небытием. Фактически, в этом состоянии переживается сат-чит-ананда - состояние знания, бытия, блаженства. Но те, кто привязаны к шестому телу, отрицают факт того, что их не будет, не будет как чувства "я существую". Они как бы отворачиваются от этого, не хотят смотреть на эту сторону вещей. Для них важно принять вторую половину жизни. Чтобы замкнуть всю матрицу они должны принять факт того, что жизнь существует в двух аспектах - аспекте бытия и аспекте небытия.

В какой-то момент происходит поглощенность бытия в небытие. Но это не то умирание, в котором некоторые люди жизнь самоубийством кончают. Те люди не хотят исчезнуть, они хотят перестать страдать, это совсем другой эффект психологический. Они хотят жить, но не хотят страдать. Для них прерывание жизни - это просто попытка перестать страдать. Но в шестом теле - там нет страдания как такового, тогда какой смысл исчезать? Есть желание не исчезать, ведь это - вечное состояние блаженства. Но реальность такова, что исчезновение произойдет, оно существует, это вторая половина жизни. Небытие - это вторая, завершающая часть всей картины. И человек должен посмотреть в глаза той истине, что источником Бытия (чувства "я есть") является нирвана, ничто. Находясь в шестом теле необходимо признать, что реальность - за пределами даже чувства "я существую", тогда вся эта матрица замыкается. Тогда снимается последнее напряжение. Если человек, находясь в шестом теле, расслабляется в том факте, что это тело тоже рано или поздно будет потеряно, что оно тоже временное явление, которое растворится в источнике, он расслабляется в том, что бытие перейдет в небытие, т.е. "я существую" перейдет в нирвану. Если мы умираем на физическом плане как личность, то мы перевоплощаемся. Знание явления реинкарнации помогает человеку более расслабленно принять смерть физического тела. Но здесь такого нет: если я умру, то умру - нет перевоплощения. И само сознание, вселенский саттвический ум должен расслабиться в знании

того факта, что он не является независимым, вечным. Рано или поздно он будет поглощен тем источником, из которого он появился. И когда происходит расслабление в этом аспекте, когда человек знает себя, знает себя как То, что не рождено и не имеет характеристик, тогда происходит полная релаксация по всем уровням, то, что мы называем реализацией, окончательной реализацией.

Вот общая картина. С помощью этой модели вы можете что-то чувствовать и понимать. Мы много говорили о нахождении себя в шестом теле, но если быть адекватными, то надо понять, что предварительно вы должны пройти опыт знания других систем, т.е. перестать быть пойманными в ловушки других энергетических структур. Тогда для вас будет не теория, а опыт. Если вы чувствуете, что что-то знаете, но нет глубинного переживания - значит, посмотрите, где вы могли остановиться, на какой системе. Но постепенно переживание должно становиться устойчивым, вам должны открываться все более тонкие грани вашего существа - это показатель. Вы начинаете видеть себя и других в большем объеме. Пока вы будете управляемы подсознательными реакциями из прошлых жизней, вы не свободны. Вы должны очень четко осознавать причинно-следственную цепочку внутри себя. Ваши отклик на события жизни должен исходить из определенного качества. Если вы можете держаться в состоянии свидетеля, значит, ваш отклик будет возникать из вневременного аспекта вашего существа. Когда возникает стимул из внешней среды, то каждая система реагирует по-своему. Ваше физическое тело дает свой сигнал, эмоциональное тело говорит - я вот это хочу, ваше концептуальное образование в этой жизни - надо вот это делать, а ваша реакция из прошлых жизней приносит свой вектор действия. Т.о, у вас на каждый стимул идет реакция из каждого тела. Это нормально, каждое тело имеет право голоса. Если вы находитесь в атмическом теле, то у вас еще есть отклик, исходящий из вашего знания себя как души. И тогда все эти пять составляющих дают какой-то результирующий вектор действия. Этот вектор действия меняется в зависимости от того, где находится ваш центр осознания себя. Т.о. необходимо не только накапливать информацию, как надо действовать, но и менять фокус своего самоопределения. Дальше жизнь начинает протекать самопроизвольно и спонтанно.

Практически невозможно качественно изменить жизнь, не изменив уровень восприятия. Это происходит через медитацию. Если ваша практика протекает успешно, то никакая психотерапия не нужна, потому что вы начинаете видеть объем, ваши реакции автоматически становятся правильными: вы не можете действовать неправильно из правильного состояния.

Искатель: Что такое страх смерти?

Сумиран: Есть несколько страхов смерти. Первый страх - биологический страх тела, он все равно останется, его нельзя искоренить. Это было бы неадекватно, вся эволюция на этом построена. Можно сделать так, чтобы этот страх не был определяющим в моем отклике на жизненные ситуации. Но страх останется. Если человек долгое время живет на тонких энергиях, клетки тела все равно будут пытаться реагировать, но другие энергии могут быть более сильными, и в момент опасности тело не будет излишне напряженным..

Второй страх смерти в уме, ментальный страх, страх личности. Когда вы вышли в причинно-следственное тело и знаете себя как то, что перевоплощается - даже страх смерти личности и физического тела большой роли уже не играет. Когда вы вспоминаете свои прошлые жизни, то определенные страхи исчезают, поскольку вы знаете, что непрерывность сохраняется.

Третий вид страха - страх исчезновения себя как обособленной формы жизни - страх души. Я хочу быть вечной душой. Это страх части раствориться в целом. Это другой страх, более экзистенциальный.

И последний страх - это страх самого сознания перед исчезновением в нирване. Еще одна форма страха, которая заставляет многие великие души находиться в состоянии космического сознания, но при этом не зная своего источника. Это смерть целого, исчезновения чувства "я существую" в нирване. Пока человек не превзойдет эту форму страха, он не реализован, он еще находится в сансаре. Даже нахождение в космическом сознании - это еще сансарическая форма жизни. И есть божества, которые миллиарды лет живут в этом состоянии, но при этом они не знают своего источника, не знают

Первопричины.

Если мы говорим о реализации, о возможности реализации, это должно быть понято. Когда бытие и небытие познаны как одно целое, как цикличность, и это глубоко принято, тогда человек становится расслаблен по всем уровням.

При переходе самоосознавания из тела в тело вы преодолеваете определенное сопротивление напряжению. Пока мы находимся в каком-то теле, мы не испытываем полного расслабления, потому что у нас есть потенциальность перейти в следующее, и это создает своего рода напряжение. Существует некоторое сопротивление, т.е. нежелание той системы, в которой мы находимся, отдать часть жизненности в виде внимания другой более тонкой структуре. Понимаете, это - это фантом, он движется, а системы - объективная реальность, они у нас находятся в определенной выстройке. Фантом, который называется "я" может скакать с одного энергетического тела на другое. Медитация - это исследование природы этого фантома. Параллельно можно делать работу по коррекции самих систем, но это уже параллельная работа, которая связана больше с медициной и терапией.

Если вы находитесь в первых четырех телах, то у вас один способ изжить васаны (желания) - это их реализовать. Васаны из прошлых жизней заставляют вас совершать определенные поступки, причем вы не можете понять, почему именно эти поступки делаете, почему именно в этого человека вы влюбились. Вы просто чего-то хотите и ничего с этим сделать не можете. Это некоторая сила, которая давит вам в спину, и пока вы не согласитесь, она продолжает давить. Вы сделали то, что она просит, она вас отпускает, потом возникает следующее желание. Вы можете сопротивляться, но насколько вас хватит? И получается, что единственный способ проработать васаны - это их реализовывать, а сколько их там накоплено.

Если вам удалось выйти в атмическое тело, тогда возможен следующий процесс: васана подымается, а вы ее рассматриваете, вы ее можете видеть. Дальше вы смотрите, насколько она адекватна в данной ситуации. Т.е. она стоит уже не за вами, толкая сзади, а перед вами. Вы знаете, что вас тянет, вы можете отпустить это. Таким образом, с позиции атмического тела возможно снятие, сжигание васан просто путем их рассмотрения. Вот пример: вы были самураем и когда вас оскорбляли - вы брали меч и отрубали голову, так было принято в то время. Потом вас в этой жизни кто-то оскорбляет и следует "нормальная" реакция из причинного тела: просто взять и убить. Если вы осознаете неадекватность этой реакции в наше время, тогда вы не позволяете этой реакции проявить себя привычным, накатанным образом.

Когда начинаешь работать с причинно-следственным телом, то видно, что люди, которые вам в этой жизни встречаются - не случайны. Они встречаются для того, чтобы вы развязали определенные кармические узлы. В этом есть своя магия. Многие души взаимодействуют друг с другом из жизни в жизнь. И соответственно, если вы встречаетесь с человеком, с которым вы много жизней прожили в каких-то отношениях: муж - жена или родитель - ребенок, то автоматически на него начинается реакция из тех жизней. В этой жизни он является вашим мужем или женой, а в прошлой он был вашим ребенком. Вы начинаете подсознательно

относиться к нему как к ребенку, неадекватно. Или может быть, в прошлой жизни партнер вам изменил, и у вас сохранилась к нему ревность и агрессия. А в этой жизни он паинька, а вы все равно клеймите его позором, орете на него по поводу и без повода. Почему? Потому что ваши причинные тела помнят и узнают друг друга, но вы как личности этого не осознаете. Личность может не осознавать это, но на тонком плане тела продолжают ту войну, которую они начали много жизней назад. Но они выражают это через физическое тело в настоящем. И получается, что ваша жизнь превращается в кошмар, потому что умом вы понимаете, что так вести себя не надо, но реагировать продолжаете по-старому. И пока это не понято: почему, откуда возникают реакции очень трудно выйти из-под их влияния, потому что энергетические заряды пытаются выразить себя в действии. А когда я это осознаю эти блоки, я могу отпустить их. Это похоже исповедь. Заряды и васаны пытаются исповедаться, выразить себя, но личность их не слышит, она стоит к ним спиной. В результате, когда исповеди нет, напряжение остается, и они начинают как-то его проявлять. А свидетель в атмическом теле их видит и есть возможность для этих зарядов исповедаться, т.е. предстать перед глазами свидетеля, что-то, прожить, проговорить и расслабиться. И тогда происходит отпускание многих вещей. Последний момент: вертикальный отклик, не связанный с прошлым, может быть персональным, т.е. вы реагируете как обособленная форма жизни, душа или не персональным, когда вы реагируете как целое. Эти формы отклика не опираются на психологическое время.

Когда вы себя знаете как источник самого Бытия - это еще одна форма отклика. Тогда вы знаете себя даже не как целое, не как Бытие, а как Источник, откуда она возникла, который не является описываемым концептуально, а обозначается как То. Конечная реализация - это когда человек откликается из знания себя как Того. Будда так живет, он знает себя как То. Даже не как вселенское сознание, а как То, откуда вселенское сознание возникло.

Эти семь тел, на мой взгляд, полно описывают всю ситуацию. Больше, на мой взгляд, не надо, это будет только запутывать. Здесь перед вами очень наглядная картина, схема по которой вы можете чувствовать, где вы находитесь, ваши перспективы и т.д.

Я не исключаю, что бывают случаи, когда вы находитесь в атмическом теле, вы уже реагируете вертикально, но не видите своего причинно-следственного тела. Т.е. вы не видите прошлых жизней, но при этом вы не позволяете им влиять на свою реакцию. Приходят какие-то реакции, вы понимаете, что они пришли откуда-то из прошлого, просто вы не знаете из какого прошлого, вы не видите это прошлое. Но вы понимаете, что они пришли из прошлого, и не позволяете им делать ваше поведение неадекватным. Т.е. вы продолжаете реагировать из знания себя как дживы, души. Что абсолютно необходимо - осознавать эти реакции. Т.е. вы можете не знать, откуда они приходят, но вы всегда должны чувствовать, что это просто какие-то реакции из прошлого. Некоторые люди видят это прошлое, а некоторые люди могут не видеть, где они заработали эту реакцию, но они могут осознавать саму реакцию. Именно знать реакцию как реакцию, знать ложное как ложное, и просто не позволять этой реакции заставлять их вести себя глупо. Возможно, такие варианты тоже существуют. Если вы не помните сами прошлые жизни, картины, это не значит, что вы обречены жить под влиянием реакций прошлых жизней. Просто надо знать реакцию как реакцию, чувствовать ее.

На этой группе, мы пытаемся прикоснуться к осознанию шестого тела. Это очень красивое состояние, потому что оно - посредник между Источником и всей феноменальной вселенной, т.е. всем миром, который нас окружает. Когда Иисус говорит: "Путь в царствие Божие лежит через меня", он говорит от лица космического сознания. Здесь царствие Божие это Источник, а обращение идет к душе. Когда космическое сознание смотрит наружу, оно видит Вселенную, а когда внутрь, оно чувствует Источник. И в этом его универсальность, оно стоит между Истоком и формой. Если вы себя почувствуете в этом качестве - это очень красиво. С одной стороны вы понимаете, что вы проявлены во внешнее как форма, как вселенная. С другой

стороны, вы не боитесь того факта, что когда вы смотрите внутрь, вы видите, что вы возникли из небытия, т.е. вы соглашаетесь с этим. И вы "стоите" между небытием и проявленными формами бытия.

Наша группа - это некоторая попытка, не ограничиться просто словами, диалогом, а жить в этом вместе. Само по себе это очень трудноуловимо, трудно моделируемо. Но мы пробуем. Некоторый эксперимент проводим.

Поразмышляйте, над с этой информацией, чтобы эта структура уложилась в вашем понимании.

Попытайтесь найти себя в каком-то месте этой схемы. Не забывайте, что все семь тел - уже существуют, не создаются. Физическое тело на месте, другие тела тоже, сознание на месте, источник сознания на месте. Мы работаем только с матрицей восприятия.

Мы просто отказываемся принимать себя за машину, хорошую или плохую, - это не важно. Иногда от хорошо развитого тела сложнее отказаться, чем от больного и плохого, потому что статус выше. Почему в мире дэвов (богов) немногие ищут Истину - потому что они находятся в состоянии ананды, т.е. шестого тела, фактически ничего не делая для этого. И смысла спрашивать, кто я, где мой источник - нет. Поэтому считается, что Земля - планета наиболее потенциальная. В низших мирах больше страданий, там столько страданий, что им не до личностного развития. А в высших мирах слишком много кайфа. Там тоже не хочется заниматься вопросами самоисследования, нет провокации, чтобы его начать.

Земля - то, что называется срединный мир, место, где есть баланс. Т.е. с одной стороны, есть определенная доля страдания в жизни, которая не позволяет человеку просто расслабиться, с другой стороны, объем страдания не настолько высок, чтобы он смог схватить внимание тотально. Поэтому фактически Земля - школа медитации

Относительная и абсолютная Свобода

Сумиран: Может быть есть какие-то вопросы, или тема? Чтобы поговорить об этом. Потому что сатсанг подразумевает исследование. Исследование путем диалога, это один из аспектов сатсанга.

Искатель: Перед приходом я прочитала материал о семи телах, и мне стало интересно - сама то я из какого тела проживаю жизнь?

С.: Как вас зовут?

И.: Надежда.

С.: Как сама чувствуешь, Надежда, где ты?

И.: Ну, надеюсь что с эмоциональным я разобралась.

С.: Вот сейчас, где ты себя находишь, в чем?

И.: Я надеюсь, что в Атме.

С.: А что это значит?

И.: Я чувствую свою душу.

С.: Как ты это чувствуешь?

И.: Ну не знаю, как я чувствую...

С.: Ну хорошо, может быть, еще есть вопросы?

И.: Тогда у меня еще вопрос: горе переживается так ярко, так мощно. А счастье такое прозрачное. То есть оно есть, но оно такое нежное, что по сравнению с мощью горя оно кажется просто незаметным. Это возможно?

С.: Есть два явления. В одном случае счастье является просто противоположностью горя. Это дуальность. То есть когда мне плохо - мне плохо, а когда у меня проблески счастья - это противоположно тому состоянию, когда мне было плохо. Такое счастье, всегда уязвимо, всегда временно. Потому что это счастье является просто другой стороной боли, горя, и так далее. Это всегда чередой: горе и счастье, радость - печаль, радость от общения и боль одиночества. Это явление, когда мы принимаем счастье, как что-то противоположное страданиям. Это находится в мире двойственности.

Есть счастье, которое приносит само принятие жизни: когда у меня горе, я его принимаю - я счастлив, когда приходит радость, я принимаю радость - я счастлив в этом, когда радость уходит - я счастлив, что она уходит, let's go... И это счастье, не является противоположностью горя. Это то, что трансцендирует счастье и горе, как переживания - это само состояние созерцания, принятия жизни, когда мы просто наблюдаем дуальность печали и радости, одиночества и общения. Если мы находимся в качестве созерцания, принятия обеих сторон жизни, то это дает чувство освобождения, чувство счастья и легкости по отношению к жизни, которое не является чем-то временным, которое является просто контекстом жизни. На которое невозможно влиять никакими эмоциональными состояниями или процессами в жизни, потому что это состояние принимает любые процессы во всей их полноте. И само принятие дает человеку чувство счастья, чувство свободы.

И.: В том то и вопрос, что оно такое тихое, ровное. То есть в этом прибываешь и... а вот такой бурной радости нет.

С.: А почему она должна быть? Бурная радость - от нее тоже быстро устаешь. Мы же ходим на праздники, а потом приходим домой и там отдыхаем от этих праздников. А дома не должно быть ничего бурного, иначе вы из него сбежите через три дня. Я так чувствую, что это не экзатичность очень высокая, это очень ровное состояние тишины и мира... Не что-то из ряда вон. Это переживания психоэнергетические, эмоциональные - они бывают такие яркие. А это не является переживанием, это - свидетель переживания. А свидетель, он нейтральный, он просто присутствует. Поэтому он не вовлечен.

В Китае такой термин использовался о просветлении - они называли это «ничего особенного». Что с тобой случилось? - Ничего особенного. Иногда некоторое ложное представление бывает, потому что некоторые Мастера чтобы замотивировать людей начать духовный поиск, вот как Ошо Раджниш, они описывают это очень красочно. Во-первых, - это индивидуально - может у кого-то это и так происходит. Во-вторых, иногда это просто ловушка Мастера. Он просто человека пытается привлечь к поиску каким-то образом.

Иногда встречаются описания, когда люди говорили о том, что реализация происходила настолько незаметно, что человек практически не замечал, что с ним что-то случилось.

И.: Другие замечали?

С.: Другие тоже... Мастер мог заметить. В принципе только Мастер может подтвердить, что что-то произошло. Вот Рамеш Балсекар, допустим, говорит, что с ним фактически ничего особенного не происходило. Он говорит, что три дня чувствовал немного необычно себя, а потом все встало на свои места. Он знал, что что-то произошло, но при этом он говорит, что ничего особенного - никакие небесные девы не спускались, цветами его не осыпали. Но он знал, что что-то случилось, и Нисаргадатта знал об этом, его учитель. Поэтому это у всех очень индивидуально. У кого-то это может пройти через очень высокую эмоциональность, у кого-то это очень мягко может пройти - нет общей схемы.

И.: Мастера не будет - так и не узнаешь. Вот беда. (смех в зале)

С.: Да тебе уже и не важно будет. Просветление - это просто этикетка, это слово. Важно в каком качестве ты жить будешь. Ты будешь жить просто в мире. Какая разница просветленный или нет. Мы ж это делаем не для того, чтобы показать, а для того чтобы сбалансировать внутреннюю жизнь. Если вы сбалансируете, то какая разница как вас называют.

И.: Я читала о семи телах и там такая сетка, как я поняла, может не правильно поняла - обязательно нужно знать, где ты есть сейчас. То есть обязательно нужно знать где ты присутствуешь сейчас. А тихо, ровно, спокойно жить не достаточно для самореализации? Обязательно надо соотносить себя с той сеткой координат? То есть это неременное условие для роста, чтобы потом уже на это не обращать внимание, или можно этого и не знать?

С.: Ну в принципе... Изначально вся природа живет тихо и мирно, кроме человека, да? Корова в стойле тоже живет тихо и мирно всю свою жизнь. И умирает коровой. Человек это единственное существо, которое может спросить - «А кто я? Действительно ли я человек?» - задаться некоторым осмыслением. Потому что волк никогда не спросит «волк я или что-то большее, чем волк?». Он родился волком, он и умрет волком. Любое животное так живет. У животного нет такой способности спросить «Кто я?». Действительно ли я то, за что себя в данный момент принимаю, или я есть нечто другое? - Это возможность только человеческих существ, такой вопрос задать. И дальше у человека есть способность не только задать этот вопрос, но и ответить на него. То есть открыть что-то, что он в себе может быть не осознает просто. Это является его природной, но он это не осознает, его внимание схвачено определенным объемом реальности и, отождествляясь с этим объемом реальности, которым схвачено его внимание, он знает себя как этот объем реальности. Поэтому процесс самоосознавания, кем мы являемся - это процесс на самом деле самоосознавания того, кем мы НЕ являемся, но считаем себя этим.

Поэтому я давал эту структуру, сетку, потому что это помогает избавиться от идеи кем мы являемся. Потому что мы себя обычно знаем, как кого-то - не важно человека ли, или энергию, или еще что-то - то есть, мы себя определяем как что-то. Можно задать вопрос: действительно

ли мы определены или мы есть само бытие в чистом виде, которое не определено, как какая-либо форма конкретная, а есть просто сама жизнь, как таковая. Этот вопрос требует исследования, собственного исследования: действительно ли я та форма, с которой я себя отождествляю или может быть я что-то другое. Пока этот вопрос в человеке не возникнет, он может жить тихо, мирно, если условия позволяют это делать, и тихо и мирно умереть, как то, чем он себя знал. Если он себя знал, как человека - он умирает как человек, - он умирает. Потому что он знает себя как форму, а форма рано или поздно разрушается, любая, даже формы божеств разрушаются через какое-то время. И тогда человек сталкивается с фактом рождения и смерти, что есть само по себе суть страдание. Потому что все, что имеет форму, будет подвержено разрушению через какой-то период времени, и если человек себя знает как что-то, что имеет форму, он будет знать себя, как то, что умрет. И он будет жить с определенным стрессом от этой ситуации.

Поэтому то, что есть медитация - это возможность прийти к пониманию, к переживанию себя как того, что не имеет формы, а следовательно не определено, но при этом не есть нечто мертвое, а есть нечто живое, самоосознающее. Когда человек приходит к этому видению себя, в такую форму созерцания, он выходит фактически за пределы цикла рождения и смерти - это то, что называли дважды рожденный - рожденный во второй раз, но уже не как форма, а как некоторое самоосознавание. И соответственно он выходит за пределы цикла разрушения. Но что значит не самоопределяться - это не иметь собственности ни на тело, ни на ум, ни на эмоции, ни на энергию, да? Потому что все это есть форма. Если я через это не самоопределяюсь, то я свободен. Соответственно, я не был рожден и я не подвержен смерти. Потому что все, что может забрать смерть я уже отдал - я отказываюсь от этого прямо сейчас. Тогда, когда смерть приходит, она может забирать все что угодно, потому что я ничем не обладаю. Таким образом, это явление перестает быть стрессом.

Процесс самоисследования необходим для того, чтобы все это было открыто - не путем концептуального знания, а путем снятия самоидентификации сознания с объектами в самом сознании. И таким образом само сознание себя познает, как природу всех вещей, всей вселенной. И оно познает свою суть, как то что не было создано и не будет разрушено. И дальше, уже из этого состояния, человек продолжает жить. И жизнь лишена страха, потому что основой является чувство свободы. И соответственно его жизнь становится любовью, потому что любовь проявляется при отсутствии страха.

Вот этот цикл приходится пройти, он не случается самопроизвольно, во всяком случае, как показывает опыт. Если посмотреть на опыт человечества, многие люди жили достаточно мирно, иногда были времена спокойной жизни, но никто не пришел к пониманию, Кроме людей, которые задались вопросом об этом и начали цикл внутреннего исследования. И в общем-то статистика достаточно говорит сама за себя, чтобы игнорировать этот факт. мы должны сделать некоторое движение в сторону божественного, тогда оно откликается, но оно откликается на наше движение. Иначе все это закрыто.

И.: Это единственный путь развития, общий для всех или есть какие-то другие? Просто исходя из своего личного опыта, у меня как-то не так. Любой вопрос, который я могу себе задать, я тут же на него имею ответ, я о нем уже как бы знаю.

С.: Хорошо. Тогда давай с этим вопросом разберемся. Кто вы? Кто тот, кто находит ответы?

И.: Кто тот, кто находит ответы?

С.: Да.

И.: А это важно?

С.: Если вы можете ответить для себя на любой вопрос, ответьте на этот. Говорят, это самый важный вопрос, потому что вы можете знать все кроме знающего. Это ключевой вопрос. Вы можете знать всю вселенную, но если вы не знаете себя, вы не будете счастливы.

И.: А не достаточно быть формой, в которой проживает вселенная? Нет?

С.: А что это за форма такая, в которой вселенная проживает?

И.: Что-то не понимаю. Вот тело смертное. В нем проживает нечто. Меня все устраивает. Есть ответы на все вопросы. Даже скорее ответы прилагаются, а потом я понимаю вопрос.

С.: Пока я слышу о том, что вы говорите о теле, о том что кто-то проживает в этом теле. Но кто говорит? Получается, что вы не есть тело и вы не есть то, что проживает, вы некоторое третье лицо, которое констатирует это.

И.: Ну я могу и так и так смотреть на себя - и глазами вечности и глазами временности. И я могу присутствовать при этих диалогах.

С.: Вот кто это «я», которое все это может делать. Где оно, в каком месте в пространстве?

И.: Это так важно знать откуда, что, чего? Почему важно, объясните, зачем?

С.: Потому что это единственная возможность жить в мире и любви.

И.: Но у меня не возникает, у меня не возникало такого вопроса пока я не услышала, не прочитала. Я себе представляю как механизм, который... человек сам есть механизм реализации каких-то движений, направленных на улучшение условий, на улучшение качества жизни. Сидит нечто, которое знает путь, дорогу, карту, направление, все остановки всевозможные.

С.: Вы говорите об улучшении качества жизни, значит она вас не устраивает на данный момент времени.

И.: Я думаю, что улучшать можно до бесконечности. Это процесс, когда есть на рубль дороже.

С.: И вам этот процесс нравится?

И.: Это процесс познания, да он мне интересен.

С.: Тогда вы можете его продолжать.

И.: Ну я продолжаю.

С.: Вы можете заниматься этим, не задавая вопрос «кто я?», если вам это нравится. И многие люди это делают.

И.: И?

С.: И делают. Делают и делают.

И.: И потом узнают, что надо знать «Откуда я» и «Кто я».

С.: Не надо. На самом деле это должно возникнуть как нечто собственное, это не может быть навязано вам. Этот вопрос, он никому не навязывается. Здесь нет никакого навязывания идеологии или формы поведения, или образа жизни. Бывает так, что в некоторых людях самопроизвольно возникает желание разобраться наконец с тем, кто же все это усовершенствует. Кто делатель, кто тот, кто делает все это, кто тот, кто совершенствует тело, вселенную. Кто это?

И.: Кто это?

С.: Этот вопрос возникает? Если возникает желание в этом разбираться, то есть люди, которые могут в этом помочь. А если такой вопрос не возникает, то его не навязывают. Если не возникает, то вы занимаетесь тем, чем занимаетесь - кто-то занимается совершенствованием, кто-то занимается разрушением этого совершенствования - кто чем занимается. В жизни каждый чем-то занимается. Поэтому на сатсанге предполагается, что здесь собралась люди, которые заинтересованы сами в исследовании этого вопроса. Вопросы - «кто делатель?», «кто живет?», «кто совершенствуется?». Остальные занимаются чем-то другим, и в других местах. Здесь нет миссионерства, такого, что это надо всем знать. Это очень редкие люди, которым такая странная мысль приходит в голову: «кто я?», «был ли я рожден?», «умру ли я?», «что первично, я или вселенная в которой я живу?». Такие вот странные вопросы. И на них есть определенные ответы через понимание, через созерцание, через медитацию. Но это не всем интересно. Это интересно очень небольшому проценту людей, может быть одному из тысячи, из десяти тысяч.

И.: Я сейчас думаю, как я могу умереть, я просто воссоединюсь и все. Какое может быть страдание?

С.: Никакого. Просто на сколько это глубокое понимание, и на сколько вы так будете рассуждать, когда будете умирать?

И.: А я не умру.

С.: Вы умрете.

И.: Нет.

С.: Кто не умрет, тело-то умрет?

И.: Ну тело это ж временная форма.

С.: А что не временная, скажите мне?

И.: Все остальное.

С.: А что остальное? Где оно?

И.: Комплекс чувств, энергий, мыслей.

С.: Почему вы думаете так? Это такие же структуры энергетические, они так же разлетятся по вселенной.

И.: Еще есть нечто вечное во мне.

С.: А-а. Так вот что это вечное?

И.: Душа, я так ее называю. Я чувствую это как душу.

С.: Как вы ее чувствуете?

И.: Ой. Я от нее в восторге.

С.: Опишите ее. Если вы от нее в восторге, можете и описать, наверное?

И.: Ну это в конкретных в каких-то ситуациях. А так это, как нечто целое. Я знаю, что она труженица. Рабочая душа.

С.: Вы можете ее пригласить сейчас сюда, чтобы мы все посмотрели на это явление?

И.: Ну она сейчас здесь присутствует, если вы видите, конечно.

С.: Вот если видите, опишите ее. Что вы видите? Смотрите на нее и говорите.

И.: Я могу ее воспринимать в каких-то знакомых образах человеческих, как женщину в определенной одежде. Я могу ее и воспринимать, как такой сгусток живой, трепещущий, определенных размеров, ну мне трудно произнести какого размера, потому что это не в пространстве, поэтому как я могу это?...

СУМИРАН: Так а где вы? Вы здесь или это она?

И.: Одновременно. И я с ней иногда сливаюсь. И когда я с ней сливаюсь чуть-чуть, хоть краешком, то у меня такое тихое счастье становится.

С.: Когда вы говорите «я сливаюсь», вы опять создаете двойственность. Вы отдельно, она отдельно, иначе не могло быть вопроса о слиянии.

И.: Ну это временное слияние. Я же не могу сразу, вот как бы... Я же имею свой печальный опыт проживания, положительный и отрицательный.

С.: Так, все-таки, вы это вы, а душа это не вы.

И.: Да. Пока мы еще не одно и то же. Душа тоже образ. Ну, я иногда вижу ее как образ, как женщину воспринимаю.

С.: Когда вы говорите, что вы не умрете, вы от чьего лица говорите?

И.: Мой опыт, который я получила, он все равно останется в том вечном. Если она пришла получить этот опыт через меня, значит моя часть тоже с ней останется.

С.: Когда вы были ребенком вы все это знали?

И.: Я чувствовала, я не знала. Через, я даже не знаю как объяснить...

С.: Когда ваша душа вообще появилась, как вы думаете? Ваша именно, персональная.

И.: Я предполагаю сколько ей лет, но когда? Наши годы земли и космические, они несколько разные... Но, уже давненько.

С.: А что же было источником ее рождения?

И.: Мама и папа, такие же две души.

С.: А первичным?

И.: А первичным, наверно, то, что абсолют... не знаю, я так далеко не смотрела, мне было достаточно счастья мамы и папы.

С.: Вы понимаете, что то, что рождается, должно умереть, даже если это душа?

И.: Я думаю, что она воссоединится с целым. Могу ли я умереть в личностном?

С.: Да, в личностном. Любая обособленность это личностное.

И.: Да. Да я это понимаю. Ну это просто будет новая форма и все. Даже не форма, а форма проживания.

С.: А почему бы вам сейчас не отказаться от личностного подхода?

И.: У меня есть еще кое-какие дела не реализованные.

С.: Почему вы думаете, что без вас существование не позаботится об этих делах?

И.: Ну, не знаю, мне так кажется.

С.: Вы себя ставите выше Господа Бога?

И.: Нет. Нет. Просто я думаю, что он еще не призывает меня к уходу.

С.: Речь идет не об уходе, а об отсутствии чувства делателя. Вот вы думаете, что то, что вы делаете, это вы делаете, или это случается с вами?

И.: Это случается со мной. Я не сопротивляюсь этому. Я понимаю это, я иногда понимаю это.

С.: А если вы это понимаете, то может быть просто совсем сойти со сцены?

И.: Ну я же еще не все понимаю, еще далеко не все.

С.: А все и не надо понимать. Достаточно понимать, что жизнь через вас случается. И потом личностный подход к жизни, он не обязателен.

И.: Мне кажется, или я не права, что если даже я смогу самореализоваться в этой жизни и быть готовой идти к общему сознательно, мне не хотелось чтобы на земле оставался мой сын, полный страдания, мои внуки, полные страдания, мои близкие. Мне бы хотелось, чтобы все испытали тоже, и все бы достойно ушли. Вот такая тихая идиллия.

С.: Что значит искать реализацию в вашем понятии?

И.: Ну стать Богом, Богиней.

С.: У бога нет «моих внуков» - все люди его. Так, если вы станете Богом, у вас не будет «своих», персональных близких.

И.: Да, а тогда останется у Бога много общих детей, которые все равно страдают на этой земле, которые больше страдают, чем радуются.

С.: Как вы думаете, вы сначала станете Богом, а потом откажетесь от вашей собственности, или вы сначала откажетесь от собственности, а потом станете Богом?

И.: Наверное, откажусь сначала, а потом Богом. Наверное такой путь.

С.: Почему бы это не сделать прямо сейчас?

И.: У меня привязки сильные на земле. (Смеется) Хочется еще немножко в этой форме пожить.

С.: Я не говорю о форме, я говорю о привязанности. Оставайтесь в форме, но уберите все привязанности.

И.: Родные, близкие.

С.: Если бы вы перестали быть к ним привязаны, они бы очень огорчились?

И.: Может быть у кого-то проснулся утром и свободен, а я очень постепенно освобождаюсь от этого балласта, который нарабатала. И я вижу, как мои близкие очень огорчаются по этому поводу...

С.: От того, что вы от балласта освобождаетесь?

И.: Чем я более свободный человек, тем более запрессованы они. То есть для них это - просто поражение в жизни.

С.: Значит, что-то может быть с вашей свободой не так? Может ваша свобода - это свобода ведомая своей эгоистической потребностью?

И.: Ну, а почему... Может быть и так.

С.: Но это не есть божественная свобода. Ведь свобода в реальности та, которая не плюет на всех остальных...

И.: Ну плюет - это когда плюет. А когда пытаешься реализовать - это пытаешься реализовать.

С.: За счет остальных?...

И.: Почему именно за счет остальных?

С.: А почему они тогда напрягаются, чем больше у вас свободы, тем больше они напрягаются? Странное явление. Тогда получается, что вокруг Иисуса все были должны быть напряжены крайне, потому что он уже освободился.

И.: Ну это, надо подумать.

С.: Обычно мы видим обратное, когда человек святой - к нему люди тянуться начинают, им хочется быть рядом с ним. А если в момент вашего освобождения все начинают разбегаться, то надо задуматься о том, что это за явление.

И.: Когда освобождаешься, перестаешь себя так чувствовать как все действительно перестаешь, возникает вопрос: а кто тебя содержать-то будет. И всех это очень напрягает.

С.: Действительно. А кто вас будет содержать? А кто вас должен, собственно говоря, содержать?

И.: Никто не должен в том-то и дело, но позволяешь себе какие-то перерывы, которые все равно людей напрягают: почему ты не работаешь, как все одиннадцать месяцев в году и в общем все такое.

С.: Бывает, да, когда поведение не привычно, но если вы финансово независимы, я не думаю, что в этом может быть какое-то давление на вас. Вы можете работать один день в году, но если вы финансово независимы, кого это будет беспокоить?

И.: Я же проживаю не одна.

С.: Так если у вас собственный бюджет, какие могут быть беспокойства?

И.: Это у меня собственный бюджет, а у них - общий бюджет. Я считаю бюджет своим бюджетом, а они считают, что я жена.

С.: И должны...

И.: Да, все должна всем.

С.: Ну тут уже надо смотреть, потому что бывает неадекватность в отношениях, конечно. Но я не говорю о материальном плане, я говорю о психологической привязанности. Вы можете иметь деньги, но не быть привязаны, вы можете иметь детей, но не быть привязаны. То есть привязанность - это психологическое явление. Вы можете заботиться о их, но не быть привязаны. Это психологические явления, я не говорю вам отказаться от собственности, я говорю о том, чтобы психологически не чувствовать права собственности на какие-то вещи.

И.: Когда не чувствуешь на них собственность, они начинают обижаться. Им пусто в этом месте. Они на столько живут тем, чем живут и ты должен быть там, где ты должен быть, а когда ты свободен, людей это напрягает.

С.: Я могу понять, что людей может напрягать отсутствие внимания к ним, но не отсутствие собственничества. Когда мы пытаемся влиять на людей, как на собственность, мы как раз напрягаем их этим качеством. Если я не воспринимаю человека, как собственность, он чувствует себя свободным. Но сюда нужно привнести любовь еще, в это явление.

И.: Если я забочусь о своем ребенке, то я забочусь не о том, чистые ли у него носки - у него жена слава богу. А я забочусь о его душе бессмертной, чтобы она расцвела, чтобы она проявилась. Чтобы она заменила то, что я ему понадавала неправильно в свое время.

С.: А он вас просил о заботе о своей душе?

И.: А я не забочусь вопреки требованиям этой души, я просто пытаюсь не делать ему лишних осложнений.

С.: Ну это логично.

И.: Да. И я пытаюсь понять, если он делает так, значит есть причина по которой он это делает. А он считает, что по какой-то причине я равнодушна, я бесчувственная, я вообще не мама, а... табуретка.

С.: Просто нет понимания. Нужно, чтобы он понял. Ты должна не просто чего-то хотеть. Это искусство донести до человека, сделать человеку понятным посыл, показать то что ты хочешь.

И.: Я пыталась. И поняла что этого не надо делать. Человек созреет сам и со своей стороны сам сможет увидеть, в момент может быть своей смерти, и все понять. Не важно когда. Мне не нужна его оценка «спасибо мама». Мне не это главное.

С.: Ну если это не главное.

И.: Нет. Поэтому очень трудно в отношениях. Проживая в обществе это очень трудно, когда нет понимания с другой стороны.

С.: Это трудно, когда нет понимания еще и с вашей стороны. Потому что если вы будете ждать, когда изменится общество, вы никогда не дождетесь, оно уже пять тысяч лет не менялось. Почему вы думаете, что ваш сын должен быть каким-то исключением из общей структуры. Свобода - это личное отсутствие привязки, вы не можете ждать пока изменится кто-то. Или вы это делаете сами сразу или вы это не делаете, потому что сами что-то не понимаете или не хотите. Потому что вы можете быть свободны прямо сейчас. Прямо сейчас. От всего.

И.: Я уже однажды делала такой шаг. Просто уходила. Просто уходила, чтобы не мешать им своими поисками, своими ночными бдениями.

С.: Нет, это не действие на физическом плане. Это внутренне понимание, что вы ни чем не связаны, абсолютно ничем.

И.: Да, но я пыталась на внешнем плане их освободить, то есть полностью освободиться.

С.: Ну это уже какие-то детали вашей ситуации, они могут быть разные. Но дело в том, что если вы внутренне понимаете то, о чем мы говорим - не важно какие происходят жизненные ситуации - вы остаетесь свободны. Вы можете остаться в семье и быть свободны, вы можете уйти и быть свободны, внутренне вы знаете, что вы свободны. Потому что это явление именно внутреннего порядка. Это не явление внешнего порядка. А дальше уже само это явление будет определять вашу жизнь, исходя из понимания, из этого чувства свободы и мудрости. Это переживание непривязанности психологически должно быть очень глубоко понято.

(Встреча подходит к концу. Возникли еще вопросы)

И.: Свобода ведь разная и проявляется по-разному. Свобода, например, в творчестве.

С.: Да, существуют относительные свободы. Относительные в той или иной степени, и таких свобод много. Есть свобода в творчестве, свобода в искусстве, свобода от чего-то. И есть абсолютная свобода. То есть свобода, которая абсолютна.

И.: Но абсолютная свобода достигается путем каких-то ступеней.

С.: Нет. Дело в том, что абсолютное не достигается относительным. К абсолютному нельзя прийти, делая постепенные шаги. Абсолютное - оно совсем в другом измерении - это «квантовый» переход. Мы не можем, двигаясь в пространстве и времени, выйти за пределы пространства и времени. Поэтому абсолютная свобода не связана с постепенностью. Иначе она не будет абсолютной, она будет зависимой от чего-то. Если вы можете к ней прийти постепенно, вы так же можете ее потерять постепенно.

И.: Тогда у меня вопрос. Однажды я проживала состояние полной свободы от общества, от законов, от всего. Я была настолько одна, одинока, с ощущением не востребованности, хотя я стучала во многие двери. Мне не с кем было проговорить эту ситуацию, чтобы кто-то сказал, что это отстоится, это отпадет с каким-то развитием. Я поняла, что я влетела куда-то, где просто у меня нет опыта, мне не с кем поговорить, и я просила вернуться назад, я очень долго просила и я выпросила. И сейчас я опять в той же ситуации, но я уже сознательная. Я поняла теперь, что такое осознанная необходимость. То есть теперь я сую туда нос сознательно. И вот это ощущение повторности, то есть теперь я уже знаю, где я была, и я знаю как там. Это было какое-то краткое мгновение, частичка жизни, но я его помню. Сейчас все немножко по-другому и я теперь крепче стала, и я теперь не боюсь там остаться одна.

С.: Абсолютность в свободе, она связана не со свободой от чего-то, а со свободой от самого себя. Потому что самая большая связанность - это мы сами. Чтобы понять это надо медитировать, вдумываться: что значит быть свободным от самого себя?

И.: Еще раз, что надо делать?

С.: Вдумываться, медитировать. Пытаться увидеть, что меня делает не свободным от себя. Потому, что человек сам себе является тюрьмой. И вот понять эту свободу от самого себя, не от чего-то внешнего, а от себя, как от обособленности жизни - вот такая свобода является абсолютной. И в этой свободе нет того, кому будет одиноко, потому что он исчезает. То есть это не так, что «я свободен». Потому что это «я» - оно и есть проблема. Должна остаться только свобода, вы должны исчезнуть. Потому что в абсолютной свободе нет места для двоих. Нет того, кто свободен, есть только свобода. Нет персоны. Нет того, кто констатирует свободу. Нет того, кто говорит о ней. Есть только само явление, и это явление обладает качеством абсолютности. Пока есть личность, которая чувствует себя свободной - это еще иллюзия. Эта свобода относительна - рано или поздно она закончится.

И.: Личность закончится или свобода?

С.: Свобода личности.

И.: Мы говорим не о смерти?

С.: Нет.

И.: То есть останется только одна абсолютная свобода?

С.: Без того, кто ее имеет, переживает.

И.: А личность при этом не разрушается?

С.: Личность при этом разрушается абсолютно.

И.: Хм. Она трансформируется?

С.: Нет, она разрушается.

И.: Разрушается личность, что остается?

С.: Остается только свобода.

И.: На физическом плане...

С.: Тело продолжать жить может. Нет того, кто живет в этом теле, как личность.

И.: А-а, перегородки исчезают. Я не вижу перегородок - только паутину.

С.: Не важно. Нет ни паутины, ни того кто ее видит.

И.: А-а, и того кто ее видит тоже нет?

С.: Тоже нет. И того кто ее не видит, тоже нет.

И.: Тогда я не понимаю. Это надо там оказаться, чтобы...

С.: Это точно, это понять нельзя. Надо там оказаться.

И.: Расширение сознания называется... Все равно не понять. Но почувствовать же можно? То есть когда ты там, ты знаешь что ты там.

С.: Когда ты там, ты не знаешь, что ты там. Это когда ты здесь, ты думаешь, что ты знаешь, что ты там.

И.: А когда, когда... А-а, мы ж не понимаем... Мы же это только проживаем да?

С.: Это только случается. С теми кто очень хочет.

И.: Это нельзя выманить, это нельзя заработать, это можно только как милость получить?

С.: Это можно получить, как милость, но то, что требуется от человека - это очень искренняя устремленность к этому.

И.: Очень искренняя устремленность?

С.: Да.

И.: К свободе?

С.: К свободе.

И.: Ну мне как-то трудно этот вопрос решить. Если я так искренне устремлюсь к свободе, не нарушит ли это покой моих близких. (смех в зале)

С.: Это уже не имеет никакого значения. Даже если вся вселенная рухнет - это уже значения не имеет. Только если такая устремленность есть, тогда это может случиться. Пока

вы думаете о близких - можете не беспокоиться - ничего не произойдет. Это должно быть такой страстью, что кроме этого вас ничто не беспокоит.

И.: Как может быть такая страсть к тому, чего нельзя никак идентифицировать?

С.: Вот это вот таинство. Это таинство, но это случается с некоторыми людьми.

И.: То есть это все равно что в темноте делаешь шаг и оказывается, что это обрыв и... можешь упасть в сено, в реку.

С.: Поэтому говорится о доверии к жизни. Если у человека нет доверия к существованию, доверия жизни...

И.: Это я к такому подошла? Ничего себе.

С.: Почему нет?

И.: А стена сама уберется или ее нужно убрать? Можно ли ее как-то сознательно убрать?

С.: Нельзя. Только милость. От человека требуется только искреннее желание.

И.: Принять, не сопротивляться?

С.: Да. И готовность отказаться от всего остального.

И.: Не вставая с места, от всего?

С.: От всего, не вставая с места. Можете попробовать прямо сейчас.

И.: Попробовать? А что значит попробовать?

С.: Попробовать не вставая с места от всего отказаться. Это не сложно. Просто все, что вы имеете - это все ваши идеи.

И.: Я от всего отказываюсь, мне только жаль своих песен. (смех в зале)

С.: Ничем не могу вам помочь. За вас отказаться никто не может. Пока чего-нибудь жаль - это как раз и есть эта паутина. Все ваши «жаль» создают эту паутину, когда последнее жаль исчезнет, паутина тоже исчезнет.

И.: Я так понимаю это мое последнее, не прожитое еще в полной мере.

С.: Проживайте в полной мере, если вам это необходимо.

И.: Конечно необходимо. Мне, как всякому творцу, хочется кому-то это отдать. Хочется чтобы люди взяли. Даже если не возьмут, все равно отдать.

С.: Ну так и отдайте все сразу, оптом.

И.: А-а, вот это, вот это для свободы? Вы гарантируете, что я тогда...

С.: Гарантирую. Если все отдадите - в тот же момент получите.

И.: Так, надо подумать, что отдавать.

С.: Нет, все. Тут не думать - все отдавать, включая даже свою душу.

И.: Да?

С.: Ну а что, собственность на душу, это ж тоже собственность.

И.: Ну да. Но ей не будет от этого плохо?

С.: Она только порадуется. Она найдет нового хозяина. Это уже будут ее проблемы, но не ваши. Вот скажите, когда вы все отдадите, кем вы станете?

И.: Никем.

С.: Точно.

И.: Вообще никем.

С.: Точно.

И.: А тот, кто стал никем, тот станет всем.

С.: Точно.

И.: Я же это знаю.

С.: Теперь надо это делать. Знать мало. Надо это делать.

И.: Делать... Ну как же это делать-то?

С.: Просто перестать обладать, думать что вы чем-то обладаете. Вот как вы стали чем-то обладать? Вы все время думаете, что «это мое».

И.: Я стала чем-то обладать?

С.: У тебя мысли «это мое». Вот теперь вы можете заменить мысль «это мое» на «это не мое». И далее страдание заканчивается.

И.: Вот оказывается в чем дело. Мысль. Я всегда так думала, что это уж что-то сильно умное для меня.

С.: И мысль тоже не ваша. Ничего вашего нет. Вы пустота, в которой все проявляется, и в которой все исчезает.

И.: Пустота, в которой все проявляется, и все исчезает в ней же?

С.: Конечно. Вот посмотрите. Закройте глаза. Откуда возникает мысль?

И.: А картинка это тоже мысль?

С.: Картинка, откуда она возникает?

И.: Не знаю, я вижу..., они меняются, как из рога изобилия. Значит это не пустота.

С.: Сам рог изобилия где находится?

И.: В голове. Я его в голове чувствую.

С.: Неплохо понаблюдать за всем этим, откуда же возникают мысли, эмоции, чувства. Куда они исчезают.

И.: А как это понаблюдать. Ну я вижу, как мысль появляется, потом она уходит.

С.: Вот куда, куда она уходят?

И.: А как это наблюдать? Она просто растворяется.

С.: В чем?

И.: В чем?! А, в чем, в чем?

С.: Ни в чем!

И.: В пустоте.

С.: А возникает откуда?

И.: Из пустоты.

С.: Из пустоты. Вот это и есть истина.

И.: Как это?

С.: Вот так. Если мысль возникает из пустоты и исчезает в пустоте, то что есть сама мысль?

И.: Я думаю, что это какая-то проявленность пустоты, которая потом растворяется.

С.: Так и есть, но проявленность пустоты есть пустота.

И.: А мысль тогда что, сгусток пустоты?

С.: Она пустотна по своей природе.

И.: Мысль?

С.: Конечно. Из воды можно сделать только то, что состоит из воды, все сделанное из пустоты, будет состоять из пустоты.

И.: Неудачный пример, можно сделать и лед и пар.

С.: Но природой будет вода.

И.: Да, но это же будет трансформация. Так же из пустоты и мысль - трансформация?

С.: Конечно, она из пустоты выходит, туда и возвращается.

И.: Это хорошо или это как? Так и должно быть?

С.: Так есть. Просто это видно, если наблюдать за этим.

И.: А смысл-то в чем, просто наблюдать за тем, как она приходит и уходит?

С.: Смысл в том, чтобы увидеть, что мысли не являются тобой, образы не являются тобой, эмоции не являются тобой, потому что ты их можешь воспринимать, как объекты.

И.: Но то, что эмоции приходят и меня как тело штормят, это я понимаю.

С.: Тело - тоже не ты. Ты же его наблюдаешь, как мысли и эмоции.

И.: А кто ж тогда я?

С.: А ты тот, кто все это наблюдает.

И.: А я как-то наблюдаю не со стороны наблюдателя, а как-то изнутри.

С.: Как бы ты не наблюдала, ты это наблюдаешь. Наблюдатель сам себя наблюдать не может. Если ты что-то наблюдаешь, значит есть дистанция для наблюдения, значит ты не являешься тем, что ты можешь наблюдать.

И.: Не являюсь ни мыслью, ни образом? Значит есть какой-то зазор между мной и этим?

С.: Это говорит о том, что ты не являешься всем этим.

И.: Ну и слава Богу.

С.: Значит ты являешься тем, что никогда не может быть воспринято, как объект. Ты себя никогда не можешь увидеть. Ты есть то, что видит все, но само никогда не будет познано, как объект.

И.: А это истина? Познать себя невозможно?

С.: Конечно. Как объект.

И.: А что возможно?

С.: Просто знать это. Ты понимаешь, ты просто знаешь, что ты есть то, что знает все, но что никогда не может быть познано. И просто живешь с этим пониманием.

И.: Получается, это очень небольшая точка, сгусток, очень концентрированная, которая имеет видение, слышание, ощущения...

С.: Это даже не точка. Это вещь в себе. Если бы это была точка, то это могло бы быть как-то переживаемо. Это можно назвать пустотой.

И.: Вы меня озадачили. Как ничто может обладать таким гигантским наблюдающим качеством? Как?

С.: Вот так.

И.: То есть значит оно не наблюдает себя, оно просто этим и является.

С.: Это его проявленная форма, можно так сказать. То есть все объекты - это проявленная форма пустоты.

И.: М-да. И что? Вы говорите, пустота как бы сгущенная до мысли, до образа. А пустота она и есть пустота. Мысль является откуда-то из пустоты.

С.: Поэтому все, что мы видим - пустотно. Как когда видишь сон - ты видишь целую вселенную. Она существует? А куда она девается, когда ты просыпаешься?

И.: В память, в архив.

С.: А как она разворачивается?

И.: Когда я хочу, я ее вспоминаю, она наполняется переживаниями.

С.: Что дает энергию твоему сновидению? Из какой энергии создается вселенная, когда ты спишь?

И.: Это Бог работает, по-моему.

С.: Это просто слово. Это ты привносишь Бога, чтобы объяснить то, что ты не можешь понять.

И.: Иногда душа работает со мной конкретно по какой-то ситуации, которую я должна понять. Иногда мне дается ситуация для работы.

С.: Когда ты спишь глубоким сном, без сновидений, ты чувствуешь тело?

И.: Нет.

С.: А душу?

И.: Нет.

С.: Значит душа вторична относительно твоего существования. Чтобы видеть душу нужна ты. Поэтому ты являешься первичной. Твое сознание, твой свидетель должен быть, чтобы были боги, душа и все остальное, чтоб мы могли об этом сейчас говорить. Когда ты будешь без сознания - ничего не будет. Поэтому твое сознание первично.

И.: И что?

С.: И дальше ты должна найти источник этого сознания. Откуда оно возникает,

И.: Но я по-моему всегда присутствую. То есть я... Я часть всего на свете, все что существует. А иначе как бы я могла почувствовать муравья, общаться с вашим сознанием, с чьим-то еще, если я не являюсь всем одновременно?

С.: Если ты знаешь, что ты являешься всем одновременно, тебе не надо совершенствоваться. Ты уже закончила свое совершенствование.

И.: Я это сейчас только поняла. Вот когда это говорю, я это осознаю.

С.: Соответственно, если ты это понимаешь, то дальнейшее развитие прекращается, потому что целое всегда целое, оно завершено.

И.: Я же часть целого, я же еще не целое, я же еще не соединилась.

С.: Это идея, которую ты сама создаешь.

И.: А-а, то есть правильно было бы ощущать себя все-таки целым?

С.: По-моему да. Но над всем этим нужно подумать. Приходи сюда, побудешь умной немного.

Лекции, прочитанные на семинаре «Магия действия»

в декабре 2005 г. в Санкт-Петербурге.

Причины неспособности человека разрешать свои ситуации:

1) оторванность действия от понимания

2) оторванность понимания от действия

Целостный подход: понимание переходит в действие, а действие рождает понимание. Способность действовать - это следствие полноты понимания.

Рабочий словарь:

Источник = природа Сознания = Абсолют - То, что рождает всё.

Творец = Сознание = Разум - первичное переживание «Я существую».

Творение = переживаемые феномены в Сознании - проявленная вселенная.

Интеллект - это способность человека мыслить или его ментальное тело.

Творение является грезой Творца, он создает время и пространство для существования объектов. Человек - часть Творения. Неоднородность пространства тождественна энергетическим феноменам, она нестатична.

Объекты не существуют, условно мы называем объектами явления, изменение которых во времени незначительны или незаметны с позиции данного наблюдателя.

Человек - это течение энергии, т.е. не существительное, а глагол.

В связке «Источник - Творец» отсутствует время, хотя в связи с возникновением двойственности уже существует тонкая структура пространства. При появлении объектов Творения структура пространства становится более проявленной и появляется время, как функция пространства, которое переживается через взаимодействие объектов между собой.

Чувство течения времени и пространственных характеристик зависит от психической организации существа.

Понимание человека и его ситуации возможно более полно глазами Творца, через Разум, чем глазами человека через интеллект. Некоторые аспекты Творения невозможно понять через интеллект, т.к. он является следствием пространства и времени и не в силах понять их природу. Следствие не может понять причину. Разум, предшествующий пространству и времени, может более глубоко войти в природу этих явлений, а так же и в природу всей множественности феноменов, включая человека.

Ситуацию человека нельзя ясно увидеть изнутри, необходимо посмотреть на человека, как на одно из явлений во вселенной из состояния безличностного Разума.

Объекты - это переживания в Сознании (в Творце). При отождествлении Творца с совокупностью переживаний в Творении возникает «живое существо». Человек - это ряд последовательных переживаний в сознании Творца плюс память об этих переживаниях, которая тоже является переживанием.

Энергетическое пространство Вселенной можно условно разделить на 5 составляющих:

Тело творца (Бытие)

Причинное тело

Ментальное тело

Эмоциональное тело

Физическое тело + биоэнергия

Тело человека и другие объекты возникают как совокупность энергетических неоднородностей тела Творца. Так появляется форма.

Переживания - это тонкие объекты в Сознании. При отождествлении с ними Сознания они становятся «субъектами» или «живыми существами».

Часть явлений в Творении Сознание переживает как «не-я», другую часть как «я», создавая иллюзию разделенности в непрерывном пространстве жизни.

Жизнь человека состоит из того что с ним происходит и его отношения к тому, что с ним происходит. То что с ним происходит, связано с его способностью понимать и использовать законы, по которым функционирует феноменальная вселенная. Эта способность заложена в интеллекте человека.

Отношение к тому, что с ним происходит, заложено в Сознании и зависит от степени поглощенности Сознания переживаемыми явлениями и от пробужденности Сознания к своей природе.

Переживания, которые формируют человека, важны для него всегда (те переживания, которые он называет «я»). Остальные переживания важны для него настолько, насколько они связаны с переживаниями, формирующими его самого. Если какое-либо переживание путем снятия самоотождествления с ним Сознания перестает быть частью «я», то значимость этого переживания для данного человека перестает иметь абсолютный характер и оно переходит в разряд явлений, которые определяют его жизнь настолько, насколько они коррелируют с теми переживаниями, которые он продолжает называть собой.

Человек находится либо в комфорте, либо в дискомфорте. Дискомфорт и комфорт, боль и удовольствие - переживания в Сознании, являющиеся энергетическим эффектом, вызванным взаимодействием других видов энергетических потоков. Боль и удовольствие, дискомфорт и комфорт переживаются не человеком, который сам является связкой переживаний, а Сознанием, переживающим также и человека. Следовательно, боль, удовольствие и человек - это явления одного порядка. Более того, боль и удовольствие являются не чем-то внешним по отношению к человеку, а двумя видами переживаний, которые входят в группу переживаний, определяемых нами как человек. Дискомфорт, комфорт, боль и удовольствие - неизбежные чередующиеся фазы человеческого ограниченного существования. Они являются следствием движения энергетических потоков внутри и вне человека и их взаимодействия.

Все переживания делятся на приятные и неприятные.

Эффект амбивалентности:

- неоднородность реакций разных систем, составляющих человека, на

один и тот же объект в один момент времени;

- неоднородность реакции одной и той же системы человека на один

и тот же объект в разные моменты времени.

Поскольку, как энергетическая система, человек всегда неоднороден и меняется во времени, на этом уровне ситуация амбивалентности неразрешима.

Человек - это фабрика по переработке энергии, включающая в себя следующие центры:
двигательный

эмоциональный

ментальный (интеллект)

причинный

Работа центра: получение энергии,
интеграция энергии (усвоение),
отдача энергии (либо вовне, либо перевод в другие центры).

Получение и отдача происходят и в вертикальной и в горизонтальной плоскости.

Правильность баланса получения, интеграции и отдачи энергии переживается как комфорт или удовольствие. Нарушение баланса - как дискомфорт или боль.

Нарушения, которые переживаются как дискомфорт или боль могут быть следующими:

1. Неспособность системы принимать энергию.
2. Неспособность системы усваивать энергию.
3. Неспособность системы отдавать энергию (сбой в выведении).
4. Неспособность системы менять свой режим функционирования в зависимости от изменения внешних и внутренних обстоятельств.
5. Энергия во вселенной может находиться в двух состояниях: «статическом» и динамическом. Их совокупность формирует объекты и их взаимодействие. Нарушение может быть вызвано несоответствием силы энергетического потока возможностям энергоносителей («статических» систем).

Подход, заключающийся в «магии действия», является универсальной системой балансировки любых сложноорганизованных энергетических систем, в т. ч. человека.

»Магия действия» представляет сочетание глубокого интеллектуального понимания феноменальной вселенной, тонкости и многомерности ее восприятия, а так же способности создавать энергетическое подтверждение своему пониманию.

Помимо этого в «магию действия» входит осознание того Источника, из которого рождается и в котором заканчивается любая форма активности проявленной вселенной.

В здоровом состоянии связь между центрами возникает и прерывается по мере необходимости и используется для оптимизации процессов внутри организма и его адаптации к внешней среде.

В патологическом состоянии связь между центрами присутствует постоянно или отсутствует вообще.

Также возможно неадекватное функционирование включения и выключения систем связи. При такой ситуации центры при взаимодействии разбалансируют работу друг друга.

Приведение организма или ситуации в состоянии сбалансированности состоит из диагностики нарушений и коррекции этих нарушений. Для диагностики необходима способность объемного и ясного восприятия ситуации плюс способность глубокого понимания

воспринимаемого. Для коррекции необходимо иметь способность привносить в ситуацию необходимое количество нужной для ее балансировки энергии. Эта энергия может быть добыта либо из внешней среды, либо генерированием внутри самого организма или системы.

Система может подвергаться горизонтальным и вертикальным влияниям.

Горизонтальное влияние: внешнее воздействие на систему вибраций имеющих частоту того же порядка, что и сама система.

Вертикальное влияние: воздействие систем, вибрирующих на разных частотах, друг на друга.

В теле вселенной существуют только вертикальные формы перетекания энергии между системами, поскольку для нее не существует внешней среды в отличие от любого другого объекта, ограниченного формой.

Потребности и желания.

Потребность - это чувство дискомфорта, формирующееся непосредственно в системе, нуждающейся в коррекции энергетической структуры. Потребность укоренена в настоящем.

В связи с движением энергии потребности являются неизбежными переживаниями и естественным состоянием организма. Потребности можно и нужно удовлетворять.

Желание - это чувство дискомфорта, находящееся в ментальном теле, возникающее как следствие способности интеллекта создавать образы объектов и стремиться владеть этими образами. Желание укоренено во времени.

Наряду с другими образами, человек создает образ себя. Желание быть самим собой не может возникнуть не у тела, не у Сознания. Оно возникает только в интеллекте.

Конструктивное функционирование интеллекта - помощь в удовлетворении потребностей других систем на основе понимания их функционирования.

Деструктивное функционирование интеллекта - создание желаний (в виде образов, в т. ч. образа себя, привязанности к ним или избегания их) на основе прошлого и будущего.

Переживание боли и удовольствия не требует наличия интеллекта.

Переживание страдания требует наличия интеллекта.

Системы более тонко организованные, чем ментальное тело, так же могут страдать, т.к. они имеют свои уровни интеллекта.

Страдание вызвано сопротивлением факту боли, связанным с интеллектуальным несогласием человека принимать этот факт.

Наличие или отсутствие ментального или причинного сопротивления боли и привязанности к удовольствию дает наличие или отсутствие страдания.

Более тонкая форма страдания вызвано отождествлением Сознания с формой и сохраняется даже при отсутствии интеллектуального сопротивления фактам жизни. Эта форма страдания уничтожается только после осознания своей истинной природы.

Эти два вида страдания вызваны не событиями, составляющими судьбу тела, а иллюзорными ограничениями, налагаемыми на природу Сознания пространством (через форму) и временем (через интеллект, создающий прошлое, будущее, образ себя и поглощенный желанием и становлением).

Переживания опираются на Переживающего, опыт опирается на переживания, память опирается на опыт, знания опираются на память, образ себя опирается на знание.

Так возникает поглощенность Сознания временем.

Знай себя как Переживающего, а не как образ и будь Счастлив!

Мысль «я есть это» тождественна отождествлению с объектом, она рождает мысль «это моё» (об обладании вещами, людьми), которая в свою очередь вызывает привязанность, вслед за ней возникает страх потери, из которого рождается агрессия.

Так возникает поглощенность Сознания пространством.

Пресекай мысль «я есть это» и будь Счастлив!

Исследование Эго-фактора

21 марта 2007 год

У нас на удивление постоянный состав. Если сделать фотографию, не возможно будет сказать какая это группа - осенняя или весенняя. Сидение - удивительная вещь, потому что эти группы по дзен не возможно профанировать. Если есть какая-то активность, то в ней качество можно заменить какой-то формой, количеством, а в дза-дзен люди могут приносить красоту в этот процесс только из самих себя. В танце может быть красивое движение, в пении красивый голос, т.е. можно не одухотворять это, но, тем не менее, производить какое-то впечатление. А вот впечатление в сидении произвести сложно, если оно не несет какого-то глубинного содержания. Поэтому, на мой взгляд, это одна из самых чистых форм выражения сакрального, потому что больше ничего нет, есть только присутствие в чистом виде. Насколько человек внутренне красив, настолько сидение становится магнетичным и сам процесс становится более захватывающим. Сегодня мы первый день посидели и сразу возникает это пространство, которое само за себя говорит. Здесь есть люди, которые способны наполнять это пространство определенным содержанием и если у человека есть какая-то чувствительность, он будет это чувствовать.

У меня перед Питером был семинар в Удомле и один из участников рассказал о том, что во время сидения он попал в очень глубокое состояние наблюдения и в этом состоянии возникло ощущение, что кто-то знает об этом состоянии и возник вопрос: если кто-то знает об этом

состоянии, не является ли тот кто знает очередной эго-структурой, которая знает какое-то глубокое состояние. Возник вопрос о знающем: кто знает? У этого участника возникло беспокойство о том, не является ли это эго, которое знает что он находится в состоянии созерцания, покоя, не является ли оно-ловушкой. Кто знающий, который знает о покое? Вопрос важный и мы сейчас попробуем разобраться.

Внутри нас есть знающий и он знает не только о том, что мы находимся в покое или мы находимся в экстазе, или мы находимся в удовольствии, он также знает о том, что мы находимся в боли, в страдании. Кто-то внутри нас знает обо всем этом. Кто этот знающий, не является ли этим знающим эго? Кто внутри нас знает обо всем, что с нами происходит в жизни? Начиная с самых простых вещей и кончая какими-то необычными переживаниями. Кто знает? Это эго или не эго? Какие варианты?

- Если дают объяснения из каких-то толкований...

- А если не дают, то кто?

- Если есть любовь и нет вовлеченности, то не эго.

- А кто?

- Сознание.

- Сознание. Да, это знающий, который знает обо всем, не только о внутренних процессах, но и о внешних. Например, восходит солнце и мы знаем что солнце восходит, т.е. кто-то знает, что взошло солнце, это вид знания. Когда у меня повышается температура, я об этом знаю, это тоже вид знания и есть знающий, который об этом знает. Говорят, что такова природа сознания - знать, оно как зеркало отражает. В Китае говорят, что это древнее зеркало и природа зеркала знать. Когда вы появляетесь перед зеркалом, зеркало вас отражает, т.е. оно знает о том, что вы появились перед ним. И само отражение есть его форма знания, т.е. отражая вас, оно знает таким образом, что вы перед ним стоите. Другое качество зеркала - то, что оно не запоминает ваш образ. Т.е. когда вы возникаете, когда вы есть, оно о вас знает, когда вас перед ним нет, оно о вас ничего не знает, потому что вас нет. Эти два качества - способность знать, т.е. способность отражать путем знания и способность не запоминать, т.е. не накапливать на себе пыль, существуют в этом знающем. Когда рождается человек или любая другая форма, он знает, т.е. возникает знание о том, что что-то родилось, какой-то объект появился и кто-то об этом знает, возникает знание или осознание тела. Что такое осознание тела? Это знание, т.е. кто-то начинает знать о том, что есть тело, и через него проживаются какие-то переживания. Так вот, реально существует этот знающий и природа или вселенная, то, что на Востоке называют пракрити. Знающий знает о вселенной, он ее переживает и соответственно вселенная возникает для него.

В том числе и через нас кто-то знает об этой вселенной, кто-то знает о нашем теле и знает о других людях, о солнце, о звездах. Т.е. есть знающий, которого называют ниргуна(то что за пределами гунн), или Шива и есть вселенная, пракрити или Шапти, о которой он знает.

Получается что есть два явления: пракрити - природа и Шива, который о ней знает, т.е. ни о каком индивидуальном знающем здесь речь пока не идет. Природа отражается в зеркале Абсолютного. Соответственно зеркало существует, потому что кто-то знает об этой природе, об этой вселенной. Эти два явления, природа и знающий о ней самоочевидны, мы не можем отрицать их. И теперь надо понять - что такое эго, где и как оно появляется между двумя этими явлениями - между природой и видящим, между Шивой и Шапти. Знать о том, что вы

переживаете экстаз, боль, удовольствие или радость - это не есть эго, это ваша способность, т.е. что бы в этой вселенной не случилось, Знающий будет знать об этом, его природа отражать. Поэтому любое явление, которое появляется в этой вселенной как энергия, тут же отражается в зеркале Абсолютного и становится знанием. Например, появился ребенок. Что значит он появился? Это значит кто-то о нем знает. Соответственно, как только появляется форма, сразу появляется отражение этой формы в виде знания. Поэтому во вселенной ничто не может родиться как энергия без того, чтобы не отразиться в этом абсолютном зеркале. И природа постоянно воспроизводит тысячи и тысячи новых форм, новых переживаний в этих формах, и все эти формы, как только они возникают сразу отражаются в зеркале Абсолюта. Потому что Абсолют все время присутствует, как если вы перед зеркалом что-то проносите, оно с неизбежностью отражает, т.е. вы не можете обмануть зеркало.

Так вот зеркало Абсолюта отражает и его свойство знать и поскольку Абсолют проявлен внутри человека, то ваше изначальное свойство знать, т.е. вы знаете обо всех чувствах, мыслях, эмоциях, ощущениях, вы все это знаете. Откуда вы знаете? Ваша природа - знать, для этого вам не требуется никаких усилий, вы на самом деле не можете не знать, если что-то появляется, то вы это отражаете как основа. И где появляется личностное отношение? Личностное отношение возникает, когда между Знающим и знанием появляется собственник, претендующий на переживания или на знания. Этот собственник связан со способностью человека размышлять, т.е. думать и создавать мыслеобразы. И вот одна из этих мыслей или мыслеобразов, так называемая я-мысль. Это просто мысль, которая претендует на владение теми эмоциями, чувствами или переживаниями, которые знает Знающий. На самом деле знает Знающий и переживает Знающий, или переживающий, это он переживает и чувствует. Но появляется я-мысль и говорит: «Это я чувствую». Допустим, вы порезались и возникает знание о боли, т.е. есть боль. Кто знает о боли? Та основа, то Абсолютное, оно отражает факт того, что вы порезались и отражает факт того, что это больно. Далее внутри вас возникает мысль: «это мне больно, это я порезалась и я знаю, что мне больно», т.е. возникает некоторая концептуальная прослойка между зеркалом Абсолютного и энергией, которая есть порез. И эта мысль начинает практически в каждое переживание, которое знает Знающий, вносить дополнительный компонент, т.е. не просто Знающий знает о чем-то, а возникает мысль, которая говорит: «я обладаю этим, я владею этим переживанием». Переживанием эта мысль вообще не владеет, переживание не возможно без Знающего, сама мысль не может ничего пережить, переживает Знающий внутри вас. Но потом возникает мысль и говорит: «это я переживаю», т.е. я, как некоторая обособленная едница, какое-то живое существо, какая-то личность, это я переживаю боль, я переживаю удовольствие, я переживаю страх. Эта прослойка я - мысли, вклиниваясь между природой, между энергией и зеркалом Сознания, создает иллюзию некоторой, якобы живущей, структуры, которая переживает эту жизнь, т.е. она наглым образом пытается предъявить права на те переживания, к которым она вообще никакого отношения не имеет. Почему не имеет? Потому что как мысль она не может ничего переживать, она не может ни о чем знать, но она может претендовать на эти знания или на обладание этими знаниями, этими чувствами или этими эмоциями.

Поэтому что такое работа по разрушению эго? Это когда вы начинаете видеть, что это я, или «мне больно», «я радуюсь», это я -на самом деле является мыслеобразом. Потому что Абсолют действительно радуется, переживает боль, но он никогда не якает, он просто переживает, он знает что есть боль, есть печаль, есть рождение. Когда объект появляется, Абсолют знает, что объект появился, когда объект исчезает, разрушается, Абсолют знает, что объект разрушен, но он никогда не якает, не говорит, что я это знаю. Он просто знает и все. Но эта якалка много якает, она говорит: «О, какое я переживание пережила». Абсолют как зеркало, когда он знает - он знает, пока какой-то объект перед зеркалом, зеркало знает о нем, когда объект исчез, переживание закончилось, зеркало ничего о нем не помнит. Настоящий Знающий не может сказать: «я переживал что-то или я знал», потому что у него нет прошлого и будущего.

Как у зеркала: оно не может говорить: «Я вчера отражало». Вы к нему подойдете, а оно скажет: «Я вчера отражало Иванова, он проходил мимо, я его отражало, а позавчера Петрова, а позапозавчера не помню, надо к психоаналитику сходить, надо поднять подсознание». Это проблемы ложного знающего, потому что истинному Знающему незачем запоминать, потому что каждый момент он переживает тысячу новых впечатлений, как зеркало каждый момент отражает тысячи, тысячи новых переживаний, и оно не запоминает, нет смысла. Зачем запоминать что-то, когда все время есть свежие переживания для этого зеркала Бытия или Абсолютного. А вот это я, которое говорит: «Это я переживаю», «О, я переживала экстаз», оно начинает индугировать. Оно его не переживало, это первое, переживала основа, Абсолютное. Но появляется эта я-мысль и когда переживание заканчивается, она говорит: «О, так это ж я, наверное, переживала. Как я его переживала!». Ей хочется об этом рассказать, повторить это переживание. У этого «я» всегда есть проблемы: как удержать, как повторить. Основа богата, она творит тысячи новых форм, эмоций, какой смысл помнить старое, когда в любой момент ты можешь творить миллионы новых переживаний. А вот это «я» само по себе ничего пережить не может и ничего нового воспроизвести тоже не может, поэтому оно очень любит копаться в старых воспоминаниях. И оно говорит: «Это я владею, это я переживало». Люди приходят и говорят: «О, ты знаешь, я переживал...», и сразу становится понятно, кто переживал, с кем я разговариваю. Потому что Абсолют не будет говорить: «Я переживал...» или «Я буду переживать», он переживает то, что происходит сейчас, а не то, что вчера происходило. Человек может быть и переживал что-то, может быть через него переживались действительно красивые состояния, но переживались этим Знающим. Но красивых состояний уже нет, осознания Знающего тоже нет, осталось только «я», которое рассказывает теперь, как оно все это переживало. И в человеке остается? Красивых переживаний нет, Знающего он забыл, осталось только это «я», которое сидит и красуется. Получается совершенно не с кем общаться, только с этим «я». И вот это «я», которое рассказывает о том, что переживал Знающий, но уже от своего лица, «я переживал», оно постоянно, как прослойка вписывается. Т.е. как только Знающий о чем-то знает, появляется «я» и говорит: «О, так это ж я это знаю, это ж я это переживаю». Оно как некоторая концептуальная или ментальная промежуточная фаза, которая постоянно существует. Если бы ее не было, что было бы? Был бы только Знающий, чистый Знающий, и была бы природа. Жизнь и тот, кто о ней знает и больше ничего. Соответственно это состояние реализации - есть знающий и есть то, о чем он знает. То, что он знает - это этот мир, это энергетическая или динамическая составляющая, а тот Кто знает - это потенциальная составляющая, которая есть зеркало этой динамической составляющей. И они вдвоем составляют то, что называется жизнь, эта вселенная. Но существует способность ума создавать обладателя, т.е. того, кто думает, что он владеет переживаниями или жизнью, или живет эту жизнь. На самом деле он ее не живет, но он претендует на то чтобы ее жить, чтобы владеть переживаниями и т.д. Естественно потом он начинает хотеть просветлеть, хочет владеть просветлением. Как он может им владеть, если просветление означает то, что его нет. Т.е. когда его нет - это значит просветление, а он хочет этим владеть. И такой подход дает ясность, что это - это просто способность ума создавать концепцию обладания. Возникает мысль «я этим обладаю». Т.е. не просто «я знаю об этом», «я знаю» - это просто знание, а «я владею». Или «я переживаю», но переживаю или знаю не от лица целого, а я это знаю как некоторая личность и переживаю как личность. На самом деле личность ничего не переживает, ее вообще нет, это просто маленькое завихрение в уме, очень маленькое, от которого очень легко избавиться, если просто понять как оно действует. И когда вы все это понимаете, как вы начинаете жизнь переживать - просто чисто. Т.е. вы знаете, что кто-то вам понравился, кто-то вам не понравился, что-то вам подходит, что-то не подходит, вы это знаете прямым знанием и не позволяете этой мысли создавать индивидуального знающего. Индивидуального знающего не существует. Знающий имперсонален. А мысль хочет создать персонального знающего или персонального переживающего. Вы должны увидеть, что персональный знающий, т.е. персональная форма переживания жизни, «я это делаю, я это переживаю», это всего лишь ментальное подсознательное движение. Если у вас этой пластинки персонализирования не будет, т.е. вы

переживаете, но не персонализируете это путем идеи, то вы увидите, что то, что вы знаете - это не персонально, т.е. через вас Оно знает об этой вселенной и знает о вашем теле. Ваше тело отражается в Знающем и поэтому вы знаете, что у вас есть тело. Кто знает? Он знает, что есть тело, что во вселенной родилось какое-то новое тело. И Знающий постоянно отражает все, что здесь происходит. И если вы будете внимательны к мысли, то, возможно остановите этот персонализирующий процесс. Остановка этого персонализирующего процесса, когда вы делаете вид, что живете от лица персонального знающего или персонального переживающего, и есть реализация. Для этого персонального знающего большое значение имеют прошлые или будущие переживания, а для имперсонального знающего это значения не имеет, он переживает то, что происходит, т.е. у него нет пожеланий к сюжету, иначе не интересно смотреть спектакль. Представьте, вы пришли на спектакль, актеры начали играть, а вы говорите: «Стоп, стоп пусть он говорит другие слова». Получается, вы занимаетесь ролью режиссера, вы уже не зритель и не можете получить удовольствие зрителя, т.е. вы делаете не свою работу. А когда спектакль развивается спонтанно, т.е. независимо от вас, то есть элемент интриги, сюрприза, и вы заинтересованы. Так же и здесь, зачем Абсолютному вмешиваться и пытаться структурировать или повторять что-то, когда энергия создает миллионы вариантов и их можно просто наблюдать и наслаждаться этим от момента к моменту. И почему мистики говорят, что это аспект наслаждения? Потому что вы действительно начинаете видеть, что как только вы перестаете владеть переживаниями или пытаться контролировать, удерживать, то вы начинаете чувствовать вкус самого переживания, то, что оно вкусное. Просто переживать что-то - это вкусно. Например, пьете чай и это классно, гуляете - это классно. Это просто переживание, не то что вы гуляете и думаете: «о, я гуляю», а просто в чистом виде - это классно. Или вы думаете: «а сколько мне еще гулять осталось на этом белом свете?». Вы понимаете, что если что и исчезнет, то белый свет, а не вы. Белый свет может исчезнуть, это называется вдох, когда вы вдохнете, его не будет, а вы все равно останетесь, кина не будет, а вы будете. Т.е. вы понимаете, что как Переживающий вы вечны, только иногда вам фильм показывают, иногда нет. Более того, Абсолют очень хитро сделан: когда фильм не показывают, он просто отключается, он даже о самом себе ничего не знает, ему даже скучать не приходится. Хороший способ защиты. Обычно когда экран потух, а ты остался, скучновато. А он тут же теряет Самоознание, становясь вещью в себе. Ему даже нет способа поскучать, потому что, нет самоосознавания, как у вас в глубоком сне, вы просто дрыхнете и все. И он дрыхнет. Как только проснулся, сразу на кнопку. И большинство из вас также, проснулись и сразу: «где пульт?». Иначе невроз сразу: «что же это, кто я?», а когда отвлечение включилось, уже «кто я?» не важно. У него точно также, т.е. как только проснулся, сразу вселенную создает, уже есть что смотреть. Вселенной нет и Видящего нет, все. Никаких проблем у парня. Так вы и есть этот парень и от его лица вы можете жить, от лица этого Переживающего, который имеет возможность переживать всю эту вселенную. В данный момент он переживает эту вселенную, в том числе и ваше тело. Если вы становитесь персональным переживающим, то возникает проблема, потому что персональный переживающий конечен. И эта конечность над этим переживающим давит. Это ж проблема, что переживаний бесконечное количество, а я конечен. Удовольствий больше чем меня. И, соответственно, вы переживаете переживания, но есть ложка дегтя, что всех переживаний не попереживаешь. И тогда гонка начинается, но все равно не успеваешь, беги не беги, а понятно, что тут ты не выигрываешь. А имперсональный переживающий не имеет ограничений по времени. Если вы выбираете временного переживающего, т.е. эту психическую прослойку временного переживающего, то переживания остаются и качество переживаний никуда не теряется, но появляется ощущение что когда-нибудь я их не буду переживать. Потому что если вы отождествлены с телом, то естественно от лица тела вы не будете это переживать, но от лица Основы, которая знает о теле, об этих переживаниях, от ее лица вы здесь постоянно переживаете все это. И вы переживаете этот момент и вы будете переживать, пока эта вселенная существует. Вопрос: почему я не помню то, что я переживал миллион лет назад? Потому что Основа не запоминает, зеркало не запоминает, оно переживает, но не запоминает. Поэтому вы не помните. Это удивительно, что люди, которые могут помнить миллионы жизней, все эти

воспоминания - это все еще от лукавого. Т.е. это информационные записи и есть кто-то, кто помнит эти миллионы жизней. Но индивидуальный переживающий, у которого есть доступ к каким-то файлам памяти, говорит: «О, это мои файлы памяти, это мои жизни были, это я их переживал». Он помнит миллионы жизней, а просветленный может не помнить, что он вчера делал, даже что он сегодня делал. И он в этом плане более велик, потому что ему нет смысла запоминать, он переживает этот момент, зачем ему помнить, что было вчера, тем более тысячи жизней назад. Т.е. этому Переживающему совершенно нет смысла помнить, что он переживал динозавров, их сейчас нет, нет и переживаний, он ничего о них не знает. Его уникальность в том, что он переживает то, что есть, т.е. что вселенная ему демонстрирует, то он и переживает, но не запоминает. И эта способность, ваша способность, знать, она врожденная. Вы в любом случае будете переживать эту жизнь, пока она будет длиться. А вот способность не персонализировать ее, это то чему нужно научиться. И тогда вы будете наслаждаться любыми переживаниями, в том числе, что самое интересное, даже определенными сложными жизненными ситуациями, эмоциональными или физическими, вы сможете тоже наслаждаться. Потому что теперь это уже не личная драма. Когда это становится личной драмой, это проблема. Почему Абсолют создает не только позитивные переживания, но и негативные? Он хочет их пережить, ему интересно. Т.е. ему интересно как проживается тот или иной опыт. И вы от лица этого Знающего и создаете этот мир двойственным, плюс - минус. Почему? Потому что вы хотите этого. Вы хотите получить опыт не только позитивного аспекта жизни, но и опыт, каких-то негативных эмоций или переживаний, потому что это обогащает. Вы получаете спектр переживаний, вы не срезаете «низ» спектра, а используете целый спектр для того чтобы наблюдать. И если вы глубоко это прочувствуете, вы увидите странную вещь: на периферии вы испытываете боль, но глубоко внутри вы можете наслаждаться ей. У вас может быть это странное переживание, вы становитесь объемным, и одно другому не противоречит. Не возможно в одной точке периферии испытывать и боль и удовольствие, там или боль или удовольствие, но поскольку вы объемны, то у вас может быть на периферии боль, а в глубине наслаждение. Наслаждение от чего? От того, что в этой точке вы свободны от боли. Вы знаете о боли и когда есть боль - это одно из переживаний, но возникает я-мысль и говорит: «мне больно». Вам не больно, вы знаете о боли. Потом возникает какое-то другое переживание, например радость, и вы знаете о радости.

И когда вы Знающий, вы можете от негативных ситуаций испытывать некоторую форму наслаждения, ощущая своей центрированность, незатронутость. Например, когда все идет в тар-тарары, а вы чувствуете, что есть какая-то точка внутри вас, в которой вы не затронуты, т.е. у всех вокруг истерика, а вы спокойны. И более того, иногда бывает, что у всех вокруг истерика и у вас истерика, но у всех истерика тотальная, а у вас только на периферии, и от этого вы испытываете наслаждение, вы видите, что какая-то часть вас беспокоится, что-то делает, а какая-то часть просто на это смотрит и получает удовольствие от шума. Это способность чувствовать объем: Знающий и знание, знание на периферии, Знающий в центре. Но когда между Знающим и знанием возникает я-мысль, которая говорит: «Я это делаю, я этим обладаю», то эта мысль помогает Знающему вовлекаться, т.е. забывать, что он только Знающий. Поэтому понаблюдайте, как эта я-мысль вклинивается между чистыми переживаниями, какими бы они не были, и Знающим. Потому что Знающий и переживания - это чистые явления, они не связаны никакой проблематикой. Творец и творение, как говорят. Т.е. творение и Творец прекрасно между собой взаимодействуют, творение для Творца не создает психологическую проблему, а Творец не создает проблему для творения. Знающий - это тот, кто творит, вселенная - это то, что он творит, переживания - это часть творения и Творец знает о них. Но как только возникает механизм персонализации, т.е. «это я переживаю» и возникает время - «я это переживал, я это буду переживать», от лица этого индивидуального «я», то тут возникает эго-составляющая нашей жизни. Соответственно, если вы начнете наблюдать я-мысль, вы увидите, что это одна из мыслей, которая приватизирует другие мысли и переживания. У вас в голове много мыслей, и появляется так называемая я-мысль, которая приватизирует остальные мысли, она говорит: «Я

владею другими мыслями». Когда у вас в голове появляется мысль «а не пойти ли мне в кино?», это просто мысль, которая возникла в вашей голове, и поскольку она возникла, то Знающий о ней знает, т.е. вы знаете, вы регистрируете эту связку «не пойти ли мне в кино?». А дальше, поскольку вы о ней знаете, возникает реакция в коре головного мозга на эту мысль, и идет или согласие или несогласие. Но параллельно, когда возникает мысль «а не пойти ли мне в кино», возникает надстройка, мысль-надстройка, она говорит «о, какая неплохая мысль пришла мне в голову». Это тоже мысль, я-мысль, которая говорит: «я владею мыслью «не пойти ли мне в кино», это ко мне пришла эта мысль». Она пришла не к этой мысли, но эта мысль узурпирует все остальные мысли, она говорит: «я хозяйка этих мыслей». Реально у этих мыслей нет хозяина, они появляются из ниоткуда, как говорит Пунджа, и уходят в никуда. Реально как происходит: появляется мысль неизвестно откуда, она может прийти из внешнего пространства, откуда угодно, она просто появляется. Дальше эта мысль осознается и мозг откликается на эту мысль так, как он запрограммирован. И вот ученые-нейрохирурги провели интересные эксперименты недавно: путем замера импульсов коры головного мозга они обнаружили, что сначала в голове возникает мысль, потом реакция мозга на эту мысль, физического мозга, хотя мысль - это не физическое явление, но мозг на нее реагирует, потому что в мозге есть определенные программы, реагирующие на мысль. Также когда перед вами проезжает машина, вы на нее реагируете, машина - это стимул, и возникает реакция. Так и здесь, мысль - это просто объект, он проходит перед Сознанием, и мозг реагирует на этот объект. Причем мысль может прийти откуда угодно. Так вот интересно, что ученые увидели очень странное явление: сначала возникает мысль, эта мысль еще не осознается, т.е. вы не знаете о том, что она у вас возникла, в вашем сознании она еще не проявилась, но мозг уже о ней знает, и он принимает решения еще до того, как вы узнаете, что мысль есть. И только потом происходит осознание этой мысли и возникает идея «я так решил». Ученые увидели, что решение происходит на подсознательном уровне, а потом оно выходит в зону осознания и узурпируется этой я-мыслью, которая говорит: «это я так решила». Решение происходит подсознательно, т.е. стимул - реакция происходят быстро и на уровне подсознания, а на уровне сознания выносятся уже готовое решение, которое вы не принимали сознательно, т.е. оно вам преподносится. Но я-мысль говорит: «это я решила». Нейрохирурги увидели, что импульсы идущие из подсознательной части мозга опережают на несколько микросекунд сознательную часть отклика, т.е. сначала человек реагирует, а потом он думает, что это он отреагировал. Так что последите за этой мыслью, этим я-узурпатором, и если вы ее в себе осознаете и не позволите ей доминировать, то вы перейдете в эту чистую составляющую жизни -Знающий и знание. Знание - это все, что вы переживаете, чувствуете, думаете, включая мысли, но ничего личного, просто знаете. Попробуйте свое внимание подержать с этой позиции в течении одного - двух дней, попробуйте просто переживать жизнь, постарайтесь увидеть как возникает эта надстройка в виде я-мыслеформы, которая говорит: «это я переживаю жизнь».

- Сумиран, а до появления человека я-мыслеформы существовали?

- Видно, что они больше проявлены на более высокоразвитых формах интеллекта. У собаки тоже есть определенная форма эго - моя территория, моя кость, т.е. уже есть зачатки структуры обладания. В собаке Сознание переживает жизнь, но в собаке же возникает чувство «я и мое». Если бы собака не имела эту составляющую определенной части эго, то она бы жила как святой. И жизнь была бы как-то по другому устроена, но видно, что она была устроена так, что собаки тоже имеют определенные тенденции к идентификации и обладанию внутри самих себя в виде мыслей, и естественно у них определенная форма мышления существует. Если идти к простейшим, у них уже меньше я-фактора. Например, воробей поклевал зернышки и с собой в рюкзак не забрал, чтоб вам не досталось, поклевал и улетел. Про завтра он не думает, но в момент, когда он клюет зернышки и подлетает другой воробей, он понимает, что «сейчас это мои зернышки». Возникает определенная динамика живых существ.

У более простейших еще проще, например, амеба что-нибудь ест, вторая приплыла, ее оттолкнула, она даже не заметила, нет осознания «я и мое». Т.е. там сознание в спящем, можно сказать, состоянии находится. И чем выше эволюционный биологический ряд, тем больше становится проявлен фактор персонализации переживаний, потому что если б Сознание в каждом не персонализировало себя, то тогда бы не было никакой динамики взаимоотношений, т.е. этот мир был бы другим.

В.: - Т.е. получается, что с ростом эволюции, я почему спросила, когда ты в самом начале начал говорить о я-мыслеформе и вот этой персонализации, я подумала о том, что это обладает очень сильной энергией, за этим стоит большая сила. Вот так послушать - так просто отказаться от этой персонализации и просто кайфовать от жизни, но ведь даже зная это, даже понимая это, ты очень хорошо осознаешь, что очень трудно, это такая сцепка, когда вляпываешься в какую-нибудь мысле-форму..

С.: - Так вопрос в чем? Почему трудно, кто знает? Опять появляется эта мысль, я-мысль, она говорит: «о, я знаю, но мне трудно. Т.е. кто в тебе знает? Потому что если знает Абсолютное, если ты говоришь: «я знаю»...

- В тот же момент все отпадает.

С.: - Т.е. если знает тот, кто нужно, тот, кто должен знать, он просто знает и все, он не говорит: «а мне трудно», он просто знает и все. Т.е. он пробужден к этому и своей пробужденностью он не позволяет этой иллюзии возникать. Он не говорит: «я должен теперь тренироваться, мне тяжело, большая инерция, тысячи лет». А кто это говорит? Этот персональный знающий, от которого мы пытаемся избавиться, он слушает все это и говорит: «ну это вообще сложно все, я теперь знаю о нем». Он не говорит: «я знаю о себе», он говорит: «я знаю о нем».

Т.е. как происходит: я говорю, ты слышишь и значит ты знаешь. Кто знает? Знает Он. Звук, вибрация попадает в органы чувств, потом она идет в мозг, в ум, в центральную нервную систему, потом мысли, которые там возникают, отражаются в Сознании и поступают к этому Знающему и теперь Он знает что я говорю. Так ты знаешь, что я говорю. Т.е. слова отражаются в чувствах, чувства в уме, ум в Сознании, Сознание в Знающем. Письмо доставлено. От момента к моменту так и происходит, ты знаешь о том, что здесь происходит, ты как Знающий, но когда я обо всем этом говорю, возникает эта прослойка - персональный знающий, который говорит: «это я знаю».

Так вопрос не в том, чтобы это знать, а в том, чтобы стать тем Знающим, который действительно Знающий. Если ты остаешься в этом ложном знающем, то, естественно, из этого персонального знающего ты мне сейчас наговоришь кучу сложностей, которые у тебя существуют. Т.е. он сам является этими сложностями, но он не хочет говорить «я и есть эти сложности», он говорит: «у меня сложности».

Когда ты говоришь: «у меня сложности», я понимаю что это не у того Знающего сложности, о котором я рассказываю, а у знающего, от которого надо избавиться, чтобы не было сложностей. Т.е. не его надо избавить от сложностей, а от него надо избавиться. Поэтому весь посыл в том, чтобы вы этого Знающего в себе прочувствовали, т.е. когда я говорю, вы понимаете: «о, я ж и есть этот Знающий, о котором говорит Сумиран». Т.е. не «я должен стать этим Знающим», должен стать- это язык того знающего, второго, это он должен, не должен, а вы и есть Он и сейчас вы переживаете все что здесь происходит как Он. Вы в любом случае переживаете как Он, но параллельно возникает персональный знающий, который говорит: «это я переживаю все что говорит Сумиран, теперь я должен это осмыслить, попытаться это сделать,

у меня может не получиться, конечно, но ничего, попробуем еще раз», и он начинает создавать вам сложности жизни. И его от сложностей жизни избавить не возможно, я всегда говорю, что от лица персоны проблемы не решаются. С персональным подходом нельзя решить проблемы, или вы понимаете что вы не персона, или, если вы пытаетесь от лица персоны что-то здесь решить, какие-то проблемы, они не будут решаться, базовые во всяком случае проблемы. Почему, потому что базовые проблемы как раз несут в своей основе дуальность, т.е. основная проблема - разделение между собой и миром и на этой основе лежат остальные проблемы: одиночество, смерть, рождение, собственность, т.е. все проблемы лежат на этой основе. И пока эта основа существует, проблемы не могут быть решены, потому что это следствие основы. Поэтому невозможно быть обособленным живым счастливым существом, это нужно хорошо усвоить, невозможно стремиться к счастью персональному. Т.е. счастье имперсонально, несчастье персонально, вы можете быть персональным несчастным существом, потому что для того, чтоб были несчастья, обособленность - это то, что нужно, хороший метод. Но если вы устали от такого образа жизни, то нужно исследовать эту персонализирующую часть. Как исследовать? Ее должен исследовать Тот, Кто знает, Он должен услышать, Он должен слушать и Он должен наблюдать за этим вторым знающим, псевдознающим или псевдопереживающим. И Он не будет говорить: «у меня с ним проблемы», Он просто за ним наблюдает, и тогда проблемы будут у этого псевдо, у вас не будет проблем. Нужно просто немножко внимания.

Вот смотрите, Снежанна задает мне вопрос, она создает мне проблему на самом деле: «Ну-ка давай, Сумиран, ну-ка реши, у меня проблема и у тебя теперь будет проблема, мы будем вместе решать эту проблему». Но я же вижу, что это идет от псевдо-части, и я отказываюсь с этой псевдо-частью взаимодействовать. Мне проблему создать нельзя, я не собираюсь вообще ее решать, потому что ее нет, т.е. я говорю: «ее нет и тебя нет, которая о ней заявляет». Почему? Потому что я внимателен. Так точно так же вы можете быть внимательны к тому, как ваш личный персонализатор начинает внутри вас вам, как Знающему говорить, что у вас проблемы, т.е. он пытается объяснить вам, что у вас проблема, он говорит: «У нас проблема, ты знаешь?», более того: «у тебя». Люди ко мне приходят и говорят: «Ты просто не понимаешь нашу ситуацию, ты бессердечный, где твоя анахата, ты должен в истерике биться от нашей ситуации!». Т.е. эта штука пытается не только вам объяснить, что есть проблема, но и всем окружающим. Посмотрите, что люди делают, они ходят и всем рассказывают, какие у них проблемы. Если вокруг никого нет, то тоже самое происходит внутри: «а ты знаешь, какие у нас проблемы?», и вы на это ловитесь.

Почему Будды все время смеются, глядя на «страдания» этого мира? Потому что смешно, как эта вот штука усиленно делает вид, что проблематика есть. И вы можете в других начать это видеть, в себе всегда сложнее увидеть, чем в других. Когда кто-то будет с вами разговаривать и объяснять какие у него проблемы, вы просто увидите, кто с вами разговаривает, и кто вам объясняет. Потом обязательно и на себя посмотрите, у вас такой же процесс. Вопрос не в том, чтобы заткнуть его, нет, затыкать его не надо, просто не принимать в серьез. Т.е. понять, что эта прослойка может отмереть, она может в какой-то момент вообще перестанет вас беспокоить, если ее долго не подкармливать серьезностью. Естественно, пока есть инерция, она болтает, но с ней не надо бороться. Потому что когда вы начинаете с ней бороться, вы начинаете ее воспринимать в серьез. Точно также не надо решать проблемы человека, если он их надумал. Если мы предлагаем их решить, мы уже отнеслись серьезно к несуществующим проблемам и помогли поверить человеку в то, что они есть. Так и здесь, не надо бороться с персонализатором, потому что тогда вы верите в то, что он имеет какую-то власть над вами, и вы начнете с ним бороться, а для этого надо накопить энергию и т.д. Нужно понять его механизм, увидеть, что это всего лишь некоторая ментальная вибрация, которую можно игнорировать, а она больше всего не любит игнорирование. Т.е. она болтает, вы ее слушаете, я не призываю вытеснить ее в область подсознания, вы просто слушаете, что она говорит, но на этом все заканчивается. Это не руководство к действию или психологическая реакция на то, что

она говорит. К вам пришел человек, говорит, что у него проблемы, вы видите, что он их себе навдумывал, вы его просто выслушиваете, не затыкаете, но в то же время вы их не принимаете серьезно и не делаете из этого какую-то собственную ситуацию. Так же можно относиться к этой личному персонализатору. На самом деле это единственный способ с ним рано или поздно закончить, потому что он будет говорить, говорить, но чем меньше вы будете обращать внимания на него, не в плане вытеснения, а в плане отказа воспринимать его как нечто настоящее, то в какой-то момент вы увидите, что он все реже и реже проявляется. И потом, возможно, вы придете к состоянию, когда вы действительно будете жить как Знающий и знание, т.е. без него. Первый шаг - начать замечать его, почему я так подробно описываю, как он себя ведет, потому что его надо начать замечать. Это первый шаг. Т.е. вы замечаете, как возникает мысль, допустим, вам в голову пришла отличная идея, если она отличная, вы ее реализовали, получили результат и все. Но когда идея приходит, возникает надстройка в виде мысли «это ко мне идея пришла, какой я крутой». Уже появилась надстройка. Пришла идея, она может какое-то действие произвести, какую-то работу, и при этом совершенно не обязательно, чтоб появлялась мысль «какой я крутой, какая ко мне идея пришла». Т.е. возникает мысль, которая говорит: «Я обладаю вот этой мыслью», я-мысль начинает обладать идеей. И вот вы начинаете за всем этим наблюдать. Некоторые люди, через которых идет энергия, действительно сильная энергия, некоторые целители, ведущие, говорят: «Мы это не делаем, для нас это очевидно», поэты некоторые талантливые говорят: «Это не мы делаем». Как раз в эти моменты они получают удовольствие от того, что происходит потому что в этот момент энергия настолько очевидно не принадлежит им, что я-мысль не может спекулировать. Т.е. человек просто понимает: «я это сделать не могу, я так никогда не думал, я так никогда не чувствовал, у меня столько энергии вообще никогда не было». И тогда эта я-мысль не может манипулировать. Все действительно талантливые целители и поэты говорят: «Это больше чем мы». И в этом плане они приближаются к пониманию, что в эти моменты их нет, а есть просто процесс и кто-то о нем знает. Хотя они могут упускать то, что кто-то знает об этом процессе. Но у поэтов и у целителей что происходит: как только поток закончился, сила этого интенсивного потока заканчивается, начинаются обычные действия и тут же возникает мысль: «а теперь все это делаю я». Потому что у них еще есть разделение - «целю не я, а на жену ору я» или «обед готовлю я, а группу веду не я». Т.е. это «я - не я» еще остается, периоды, когда они не спекулируют этим индивидуальным я, временны, локальны, и, как правило, в этот момент люди создают что-то красивое, и есть периоды, когда энергия сильная кончается и люди думают что простые действия совершают они. Хотя на самом деле энергия просто снизила интенсивность и продолжает функционировать в более мягком режиме, это не значит, что это я начал делать теперь. Так вот ваша задача начать замечать в любых действиях, как возникает это я, и когда вы начинаете это замечать просто не относитесь к этому серьезно. Это второй шаг. Первый - замечать, второй - не относиться к этому серьезно. Вы, как Знающий, субъективны, вы - субъект, а яалка - это объект, но когда вы к ней относитесь серьезно, она становится субъектом, вами, и она говорит: «Я имею, а если я имею, у меня проблема». Сначала вы соглашаетесь с тем, что «я имею», иметь приятно. На это Сознание покупается. Знающий не владеет, он знает, но не владеет. Зеркалу, наверное, обидно, оно все видит, но ничего схватить не может, если б оно еще было разумно немножко, оно подумало бы: «почему мне руки не приделали?». Представляете зеркало с руками? Так вот это древнее зеркало заимело руки. Оно отражает, т.е. по большому счету, оно отражает и оно не владеет, но если возникает замутнение, появляется «мое». Первое «мое» - это тело, т.е. Знающий знает, что появилось тело, появился объект в Сознании, очень симпатичный, и появляется мысль «это я». Первое - это желание владеть. Кто захочет отождествляться с камнем? И почему когда тело стареет и умирает, ломается механизм, Сознание из него очень быстро выходит, потому что трудно отождествляться с этим. А когда появляется ребенок, оно говорит: «Это я». Т.е. оно знает, что появился ребенок, но в какой-то момент оно говорит: «Я буду этим ребенком». Как только появилось отождествление, возникает проблема, потому что это существо энергетическое, оно живет, как-то взаимодействует и все это становится вашей жизнью. Если вы этим стали, значит

то, чем вы стали, стало вашей жизнью. Т.е. если ребенок - это то, о чем вы знаете, то его жизнь - это не ваша жизнь, если вы стали этим, то его жизнь - это ваша жизнь, его проблемы - ваши проблемы. Так же и ум, постепенно в ребенке возникает ум, и вы говорите: «Это мой ум, мой интеллект, мои идеи, и вообще это я», потом возникает я-мысль. Владеть или соглашаться кем-то быть - это приятно, на первый взгляд, но имеет определенную оборотную сторону. Поэтому есть два положения Сознания: первое - Сознание вовлекается в эту игру владения, т.е. оно кем-то становится и получает от этого некоторое наркотическое опьянение, и как следствие этого опьянения потом оно получает похмелье в виде страдания. И другая возможность Сознания находиться в материи - это не быть опьяненным. Т.е. вы находитесь в другом состоянии, в котором тоже получаете удовольствие, но не от опьяненности тем, что вы кем-то стали.

Поэтому посмотрите, как этот механизм персонализации работает, и попробуйте соответствующим образом к нему относиться, причем посмотрите не только в себе, но и в тех людях, с которыми вы общаетесь. Если вы видите этот механизм со стороны, значит вы автоматически оказываетесь в нужном месте. Из какого места вы еще можете это видеть? Как вы знаете о том, что у вас есть чувства, эмоции, как вы знаете о том, что есть солнце на небе, вы также знаете об этом механизме. Но если вы знаете о нем, то из какого места? Из Знающего, т.е. из места, которое отражает изначально, из этой древней Основы. А дальше отнеситесь к я - мысли расслабленно.

В.: - Ну в себе понятно как к нему относиться, а вот если пришел к тебе человек с проблемой, он говорит о ней, и если ты будешь смеяться над его проблемами, то будешь выглядеть не очень адекватно.

С.: - Не гуманно.

В.: - А что в таком случае делать, как реагировать?

С.: Если человек может понять, то лучше быть не гуманным. Ему будет сначала неприятно, зато потом будет легче. Как во время операции, сначала плохо, зато потом легче. А от такой гуманности, которая подыгрывает проблемам, ему с вами легче, но потом хуже будет. Вы же знаете это, если человеку подыгрывать в его ощущении жизни, то с вами ему легче, он думает, что вы его понимаете, но потом он еще глубже погрязает в этой утвержденности в своих проблемах. Но это не помощь, вы просто помогаете человеку временно забыться, он пытается забыться с вами. Поэтому я вижу, что нужно иметь очень много любви, чтобы быть жестким с людьми, потому что иногда быть жестким необходимо. Но ты можешь ранить человека, поэтому нужно иметь очень много сострадания, чтобы создать эту ситуацию. Как врач, он может причинять боль в данный момент времени, но если он ее не причинит, человек умрет. Врач знает почему он это делает и ему надо иметь понимание и сострадание, потому что человек в данный момент может не понимать, почему с ним так обращаются.

Поэтому здесь нужен элемент мудрости, чтобы почувствовать, какому человеку что и как можно говорить, в конкретной ситуации.

Но я в любом случае смеюсь, т.е. внутри всегда смеюсь, а внешне могу посочувствовать. Я иногда с трудом сдерживаю смех, но я понимаю, что данный человек не поймет мое улыбочное лицо при его проблеме. Но на самом деле этот смех оздоравливает, и постепенно часть людей могут понять этот смех. Сначала им кажется, что смеются над ними, т.е. это говорит: «Надо мной смеются!», но потом человек понимает, кто беспокоится о том, что над ним смеются. Потому что Знающему смех нравится, он сам смеющийся, поэтому если кто-то смеется, ему это нравится, сам смех приятен. Даже если это над ним смеются, ему все равно нравится, потому что у него нет образа, имиджа.

В.: - Может ли возникнуть эго-структура на надперсональном уровне? Может ли человека притянуть к эго-структуре, которая там существует и при самотождественности уже в большем объеме оказаться в ...

С.: - С точки зрения безграничной ограниченности...(смех). Ум может создавать столько планов дифференциации эго, сколько захочет: есть эго, а над ним есть еще такая структура - надэго, а над ним еще одна такая структура - надэго в квадрате. Т.е. концептуально мы можем создать бесконечную модель надэго, матриц. Этим можно заниматься, но когда ты выйдешь из одной структуры эго, там будет следующая, надо будет из нее выходить и т.д. Это способ ума определенным образом выживать, т.е. когда в одном пространстве ты вычисляешь эту эго-структуру, она сама же создает следующее пространство. Это нам сложно, если нас выгнали из квартиры, то другую уже купить не просто. А ей не сложно, ты ее выгоняешь, а она тут же создает себе новое пространство и говорит: «А теперь я буду жить здесь». Назовем это - надэго. Это был такой ученый Джон Лили, он экспериментировал, лежал в растворе, в котором поддерживалась температура тела, сила тяжести уравнивалась, ничего не видно, ничего не слышно, вообще ничего. Ум что делает в этой ситуации? Ему плохо, потому что сигналов не поступает никаких, органы чувств не работают, а кто я такой тогда, как мне идентифицироваться, через что? Возникает стресс. Он первый раз пролежал 3 минуты, и запаниковал: «вытаскивайте меня скорей, я с ума схожу». Его вытащили. Потом захотел еще попробовать и его опять погрузили в этот раствор. Что сделал ум? Поскольку не было никаких объектов, никаких чувственных переживаний, из которых он мог бы создавать пространство, в котором он мог бы самоидентифицироваться, он тут же создал какой-то светящийся мир, там к нему пришли два существа и он с ними мило провел время, просто общаясь. Он знал кто он такой, Джон Лили, общающийся с этими существами, т.е. ум смоделировал совершенно новое пространство переживаний и в нем он опять нашел себя, создал другие объекты и установил взаимодействие, статус. Таким образом, он смог час пролежать в растворе.

Так и здесь нужно понять, что лучше сразу заканчивать эти спекуляции ума: есть знающий эту вселенную, а кто знает этого знающего, наверное, следующий знающий, а того знающего следующий знающий и т.д. Такая бесконечная цепочка знающих. Просто надо понять, что есть персонализация и имперсонализация, только два. До двух считать умеешь, уже можно просветленным становиться.

В.: - А до трех уже невозможно?

С.: - До трех уже сложно, начинаешь путаться. Т.е. как все это работает: Знающий, который знает все остальное, все остальное - это знание. Знающий и знание.

Если ты создаешь себя из знаний, из каких-то объективизированных аспектов, то это эго. Если не создаешь, то ты становишься Знающим, который не является знаниями. Этот Знающий один, он не многоуровневый, вся многоуровневость находится в области концептуального пространства, т.е. объективизированного. А Знающий, поскольку он не объект, он не фрагментарен, ты его не можешь поделить, поэтому если ты в него переходишь, то этот переход на раз делается, квантованием. А если у тебя начинается ощущение пошагового движения, значит ты просто двигаешься в своем сне. Когда ты просыпаешься, ты не можешь быть наполовину во сне, наполовину в реальности. Т.е. ты проснулся, сна нет, ты понимаешь, что сон это сон, а это реальность. Во сне ты можешь двигаться, двигаться, но когда ты просыпаешься, ты понимаешь, что все это движение было условно, ты находишься в определенной точке пространства, и ты всегда здесь был. И это происходит сразу. Так и здесь, ощущение пробуждения, пока оно возникает как некоторая матрица раскрытия, то ты все равно находишься внутри сна, но этот сон может двигаться к пробуждению, т.е. когда ты просыпаешься, ты спишь менее крепко, менее крепко, потом ты начинаешь звуки какие-то

слышать из этого мира. Но момент пробуждения он всегда идет как квантование, ты не можешь сказать, что ты наполовину во сне, наполовину здесь. Когда проснулся ты уже здесь.

В.: - Почему я задал вопрос, потому что когда этот переход происходит, происходит резкое увеличение интенсивности желаний, при этом отсутствие самоидентификации как личность, но моментально увеличивается интенсивность не просто переживаний, а какой-то динамики, не знаю, волевой. Не является ли желание признаком эго?

С.: - Нет, желание - это энергия. Вот смотри, когда у тебя слабеет личностная хватка, концептуальная, то, что общество на тебя наложило, какую-то концепцию, остается твоя энергетическая матрица, т.е. рисунок. Естественно, когда он перестает быть контролируемым этой концептуальной социальной надстройкой, эти энергии начинают сильнее проявляться. Если, допустим, в тебе была агрессия, но твое воспитание говорило, что это нехорошо, то, естественно, когда ты отбрасываешь воспитание, эту надстройку социальную, ты чувствуешь, что стал более агрессивным. Если у тебя была подавлена сексуальность, то, как только она освобождается от надстройки, ты чувствуешь, что у тебя больше сексуальной энергии, и т.д. Т.е. ты начинаешь переходить из личности в индивидуальность. И это не есть усиление эго, наоборот эго не позволяло тебе чувствовать реальные энергетические факторы, т.е. эго пыталось контролировать энергию. Как только эго отброшено, то энергия существует как она есть, какой у тебя есть рисунок, то ты и будешь чувствовать и с такой интенсивностью, ничто не будет это больше экранировать.

В.: - Т.е. если я более целюно ощущаю желания, более целюно позволяю им проявляться, это не значит, что мое эго стало более цельным, а скорее как раз наоборот я выхожу за пределы этих рамок.

С.: - Да, ты выходишь за пределы социальной структуры, личностной, в индивидуальность, в тот энергетический рисунок, который в тебя природа вложила. А эго это что, это не твоя энергия, не сила твоих желаний или потребностей. Эго - это способность владеть ими, т.е. эго говорит: «Я этим владею», это первое что оно говорит. Второе, эго решает что должно быть, что не должно быть, что ты должен чувствовать, что ты не должен чувствовать, вот это идет от эго. А само чувство, сама интенсивность, уже не от эго, это твоя природная энергетическая часть, индивидуальная часть. Но здесь можно попасть в такую ситуацию: когда ты отбрасываешь личность и переходишь в энергетическую составляющую, то ты возвращаешься в природную, животную часть, ты становишься как животное. И если отбросить цивилизованную часть себя, оставить только энергетическую, и не привнести взамен дополнительно фактор того, что есть осознание или разум, высший разум, то ты перейдешь в животную форму жизни. Т.е. ты будешь не невротиком, безусловно, ты просто будешь здоровым животным. Естественно, эволюционно - это шаг назад. Поэтому, первое: можно отбросить надстройку социальную, но обязательно привнести доминанту медитации. Если доминанта медитации не привнесена, то только два выбора: или быть затюканными гражданами законопослушными или быть анархистами, хиппи, которые живут как хотят, совершенно не структурированными, как стая. Если мы хотим не быть ни в одном, ни в другом варианте, соответственно, нам нужно внести какую-то третью силу в свою жизнь, которая есть осознание, т.е. способность привнести элемент структурирования жизни не путем концептуальных ограничений или норм, а путем способности нашего сознания уравнивать нашу энергетическую жизнь и жизнь окружающей среды. Для чего был создан социум, государство? Для того, чтоб уравновесить энергетические порывы индивидуумов. Как мы создаем социум? С помощью внешних норм, т.е. государство - это внешние нормы, навязанные индивидууму, его энергетическому рисунку, для того, чтобы они могли хоть как-то жить вместе, уживаться. Не по закону стаи. Соответственно здесь всегда конфликт, потому что нормы, которые привнесены извне, ограничивают и контролируют энергию, т.е. возникает напряжение. Поэтому встает вопрос: можем ли мы

внутри самих себя найти силу, способную балансировать энергетическую составляющую, которую мы представляем собой и окружающий нас мир? Каким способом это происходит: если я пробужден, осознан, я понимаю, что другой - это не другой, что на уровне Бытия, на уровне Основы, мы едины. Поэтому, если я сейчас начну разрушать кого-то, то через какое-то время это сильно аукнется на мне, и это для меня не голые слова, я очень хорошо это понимаю. Например, я понимаю, что на уровне тела я целостен, и если у меня палец заболел, я не думаю «ну раз заболел, я его отрежу и все, зачем мне больной палец?». Здесь то же самое. Таким образом мы начинаем уравниваться, мы начинаем балансировать социальную жизнь из понимания, из чувства, из знания того, что мы являемся общей основой и поэтому мы должны взаимодействовать друг с другом таким образом, чтоб ситуация разрешалась обоюдновыгодно всегда.

В.: - А если признак такой, что когда в этом состоянии находишься и происходит, что кто-то кого-то, допустим обижает, воспринимаешь это как личное, т.е. ты не видишь разницы между собой и тем кого обижают, но реакция на эту обиду, как будто это тебя обижают. Твоя тождественность с человеком, которого обижают, есть, а с тем который обижает, нету. Поэтому воспринимаешь это как личное оскорбление, ну и так далее, начинается уже динамика.

С.: - Это уже не плохо. Ты, допустим, погружаешься и с какими-то существами начинаешь ощущать родственность, например, с теми существами, которые угнетаемы. Ты чувствуешь, что когда их обижают, с тобой это резонирует. Но если ты погрузишься еще глубже, то ты увидишь, что ты имеешь связь и с теми, кто их обижает, и ты начнешь понимать, почему это происходит. Т.е. возникает мудрость, ты начинаешь понимать, что и жертва и тот, кто эту жертву уничтожает или обижает, два эти человека являются частями одного целого. И тебе кажется, что они не могут быть в синтезе, это антагонизмы, как они могут быть частями одного целого, если один уничтожает другого. Но это просто недостаточная глубина, когда ты видишь глубже, ты начинаешь понимать, что во вселенной заложена определенная динамика, постоянно кто-то кого-то уничтожает. На этом построена пищевая цепочка, все жрут друг друга постоянно. Но на этом построена вся вселенная, т.е. вся жизнь биологическая как таковая построена на взаимоуничтожении. Но в этом взаимоуничтожении природа заложила такую мудрость, что постоянно пожирая друг друга, мы живем миллиарды лет, как жизнь на планете. Поэтому когда кто-то кого-то убивает, то с точки зрения фрагмента это кажется абсурдным, но если бы ты видел весь расклад, ты бы понял, что это по каким-то аспектам неизбежно или предопределено. И тогда у тебя возникает сострадание к жертве, потому что она испытывает боль, страдание, но у тебя не возникает агрессии или претензии к тому, кто эту жертву каким-то образом уничтожает.

В.: - Отношение негативное скорее к динамике, что между этими двумя существами, которые по сути одно, происходит у меня на глазах как бы противопоставление, два знака, и именно на это реакция.

С.: - Да, но тебе нужно смотреть на что? Я просто описываю тебе тонкий механизм, это для всех важно, когда вы видите якобы какую-то несправедливость, хочу заметить именно «якобы», то это может вызывать боль. Может быть неприятная энергетическая и психологическая ситуация, вам будет больно, если вы чувствительны. Дальше у вас возникает нежелание переживать боль, вы не хотите, чтоб вам было больно. И именно поэтому у вас возникает определенное отношение к ситуации. В реальности это не отношение к ситуации, это отношение к боли. Вы говорите: «Я не хочу, чтоб мне было больно, а поскольку вы себя ведете так, что мне больно, я не хочу, чтоб вы себя так вели, вы так не должны делать». Но реально первичным является ваша боль и неумение проживать эту боль без претензий и без агрессии. Вы агрессивуете на свою боль, вы не хотите ее, но вы не видите, что вы на нее агрессивуете, поэтому возникает перенос, вы агрессивуете на тех, кто причиняет вам боль. Т.е. сначала вы

агрессируете на свою боль, вы не хотите, чтоб она была. Это знакомо, когда у вас какая-то болезнь в теле, и вы долго не можете ее вылечить, вы начинаете агрессировать на это, вы думаете: «почему так?». Она столько длится, что вы уже не можете переносить это на окружающих. Когда боль фрагментарная, 5 секунд, вы говорите: «о, это я на него разозлился», а когда боль вас достает, вы уже понимаете, что это не другие вас достают, это боль вас достает.

В.: - А как же тогда совместить, надперсональное понимание того, что это все одно целое и я и эти люди - это одно целое, а боль является сугубо эгоистическим позывом...

С.: - Нет, боль является частью целого.

В.: - Но мое неприятие боли - это уже реакция эго

С.: - И это тоже часть целого, это все часть целого. Вопрос не в том, что ты начнешь все ретушировать, убрать неприятие боли. Просто ты сразу перенесешься в то пространство из которого ты это воспринимаешь другими глазами. Из того пространства ты по-другому будешь видеть этих двух людей, свою реакцию на это, реакцию своего эго. Это все останется, только ты переносишь себя, как видящего, как знающего, в совсем другое пространство, которое совсем из другого измерения, оно не в этом мире, не в этой информационной матрице. Т.е. у тебя все остается: эго, реакции, какие-то заморочки, но тот, кто о них знает, он уже не тот, кем ты себя сейчас чувствуешь. Т.е. ты становишься существом, которое совсем из другого измерения. Т.е. ты не решаешь проблемы, ты просто трансцендентным становишься относительно них, они остаются, но они перестают быть проблемами. Т.е. есть ситуации, если ты на эти ситуации смотришь из этого пространства, они выглядят как энергетические рисунки. Если ты смотришь из того пространства, то они перестают быть проблемами, они становятся игрой жизни.

В.: - Это игра, но ты когда в этой ситуации находишься, ты можешь выбрать все-таки, по крайней мере мысль такая возникает, либо эту ситуацию разрешить и она перестанет быть, либо эта ситуация продолжится и ее наблюдать, но предпочтительней все таки разрешить, поскольку...

С.: - Вот смотри что происходит: когда ты разрешаешь ситуацию или не разрешаешь. Все равно ты недоволен остаешься, потому что ты это делаешь. Пока ты делатель, что бы ты не делал, будет у тебя оставлять ощущение того, что можно было сделать по-другому, лучше. Это не выход. Что бы ты не делал от лица личности, всегда будет ощущение, что это какая-то ерунда. Т.е. ты можешь вмешиваться в ситуацию, и это будет ерунда, можешь не вмешиваться - это тоже будет ерунда. Потому что у тебя есть ощущение, что ты некоторая персона, которая может так, может этак, но как бы ты не делал, всегда будет ощущение, что что-то здесь не стыкуется до конца. Поэтому чтоб такого ощущения не было, нужно посмотреть с другой позиции, быть в другом месте восприятия, и ты увидишь, что можешь вмешаться в ситуацию, и все будет хорошо, получишь удовольствие, можешь не вмешиваться, все равно получишь удовольствие. Уже акцент будет не на том, что ты делаешь, а на том, как ты переживаешь ситуацию, вот это важно. Если ты делаешь акцент на том, что ты делаешь, не учитывая из какого места ты переживаешь, то что бы ты не делал, всегда будет ерунда. Это просто фактичность. Есть люди которые имеют много возможностей что-то делать, политики, президенты, у них много возможностей, но у них всегда есть ощущение, что народ живет не так, законы не соблюдает. Они активно вмешиваются, но что они изменили в мире? Может, стало меньше войн, нищеты или коррупции меньше стало? Но все вмешиваются. А если не вмешиваться, то что получается: революция, анархия, приходит к власти оппозиция. Это результат невмешательства. А когда мы вмешиваемся - тоталитаризм, тюрьмы. И те и другие умирают разочарованными. И в индивидуальной жизни то же самое происходит, ты можешь начать вмешиваться, и чем больше ты будешь вмешиваться, тем больше люди будут говорить:

«зачем ты в мою жизнь лезешь?». А если ты не вмешиваешься, то будут говорить, что ты безразличный и тебе на всех наплевать. Поэтому любое движение, в жизни и любое слово против вас, и отсутствие слов против вас, потому что мы - бельмо на глазу существования. Вот когда нас нет, то все хорошо, не к кому предъявлять претензии. Человек приходит, а тебя нет, кому претензии предъявлять? Никому. Поэтому не быть, не быть здесь, т.е. субъективно тебя здесь нет, а объективно происходят какие-то действия, но вмешиваешься ты или не вмешиваешься зависит больше от твоего индивидуального рисунка, от твоей запрограммированности, какое у тебя было воспитание, какие были в детстве травмы, это все будет определять, что будет делать твой психосоматический организм. И пусть он живет своей жизнью, а ты будешь в другой точке. Это лишает ситуацию психологического напряжения, и не важно как она будет разворачиваться, как будет, так и будет. В любом случае проблем не будет, если ты в правильной форме самоосознавания, а если нет, всегда будут проблемы.

Полнота и завершенность матрицы восприятия (часть 1)

9 октября 2007 г. Санкт-Петербург.

На этих встречах мы с вами могли бы сделать еще несколько штрихов к той картине, которую мы, можно сказать, рисуем вместе. Я вам говорил, что есть несколько языков в зависимости от уровня осознанности аудитории, три уровня адвайты, когда-то мы о них говорили. Это разделение пошло из Индии, оно достаточно древнее. Я хочу начать с той точки, в которой мы заканчивали в прошлый раз, на Инлакеше, с теми, кто оставался на Алакеш. Это уровень не концептуальный, это уровень вашего сознания, который позволяет говорить о каких-то вещах так, чтоб это не было формально для вас. Мне бы хотелось начать с того уровня, хотя за время, которое вы жили своей жизнью, вы могли «заснуть», и вас может не оказаться в том месте, на котором мы заканчивали. В этом плане семинары и интенсивы помогают быстро довести энергию, интенсивность до определенного уровня и потом начать какую-то тему. Эти темы всплывали у меня на семинарах в других городах, потому что я сам их просматривал.

Когда вы отождествлены с чем-либо, не важно с чем, то это отождествление при определенном уровне осознания вызывает ощущение связанности. И здесь эти два аспекта важны: отождествление с чем-либо и уровень самоосознавания. Потому что животное, например, не чувствует себя связанным, оно отождествлено с телом, но оно не настолько самоосознает себя, чтобы почувствовать в этом психологическую проблематику. Если говорить об эго, то оно в животном присутствует, как самоидентификация себя, как кокого-то объекта. Но такой ясности самоосознавания себя, которое могло бы привести к психологическому конфликту, у него нет. Так и в маленьких детях, они не чувствуют себя связанными. Если ребенок нормально развивается, то с какого-то момента его самоосознавание себя достигает такого уровня, когда он начинает осознавать свою связанность, вызванную отождествлением. В начале, у него есть отождествление с телом, но нет потребности чего-то искать, освободиться от ограниченности. У некоторых людей эта потребность до конца жизни не возникает. Ограниченность, в которой они живут, естественна для них, точнее они с ней смиряются. И только люди, достигающие большей степени утонченности, не могут к этому спокойно отнестись. И с этого момента встает вопрос о свободе. Дальше человек начинает искать свободу, и он находит писания или мастеров, которые ему говорят: «Свобода в отсутствии отождествления». Возникает понятие «Свобода». Как оно возникает? Как осознание моей связанности и несогласия с этим. Вот тут есть промежуточная стадия психологической эволюции между животными и ищущими. Животное не осознает своей связанности, человек,

если он нормально развивается, может осознавать свою связанность или ограниченность, но он может смириться с этим, говоря: «Да, я связан, но все так живут». Следующий уровень – это ощущение того, что я с этим не согласен, я не хочу чтобы так было. Создается концепция свободы, как реакция на ощущение связанности и не согласия с этим. Начинается поиск свободы и человек получает информацию: «Ты связан, потому что отождествлен». Дальше встает вопрос: «С чем отождествлен?». С чем угодно, с любым переживанием, эмоцией, идеологией, энергией. Мастер говорит: «Связанность в отождествлении, свобода в неотождествлении». Отождествление связано с объектом, мы не можем отождествиться с тем, чего мы не видим или не переживаем. Т.е. свобода в том чтобы не отождествляться с любой формой переживания.

Для человека, который не может не отождествляться, «я» - это то, с чем он отождествлен, а Бог или Истина или Свобода – это «не я». Возникает разделение: я – не я.

Мастер говорит: «Будь Видящим, сейчас ты не чувствуешь, что Видящий – это ты, но ты – это Видящий и там твоя свобода.» И мы начинаем пытаться быть видящими, наблюдающими и не отождествляться с чем бы то ни было.

Допустим вам это удалось и вы Видящий, и все что вы видите – это не вы. Т.е. вы свободны от того, что вы видите. То, что вы видите, не меняет вас как Видящего. Иногда это называют реализацией или просветлением. Но так ли это? Если вы Видящий, который что-то видит и свободен от того, что Он видит, то ваша свобода относительна. Теперь я – это Видящий, а то, что я вижу – это не я. Двойственность осталась. Даже свобода Видящего относительна. Когда я был телом, то свобода была «не я». Теперь я Видящий, а тело – это «не я». Осталось «я – не я». Адвайты здесь нет.

Если рассмотреть движение, оно всегда относительно, т.е. что-то одно движется относительно другого. Если нет другого, относительно которого я двигаюсь, то движение не осознается. Т.е. в движении есть двойственность.

Свобода также требует двойственности, т.е. я свободен от чего-то, от тела, от мыслей, от чувств. Чувство связанности требует двойственности, но и чувство свободы также требует двойственности. Таким образом: я связан чем-то и свободен от чего-то. Это создает тонкую форму конфликта, конфликта разделения: «есть что-то, что не я». Если вы становитесь более утонченными, вы чувствуете, что здесь нет завершенности, в этой позиции наблюдателя что-то не завершено, сохраняется некоторая форма дуальности.

Соответственно, какой из этого Видящего нужно сделать шаг? Первое, что необходимо понять, это то, что прежде чем сделать шаг из него, необходимо сделать шаг в него. Нельзя перескочить через эти ступеньки. Я сейчас хочу говорить о том, что идет дальше, «за» Видящего. Об этом мало кто говорит, потому что человек еще не знает себя как Видящего. Т.к. мы с вами просмотрели уже весь расклад, кроме этой части, я могу допустить, что иногда вы знаете себя как Видящего.

Возникает вопрос: «Как выйти за пределы этой относительности?» На этапе отождествленности с телом работал метод «я не тело», это нужно для того, чтобы ваше внимание из отождествления с объектом вытянуть в субъективную составляющую, в Видящего. В какой-то момент вы попадаете в Видящего. Но дальше этот метод становится тонкой формой ловушки, потому что вы видите что-то как не себя. Когда вы попадаете в Видящего, вы можете соединить Видящего и видимое, вы понимаете, что то, что вы видите, не отлично от вас, это тоже вы. Но это понимание совсем другого уровня. В тот момент, когда вы знаете, что то, что вы видите – это вы, вы так же знаете себя как Видящего. Если вы являетесь тем, что вы видите и

тем, кто видит, то понятия связанности и ограниченности Вас не могут возникнуть и понятие свободы не может возникнуть, т.к. нет второго. В этот момент заканчивается ограниченность и заканчивается свобода, остается таковость. Вы не можете сказать, что я свободен, но вы так же не можете сказать, что я связан, т.к. для чувства связанности и для чувства свободы нужно что-то, что не есть вы. Если вы один, то как вы можете сказать, что я связан или я свободен. Поэтому вы должны понять, что метод отрицания действует до тех пор, пока вы отождествляетесь с формой, и не осознаете Наблюдателя. Как только вы осознали Наблюдателя, возникает обратное: я и тело, и ум и все остальное. Т.е. вы эту петлю возвращаете позитивно. После этого – где связанность и где свобода? В этот момент вы трансцендентны относительно этих двух понятий. Этот шаг замыкания петли, петли триединства: Видящий, видимое и процесс наблюдения, может произойти только когда вы осознали Видящего, реально пережили его, и не теряя его вы опять соединились со вселенной, которую вы воспринимаете. И дальше, когда этот цикл объединения произошел, вы будете внутренне, интуитивно знать, что это явление: видящий, видимое и процесс наблюдения, рождено единой субстанцией, единой силой. Поэтому я хочу сказать, что Свидетель сам по себе – это только этап, иначе слова Будд «ничто никогда не случалось, нет свободы, нет связанности», сразу не понятны. Они становятся понятны, когда вы проходите весь этот внутренний алгоритм: сначала из формы в Бытие, в «Я есть», потом в Я, потом из Я в Бытие и из Бытия в форму. Это то, что говорил Будда: «форма есть пустота, пустота есть форма». Вы понимаете, что Видящий как пустотность и форма, которая отражается в этой пустотности, это одно явление. В этот момент соединяется матрица, и вы являетесь триединством: Видящий, видимое, процесс наблюдения. Если вы это внутренне проделали, вы уже не можете быть связанными, потому что нет другого. Иначе, для Видящего другим является мир, для мира другим является Видящий. Это проживается как форма мироощущения.

Есть несколько уровней ловушек Сознания:

1) отождествление с формой, ощущение связанности;

2) отождествление с Бытием, с «Я есть», со Светом или с саттвической формой ума, Творцом.

3) отождествление с Видящим.

Все эти уровни несут тонкую форму разделения. В мироощущении человека, отождествленного с телом, есть ощущение связанности, фатализма, предопределенности. Если вы входите в световую составляющую, то появляется элемент творчества, способность света откликаться, создавать. Это называют Творец или Бог. Это ощущение, что вы можете из себя что-то произвести, что не из прошлого, а из Настоящего. Т.е. это составляющая творения. И с этим тоже можно быть отождествленным, переживать это как себя.

Далее, если вы попадаете в Видящего, то появляется ощущение, что вы не вмешиваетесь, вы ничего не делаете. В мироощущении человека, отождествленного с телом, тоже есть ощущение ничегонеделания, но это ощущение механизма, от которого ничего не зависит, он только инструмент, и все в его жизни предопределено. В Свидетеле вы тоже ничего не делаете, но там вы свободны, вы свободны в неделании. В середине между человеком и Свидетелем энергия Света или Бытия создает элемент творчества, способность созидать, совершать действие, не связанное с предопределенностью материи и потенциально способное что-то произвести, в отличии от Свидетеля, который ничего не производит, а только отражает то, что происходит. Эти этапы вы должны пройти как мироощущение.

Первое, как говорил Гурджиев, осознайте, что вы роботы, что сами вы ничего не можете делать. Его спросили: «Есть ли свобода воли?», он ответил, что есть, но только у тех людей,

которые достигли определенного уровня своего я. Это уровень Света или Творца. Вселенную творит Творец, но если вы отождествлены с Творцом, вы можете сказать «Я» от его лица. И вы это переживаете как свою способность действовать, творить. Естественно вы не становитесь всемогущими, потому что инструмент, в котором произошло это осознание, имеет ограниченные возможности. И если тело не обладает определенными сиддхами, то Сознание не может произвести здесь что-то особое через него. Для того чтобы происходили чудеса, тело должно быть определенным образом отстроено. Но проявление творческих способностей возможно в любом теле, т.е. возможность творить не из прошлого, что дает переживание экстаза. Это к вопросу о том, можем ли мы здесь что-нибудь делать. Смотря с кем вы себя отождествляете. С позиции Видящего вы ничего не делаете, т.к. он только отражает. И тело ничего не может сделать, потому что оно обусловлено прошлым и значит его действия предопределены. «Могу» возникает только в этом бытийном слое, слое Творца. Но в нем можно зависнуть, вы можете с ним отождествиться и не осознавать Видящего. Тогда у вас возникают свои муки, их называют муки творчества. Их не возможно избежать, т.к. вы не целостны, вы отождествлены с определенным фрагментом жизни. Эта сила требует выражения, и если вы не до конца можете это выразить и при этом отождествлены с этой энергией, то возникают муки. Эти люди не могут расслабиться в том, что у них не получается что-то выразить, т.к. они не знают своего Видящего. А «расслабиться» можно только в Видящем, который все это наблюдает. Но когда вы попадаете в Видящего, вы попадаете в состояние беспристрастности или отороженности, т.к. то, что вы видите – это не вы. И эта отороженность будет не концептуальной, а фактической, ваша энергия будет течь по-другому. Например, у механистичного человека видно, что энергия течет определенным образом. Можно сравнить с животными: чем более простой вид, тем более однотипны его движения. Если пошла творческая энергия, то это становится заметно в человеке. Так же и энергия, возникающая из отождествления с Видящим – это энергия определенного качества. Но в этом тоже нет целостности, хотя есть переживание свободы. И в этом трехмерном мире, в котором живет тело, такое проявление энергии выглядит не гармоничным. Один из вариантов отождествления с Видящим – это некоторые йоги, сидящие помногу лет в неподвижности в пещерах. В таких телах энергия блокируется, потому что есть отрицание «я не это». Когда вы что-то отрицаете, то это прерывает течение праны. Например, если вы отрицаете Бога, то вы его не переживаете, вы прерываете поток внимания к этому явлению. Так и здесь, сначала вы двигались через метод «я не это», но потом он становится для вас ловушкой. Он помогает не отождествляться с тем, что связано, но то, что связано – это тоже я. Необходимо понять что то, что относительно – это тоже я, нет другого. И это определенное состояние, я хочу чтобы вы почувствовали это. Многие мастера останавливаются в своих диалогах на Видящем. Но отрицание всего, что вы видите, не дает вам завершить петлю, и вы попадаете в ловушку Видящего.

Рамана Махарши говорил, что в Индии было несколько уровней Понимания. В йоге энергия поднимается, постепенно доходит до сахасрары и наступает просветление. Но Рамана говорил что это не просветление. Просветление – это когда эта энергия возвращается в сердце. Что это значит? Если рассмотреть чакры в кундалини-йоге, то аджня – это тело Творца или Света, а сахасрара связана с Видящим. И когда энергия опускается в сердце, то Видящий и видимое соединяются в едином акте восприятия. И Рамана Махарши говорит, что когда энергия в сахасраре – это еще не просветление, энергия должна опуститься в сердце. Под сердцем он подразумевал «Самость». Эти циклы не концептуальны, и я хочу чтобы вы, осознавая Видящего, смогли из Него выйти в Бытийность, а из Бытийности в форму, в понимание, что это тоже есть вы. И тогда вы не можете сказать «я свободен». Язык «я свободен» - это не язык просветленного. Обычный человек говорит «я связан», отождествленный с Видящим говорит «я свободен». Это его переживание, но «я свободен» - это относительный язык. Если человек замкнул эту петлю, он не назовет себя свободным. Поэтому когда Пападжи спросили: «Что такое свобода?», он ответил: «Свобода – это рабство». Такая свобода – это утонченная форма рабства.

Мне бы хотелось, чтобы вы этот момент внутренне просмотрели. Фактически вы его можете просмотреть, только переходя из одного измерения в другое, это сдвиг точки самоосознавания: из формы в Свет, из Света в Пустоту, из Пустоты в Свет, из Света в форму. Вы одновременно являетесь всеми тремя составляющими: как тело вы находитесь в служении, у вас нет права голоса, вы делаете то, что Бог делает через вас. Но вы и есть этот Бог, который что-то делает. Поэтому язык плоскости здесь не работает. В адвайте говорится, что вы не делатель. А кто же здесь все делает? Есть сила жизни, которая делает, но вы и есть эта сила... Зачем это разделять. Вопрос делателя или не делателя тоже на этом заканчивается. Все заканчивается коллапсом противоположных понятий: делатель – не делатель, свобода – ограниченность и т.д. Потому что как тело – вы не делатель, как Видящий вы тоже не деятель, но есть пространство светонности, Бытия, которое здесь все творит. И это тоже вы. Поэтому вопрос «делаю или не делаю?» становится абсурдным. И делаю и не делаю одновременно. Так же и со свободой. В конце концов все это останавливается, когда приходит понимание, что все эти понятия требуют разделения на «я и другой».

К чему мы приходим в этом подходе единения всех трех компонентов? Мы приходим к тому, что ничего не надо делать. Но это «ничего не надо делать» важно при вашем одномоментном осознании троичности. Внимание – это такое явление, которое может выхватить какой-то фрагмент и осознать его. Например, проходя вниманием по телу, вы можете опустить его в живот, почувствовать живот, потом почувствовать руки и т.д. Тело всегда едино, но я осознаю какой-то фрагмент. Вы можете вниманием выхватить фрагмент того, что есть форма, затем фрагмент того, что есть Бытие. Например, когда мы занимаемся тайцзи-цюань, вы чувствуете руку, а ногу не чувствуете, а когда чувствуете ногу, не чувствуете руку, а что-то вообще почувствовать не можете. Так и здесь, с помощью внимания вы можете чувствовать разные уровни, например Бытие. И в этом Бытии вы сразу становитесь Творцом и чувствуете «я творю». Как только вы переходите в форму, вы сразу понимаете, что вы машина. Вы попали в это пространство, и вы понимаете, что здесь все заструктурировано внутри вас. Как только вы перенесли внимание в Видящего, вы понимаете, что вы ни во что не вмешиваетесь, вы абсолютно свободны, вы не меняетесь. Вы можете так мироощущать. И вы можете ощутить все составляющие. Например, когда вы реально осознаете руки, осознаете ноги, в конце концов, в какой-то момент вы понимаете, что вы осознаете все тело, его целостность. И вы понимаете это не только головой, вы переживаете это. В этом символичность УШУ: вы начинаете переживать, что тело – это одна система, а не просто знаете, что руки и ноги соединены. Но сначала вы обрабатываете движения руками, потом ногами, т.к. вы не чувствуете тело целостно.

Так и здесь, сначала вы осознаете свою механистичность, затем вы осознаете Бытие, возможность быть Творцом. Потом вы осознаете составляющую свидетельства, которая свободна. И затем, когда вы осознали по-настоящему, не концептуально, вы объединяете все в одно единое явление жизни. Когда вы это объединяете, любое экзистенциальное беспокойство заканчивается, беспокойство по поводу «я и Бог», «я и Истина», «я и Свобода». Все остальные беспокойства могут остаться. Никакой Мастер не может отнять у вас вашу индивидуальную психоэмоциональную составляющую. Мастер может разрушить ваше психологическое чувство отделенности: я и другой, я и Бог, я и Истина. Для тела «другой» останется, для энергии всегда есть другие энергетические формы, но экзистенциально «другого» не будет.

Что это вам дает? Ни одна религиозная система не сможет привлечь вас различными Богами. Вас будет уже не возможно вовлечь в идеологию разобщенности жизни, и в беспокойство о том, что вам нужно просветлеть. Никто не сможет вас заставить сомневаться относительно вашего понимания. А это дает полный экзистенциальный покой, вами не возможно манипулировать. Вы можете поехать в какую-то экзотическую страну просто как турист, а не в целях преклонения перед какими-либо святыми.

Но если ваше понимание только концептуально, то в концепцию всегда можно внедрить агента в виде сомнения.

Вопрос: - Но это же надо прийти к этой целостности, научиться не отождествляться и быть в Видящем.

Сумиран: - Да, поэтому я и говорю нужно прочувствовать эти шаги. Когда вы начинаете переживать творческую часть себя, она по-своему красива, вы способны к действию, которое вертикально. Об этом действии часто говорит Кришнамурти. Если эту прослойку Бытия, которое способно откликаться, творить, выбросить, оставить только Видящего и тело, тогда получается странная картина. Исчезает момент творчества в жизни, потому что тело – это машина, а Видящий – это зеркало. И если я в себе знаю только машину и зеркало, то я теряю энергию потока творения, возможность создать что-то из ничего, из самого себя. Из чего в Свете возникает вселенная? Он из самого себя создает образ. Иногда говорят, что вселенная – это образ Бога. И Свет через это тело может создать что-то. И это очень важно понять. Это вносит в жизнь элемент созидательности, красоты.

Мы обычно доходили до Видящего, но дальше из Видящего нужно войти в материю как в себя. Но входя в материю как в себя, я уже не чувствую себя связанным материей, т.к. я одновременно осознаю Видящего. Зная тело как себя, я одновременно осознаю, что Видящий тоже я. И тот, кто через тело действует – тоже я. И поэтому тело не может создать для меня чувство драматизации, фатализма, потому что я несу в себе составляющую Творца и Свидетеля и осознавая предопределенность тела, я осознаю свою свободу в Видящем и свое творчество в Бытии. И это дает полную матрицу переживания жизни. Одновременно три составляющие в Сознании активизированы.

И дальше все эти три составляющие сводятся к единой потенции, которую вы не можете переживать, т.к. она не переживается. Но если вы одновременно переживаете эту троичность, то вы автоматически осознаете, что она является проявлением единой силы, той, что называют Абсолютом. Это прямое интуитивное постижение.

Если рассматривать это в христианской терминологии, то троичность: Видящий, видимое и процесс наблюдения, – это Бог-Отец, Бог-Сын и Святой Дух, а Абсолют называют Богом Единым или Богом Безымянным. Есть выражение «Бог любит Троицу». Христианские мистики говорили, что этот Бог не имеет имени, но поскольку на него надо указать, мы будем называть это Богом Безымянным. Это То, что проявляет себя через Отца, Сына и Святого Духа.

Эта вселенная не может существовать по-другому, ни одна вселенная не может существовать вне этой троичности: нужен Видящий, нужен объект, нужно внимание. На этой троичности покоится любая форма жизни, а сама троичность покоится на том основании, которое проявляется через эту троичность. Один из символов этого три слона на черепахе.

Ваша задача поэтапно раскрыть это в себе как явление. Прочувствовать каждый этап и соединить их в единую матрицу.

В.: - Сумиран, а Рамана Махарши говорил: «Созерцайте свою Самость, нет ничего кроме Самости». Это разве не происходит автоматически, когда человек осознает эту Самость, то все вокруг становится Самостью. Не нужно потом все время говорить, что это тоже я. Это не естественно.

С.: - А ты думаешь я себе все время повторяю то, что я вам здесь говорю? Если ты видишь себя как что-то, отделенное от другого, то все это говорится. Когда ты соединила все в единую матрицу, ты себе ничего не говоришь, и тебе никто не говорит.

В.: - Ты так раскладываешь, что мы должны себе говорить, что я это, я это и потом что я есть То. Это не нужно, когда человек осознал Самость.

С.: - Когда осознание случилось, уже не нужно.

В.: - А как в Самость попасть? Спрашиваешь себя: «Кто я?», приходит мысль, ты спрашиваешь «чья мысль?», «моя мысль»...

С.: - Рамана давал эту технику. Там три этапа: «Я не это», «Кто я?», «Я есть Он».

В.: - Когда ум начинает думать «кто я?», он приходит в этот центр, и там сгорает.

С.: - Да.

В.: - А где этот центр? Что мешает уму увидеть этот центр?

С.: - Мешает уму увидеть центр идея, что это центр. Центр чего?

В.: - Может сердца? Им же надо как-то это назвать.

С.: - Да, уму надо это как-то назвать. Поэтому сначала вам надо сказать ему «заткнись».

В.: - А он не хочет затыкаться.

С.: - А если не хочет затыкаться, тогда ищи центр, а когда устанешь его искать, ум замолчит самопроизвольно. Те, чей ум не может заткнуться сразу, сначала долго ищут центр. Когда ум понимает, что центр не найдешь, он затихает.

В.: - А Рамана сказал, что он есть.

С.: - Сначала Рамана сказал: «Будь тихим». Когда последовали дальнейшие вопросы... Что значит дальнейшие вопросы? Люди не последовали рекомендации. Тогда он сказал искать центр. Если хочешь что-то делать, ищи центр.

В.: - Я хочу того мироощущения, о котором ты рассказываешь.

С.: - Тогда помолчи. Ты должна понять, что это мироощущение не есть концепция, идеология, место, переживание и все остальное.

В.: - А что осталось?

С.: - То, что осталось. Смотри, то, что осталось – меня устраивает, а тебя нет. Разница в этом. Ты думаешь, я переживаю что-то особенное? Нет. Меня полностью устраивает то, что есть. Экзистенциально меня это устраивает.

Не психоэмоционально. Психоэмоционально мне хочется куда-нибудь на солнышко, может в Тайланд. Но Бога я там искать не собираюсь. И эту Самость, зачем ее искать, если она

здесь. Ты просто создаешь идею, что то, что ты видишь, это не Самость. Потому что тебе бывает дискомфортно психофизически. Но как бы тебе не было психофизически – это Самость.

В.: - Но ты говоришь о мироощущении. Но мое мироощущение не изменилось до этого момента. Оно осталось прежним. Ничего не случилось.

С.: - Поэтому сначала осознай в себе чувство Бытия, потом осознай в себе Свидетеля. Потом объедини это. И потом это случится. Т.е. ты говоришь: «Зачем это делать пошагово, когда есть Самость?»

В.: - Нет, я о том, что ты говоришь, когда человек оказался в Свидетеле, ему нужно осознать, что все остальное, тоже Я.

С.: - Да, нужно. Когда Рамана говорит о Самости, он говорит об этой силе, которая проявляется в троичности. Свидетель – это не Самость, это один из аспектов проявления Самости. А вселенная, которую видит Свидетель, это другой аспект Самости. Поэтому здесь кроме Самости ничего нет. А если кроме Самости ничего нет, то что здесь искать? Кто и что ищет? Если понимание этого полно, происходит остановка, не возможно ничего искать, больше нет никакой свободы или связанности психологически. А тело продолжает проживать свою судьбу. Что такое тело? Говорить, что тело это я – неправильно, или что тело это не я, тоже неправильно. Это фрагмент меня. Поэтому язык «я – не я» уже не работает. Странно утверждать, что вселенная – это я, а тело – это не я, или что тело – это я, а вселенная – это не я, это Бог. Как будто бы Бог есть везде, кроме тела. Говорят, что всё есть Бог, так включи в это «всё» себя и расслабься. Я хочу, чтобы вы полностью расслабились. Будда за пределами всего, это неопределяемое существо.

Для чего создана эта эволюционная пирамида? Чтобы жизнь через нее осознала саму себя. В Мастере она говорит: «Я знаю себя». В животных, как правило, Самость не может осознать самое себя. А в человеке есть потенциал. Это экстаз, когда То, что все это создало, осознать самое себя в человеке. И вся психофизиология человека празднует это.

Кто ищет?

Судак 22 июня 2004 года

Сумиран: Второй аспект нашей утренней беседы - это ищущий. Я вам предлагал днем подумать, посмотреть на это. Хотелось бы послушать ваши наблюдения. Давайте сделаем это вместе, кто-то один аспект выделит, кто-то другой, затем соберем в общую картину. Итак, как мы себя определяем?

Искатель 1: Как тело, есть знание себя как тело.

Искатель 2: Я есть то, что хочет любить всех людей, но происходит какая-то трагедия - хочешь любить всех людей, а у тебя ничего не получается, твои обиды, злоба, зависть мешают этому. И от этого состояние отчаяния.

С.: Сейчас ты говоришь, что есть желание любить, но что-то мешает. Все равно ты сначала определяешь себя, а потом уже желание любить и какие-то препятствия. Сейчас мы пытаемся выяснить вопрос: как мы определяем себя? Как мы себя знаем? И первое, как сказала Лариса, мы знаем себя как тело. Тело нас помещает в пространство, если мы говорим о пространстве и времени, дает некоторое ощущение выделенности в пространстве. Мы воспринимаем много объектов, в том числе и тело. Оно находится в зоне нашего восприятия. Причем не всегда, когда мы спим, мы его не чувствуем, но когда мы просыпаемся, мы воспринимаем сразу множество объектов. В момент пробуждения мы начинаем воспринимать и свое тело в том числе. И мы связываем себя с одним из объектов восприятия нашим телом. Смотрите, здесь интересный момент: при пробуждении воспринимается сразу весь мир, все пространство, и тело является одним из объектов этого мира. Но потом, с помощью мысли, мы себя связываем с телом: я есть именно этот объект. Ум привносит идею, что из всех объектов, которые возникли в момент пробуждения, Я есть именно этот объект. Это помещает нас в пространство, мы попадаем через тело в пространство, получаем связь с пространством. Итак, в настоящий момент мы знаем себя как тело. А как мы себя еще знаем? Что мы еще?

И.: Мысли, любые мысли.

С.: Нет, не любые. Допустим, мысли о море. Ведь мысли о море не являются тобой. А если говорить о мысли, то что является тобой? Ты можешь думать о море и ты можешь думать о себе. В чем разница? И то и другое думанье. А что это за мысли о себе? Какие это мысли?

И.: Мысли о себе как о теле. Можно думать о своих качествах...

С.: О качествах, каких? Статусе. Смотрите, мы себя знаем как некоторые переживания, идеи о себе. Когда мы думаем о себе, что возникает?

И.: Я женщина, мне столько-то лет, меня зовут так-то.

С.: Когда мы думаем о себе, мы думаем в контексте того, что мы родились, мы были ребенком, у нас есть прошлое и будущее. То есть мы себя знаем, если в этом ключе о себе говорить, как некоторые существа, живущие во времени. Но с помощью чего мы об этом знаем? С помощью памяти. Память помогает нам и создает для нас время. Здесь интересный момент посмотрите: обычный человек воспринимает время как объективный процесс, который существует. Но если более внимательно на это посмотреть, то время - это просто форма движения мысли. Если мы не думаем - у нас нет прошлого. Чтобы чувствовать себя некоторой персоной, живущей во времени, необходима память. Если нет памяти, то мы не можем почувствовать себя протяженно. Как мы чувствуем что мы живем? Не просто существуем в данный момент, а живем. Мы вспоминаем кем были когда-то, сопоставляем с тем что мы есть сейчас и возникает ощущение того, что есть время, некоторая протяженность. Для этого нужна память, нужно сопоставить две мысли. Поэтому второе: мы знаем себя через память. Воспоминания, мысли о своем прошлом. Потом мы себя знаем как идею о том, кто мы есть в настоящем: качества свои и так далее. Это просто некоторые мыслеобразы. Первое: мы связаны телом, путем мысли, «Я есть тело» и мы связаны с идеями о себе «Кто я такой». Это просто некоторые представления. Вот эти две вещи: тело и представления о себе. Еще что существует в нас как Я?

И.: Душа существует!

С.: Душа, где она? Покажите мне. Тело я вижу, представление о себе тоже. А душу кто покажет?

И.: Это очень материалистический подход.

С.: Что значит материалистический подход, я хочу посмотреть, я не говорю что ее нет.

И.: Душа - это наши чувства, эмоции, злость, ревность. Чувства внутренние...

С.: Для нас тело очень реально, представления о себе «Кто я такой» тоже достаточно реальны. Что еще достаточно реально в знании о себе или в переживании? Эмоции, чувства. Само чувство «я существую» самоутверждается: нельзя сказать что меня нет, потому что само утверждение, что меня нет, подразумевает что есть кто-то, кто это утверждает. Утверждать свое отсутствие просто невозможно. Итак если взять человека мы видим достаточно отчетливо эти три явления: тело, представления о себе, самоосознание (я существую). Можно сюда ввести еще более тонкие моменты: эмоции и мысли. Мы можем самоопределяться через эмоции и мысли. Далее, я для чего об этом решил поговорить. Когда говорят, что человек движется к богу, какая из этих частей достигает? Вот допустим, возьмем тело, оно достигает Бога?

И.: Мне кажется не достигает.

С.: Если мы говорим о теле, мы видим, что оно находится в пространстве. Бога достигает не тело, более того, мы же говорили что бог не является объектом в пространстве. Тело может достигнуть какого-то объекта в пространстве, но если Бог не является объектом, то значит тело не может его достигнуть. Поэтому сразу возникает много упрощений: все что связано с телом, перемещение его в пространстве или заворачивание его в разные положения не есть путь к Богу. Далее смотрите: тело нас связывает с пространством, идея о себе нас связывает с временем. Чтобы иметь идею о себе нужно иметь память, знание. Без памяти не может быть идей о себе, то есть мы накапливаем определенную информацию, потом из этой информации создаем знания кто мы такие. Накопление информации подразумевает время. То есть идея о себе, образ себя возможен только во времени. Если мы исключаем память, то мы не можем создать образ себя. Нет прошлого - нет образов. Мы просто присутствуем. Поэтому образ себя это то, что помогает нам существовать во времени. То есть у нас есть образ себя вчера, 5, 10 лет назад. Есть образ себя в будущем. Это создается с помощью памяти. Образ себя - это то, что путешествует во времени. Тело - это то, что находится в пространстве, а образ себя - это то, что путешествует во времени. Образ себя - это мысль, а как мысль может достигнуть реальности? Это важно понять! Идея не достигает Бога, то есть идея о себе, представление кто я. Тогда кто достигает? Кто движется к Богу тогда? Тело не движется. Образ, представление, идеи о себе они есть просто знания, просто мысли, набор воспоминаний, они тоже не достигают Бога. Тогда мы говорим что может душа двигается к Богу? Но душа это очень эфемерная вещь. Есть еще чувство «я существую».

И. 1: Душу, мне кажется, как некую тонкую энергетическую субстанцию, кто-то ощущает, а кто-то нет. Это нечто существующее несколько жизней. Несмотря на ограничения, она тоже в некоторых религиях присутствует как нечто, стремящееся к Богу. Вокруг этого много всего разворачивается.

И. 2: Она чем-то от физического тела отличается?

И. 1: Она чем-то конечно отличается, ограниченная во времени и пространстве...

И. 3: Существует же аура вокруг физического тела, значит, и душа существует, хотя мы ее тоже не видим. Ауру мы тоже не видим, а есть люди которые видят...

И. 4: Её не видно, а её чувствуешь, но как?

С.: Смотрите, есть определенные характеристики когда мы что-то чувствуем. Физическое тело можем описать, эмоции: есть агрессия, есть радость. Мы можем говорить о мысли, есть процесс мышления. Значит, если мы говорим о душе, то мы должны почувствовать характеристики свойственные душе.

И. 3: Движение, наверное.

С.: Движение свойственно любому виду материи: тело двигается и эмоции двигаются.

И. 3: Вот ангел-хранитель - это наша душа. Не так давно я поняла.

И. 4: У души есть порывы, есть такое выражение «души прекрасные порывы».

С.: Какие они и почему не ограничится порывами эмоций? Что свойственно порывам души? Как мы понимаем, что это порыв души, а не, допустим, тела?

И. 4: Переживания высокие, наверное, какие-то.

И. 2: Высокие - это редкие что ли?

И. 4: У кого редкие, у кого частые.

И. 1: Это можно так же определить методом отрицания. Есть некие переживания, которые не свойственны телу, не свойственны памяти, которые не свойственны состоянию «Я есть». И есть четвертое, которое имеет место быть. Можно сказать сущность, можно сказать энергетические структуры.

С.: Хорошо, у нас есть некоторые структуры, которые имеют порывы. Кстати мы их утром определили как переживания, которые возникают и проходят.

И. 5: Что же получается, что если они то есть, то нет, то и души тоже?

С.: Это вопрос открытый.

И. 1: Что же получается, если ты во время медитации теряешь чувство тела, то что тела нет? Или во время сна ты тела не чувствуешь, но это не значит что его нет. Так же и душа, если ты не чувствуешь этих порывов, это не значит что души нет. Просто в этот момент она не проявляется. Нужно исследовать это.

С.: Если ты не чувствуешь тело, это не значит что его нет, но это и не значит что оно есть! Вопрос открытый. Когда тело не регистрируется, мы не можем сказать есть оно или нет, мы можем сказать только то, что есть отсутствие регистрации.

И. 5: А кто его регистрирует?

С.: Кто регистрирует тело? Органы чувств и являются телом. Органы чувств и тело - это одно. Смотрите, очень интересное явление, если говорить о регистрации тела, возможно состояние когда мы думаем, но не чувствуем сон. В этом плане можно говорить о том, что существует возможность мыслить, но не чувствовать тело, обратное не возможно. Что значит регистрации того, что у меня есть тело - это мысль. Это важно понять. То есть сигналы из тела поступают в кору головного мозга и дальше, с помощью мышления мы регистрируем факт того, что сигналы пришли.

Как говорят мистики, тело отражается в уме. А в чем отражается ум? Здесь тоже интересный момент: мы думаем только когда мы в сознании. Когда есть сознание возможен процесс осознания мысли. Когда мы в глубоком сне находимся или без сознания, мы процесс мышления не регистрируем. Для того чтобы быть - необходимо сознание. Сознание первично: ум отражается в сознании, тело отражается в уме. Дальше еще интересный момент: если двигаться в обратную сторону, то вселенная отражается в теле, потому что нет тела - нет вселенной. Ведь чтобы воспринимать вселенную необходимо иметь инструмент восприятия - это наше тело. И смотрите какая получается интересная картина: мы считаем, что есть вселенная, а в ней появляется тело. На самом деле появляется тело и в нем отражается вселенная. То есть тело необходимо, без тела не может быть восприятия. Поэтому вселенная отражается в теле, тело отражается в уме, ум отражается в сознании.

Люди ввели понятие достижения Бога. Они начали искать Бога и после определенных попыток увидели, что через тело Бога не возможно достичь. Его не возможно достичь через мысль. И тогда, возможно, была введена концепция души: что есть нечто, что достигает Бога. Просто, как мы говорили, некоторый буфер, идея. Если души нет, и я убедился что тело не достигает Бога, мысль не достигает Бога, то все выглядит очень безнадежно, я не имею никаких шансов. Тогда я просто ввожу понятие о том, что существует нечто, что может достичь Бога, и называю это душой. Это один из вариантов. Что такое душа? Это просто идея, еще одна мысль - у меня есть душа. Еще одна концепция о себе: «я существо, имеющее душу». И более того, я могу подтвердить это, я могу испытывать более тонкие переживания и говорить что это и есть душа, которая может достичь Бога. Я испытываю какие-то порывы, тонкие переживания и считаю, что это часть меня, которая может достичь Бога. Но почему вы так считаете? Что, эта часть может достичь Бога? Тело не может, мысль не может, а эта часть может. Чем она так привилегированна? Попробуйте мне ответить на этот вопрос. В чем привилегия души относительно тела, мысли, эмоции?

И. 3: Вокруг физического тела есть аура и когда человек уходит из жизни, куда уходит это энергетическое тело?

С.: Да, хотелось бы узнать куда уходит? То есть мы не знаем? Очень хочется подумать, что прямо к Богу оно и уходит. Мы не знаем - это хорошая позиция. Когда нет тела, есть аура? Те кто видят ауру вокруг тела, видят ли ауру без тела?

И. 3: Я этого не видела, но знаю что некоторые видят ауру.

С.: А вот если тело умерло, что с аурой происходит? Те люди, которые видят ауру вокруг тела, они ничего не пишут об этом? Аура без тела называется приведение, в простонародье. Аура вокруг тела - это душа, а аура без тела это приведение.

Мы поговорим о том, что происходит с тем, что называется тонким телом или аурой чуть позже. Давайте пока вернемся к тому, что мы знаем не с чужих слов, а из собственного опыта. Из собственного опыта мы знаем физическое тело.

И. 6: Из собственного опыта мы знаем, что оно переживает некоторые ощущения себя или каких-то своих состояний: мне хорошо, мне плохо, мне больно, я чувствую раздражение, я завидую, все эти состояния или совокупности этих переживаний - то что свойственно физическому телу.

С.: Ты разделяешь себя и переживания. Ты говоришь «Я переживаю», ты не говоришь «Я есть» эти переживания. Что такое «Я переживаю»? Кто переживает? Смотрите, можно взять гамму переживаний от момента к моменту и в памяти собрать некоторый образ и это и есть я.

Это один способ. Другой способ, когда есть переживания, но я не говорю что я это. Я говорю, что я переживаю. Когда я говорю Я? Что за этим стоит? За этим Я?

И.: Если нет памяти, человек не переживает.

С.: Не факт.

И. 3: Почему? Если человек теряет память, то он не ориентируется в том пространстве, в котором находится. У него работает одна физиология: кушать, спать...

С.: А физиология - это восприятие.

И. 3: Но памяти нет, нет ориентации.

С.: Это один способ ориентации в пространстве - через память. Но память не есть восприятие, память это способ обработки восприятия. Я получаю сигнал, потом я его сопоставляю со своим опытом и принимаю решение.

И. 6: Помимо переживаний, которые связаны с моим телом и моими эмоциями, мне знакомы некоторые состояния, когда я себя никак не ощущала. Я как бы выпадала из этого... из привычных ощущений, состояний. Знала, что я где-то присутствовала, но я не могла облечь это в слова. Как только мне это не знакомо, то слов для описания я просто не могу найти. Возьмем состояние медитации: когда я вхожу в определенные состояния, где я не ощущаю себя одним и тем же с телом и со своими чувствами и эмоциями. Я не знаю, уходит ли память. Нет, если бы память совсем уходила, мне бы было трудно отследить, что со мной происходит.

С.: Происходит узнавание. Что свойственно для обычных состояний в обычной жизни и тех состояний? Что общее? Есть некто кто их регистрирует. В тебе есть какая-то часть, которая регистрировала те состояния и эти состояния, какая-то часть, которая присутствовала и в этих состояниях и в тех, потому что она может сопоставить.

И. 6: Да, я могу одни описать, мне знакомые, привычные, а другие нет. Они не поддаются моим определениям каким-то.

С.: Смотрите, когда мы сталкиваемся с какими-то переживаниями, то с помощью памяти мы их распознаем. Ребенок, когда он маленький, не распознает состояния, сначала ему их называют: это радость, это слезы. Для него это просто энергетические состояния, которые не возможно описать пока ему не дали определенный лексикон. Люди живут в определенном диапазоне реальности. Когда человек выходит за пределы этого диапазона, то у него нет символов для переживания. И мы говорим: «я переживаю какую-то энергию». Почему я говорю энергию? Потому что нет символов. Поскольку практики, которыми мы начинаем заниматься, в массах не практикуются, то мы сталкиваемся с чем-то, что не имеет аналогов в нашем файле наименований. Вот и все. Разница небольшая, одни переживания мы узнаем, потому что в детстве нам дали аналоги вербальные, а другие переживания мы не опознаем, потому что аналогов нам не дали. Переживания начинаются и заканчиваются, а мы продолжаемся. Так вот кто продолжается?

И. 3: Тело.

С.: Тело является чередой переживаний. Тело меняется: в 4 года мы были не такие. Почему мы называем тело, которое было 20 лет назад, собой, если сейчас все другое?

И. 3: Через полгода тело осталось таким.

С.: Тело меняется от момента к моменту. Внутри нас все меняется даже в течении суток: чувство голода, живот может болеть, эмоции меняются, порывы душевные приходят и уходят, и тем не менее мы себя определяем как нечто, что имеет некоторую протяженность, постоянство. Так вот что это?

И. 5: Ощущение «Я есть» оно же постоянно. В 5 лет и в 20 лет ты постоянно себя ощущал, что ты есть.

С.: Чувство «я существую» общее. Во всех этих состояниях есть чувство, что я присутствую при этом.

Далее мы говорим о том, что что-то внутри нас хочет найти Бога. Какая часть?

Телу нужен Бог? Телу нужно поесть, поспать, сексом позаниматься. Животное Бога не ищет, хотя у него тоже есть тело. То есть у тела свои интересы, которые оно реализует.

Телу Бог не нужен, кроме того, рано или поздно мы его теряем. Дальше, представление о себе, мысли о себе. Мы имеем идею «Кто мы такие». Так же мы можем создать идею о Боге. Но идея достигает только идеи, если мы имеем идею о себе, то идея может достигнуть только идею о Боге, не Бога. Чувство «я есть», присутствует в контексте всей нашей жизни. Причем обратите внимание: чувство «я есть» оно меняется или не меняется? Эмоции меняются. Тело меняется.

Чувство присутствия - понаблюдайте за ним. Чувство присутствия, есть ли это нечто, что подвержено изменениям или присутствие есть присутствие. Просто понаблюдайте за этим. Вы существуете.

И. 6: Для того чтобы наблюдать, надо проживать каждый миг. Ну или время от времени. Даже в течении дня это утомительно будет. Ну я сейчас села так, я пошла куда-то или я...

С.: Это функция. А сам факт того что «Я есть» - это не функция. Здесь важно разделение. «Я есть» - это факт, а что я делаю или «Кто я есть» - это представления. «Я есть» - это факт. А «Кто я» - это относительно, ведь я определяю себя как какой-то набор характеристик. Через какое-то время этот набор меняется. То есть «Кто я» - это относительная характеристика, она меняется со временем, а «Я есть» не меняется со временем. То есть чувство «я существую» является базой, на фоне которой происходят изменения представлений о себе и наших состояний.

И. 5: А во сне этого чувства нет... Этого чувства «Я ЕСТЬ». Где тогда я во сне?

С.: Первое: во сне вы осознаете, что вы существуете, потому что вы наблюдаете сон. Тут нет такой четкости как в состоянии бодрствования, но чтобы регистрировать, надо быть. Вы не можете не быть и регистрировать. Сам факт того, что вы видите сон, определяет то, что вы изначально присутствуете, чтобы его видеть. Теперь состояние глубокого сна, когда мы не видим ничего. Чтобы знать была ты 15 лет назад или не была что ты используешь? Память, мысль. То есть 15 лет назад ты была ребенком, ты что-то переживала, это записывалось в память, потому что в момент, когда ты жила, твоя память функционировала. И она регистрировала то, что ты чувствуешь. А когда ты спишь глубоким сном, память отсутствует, мышления нет, образов нет. А сейчас ты пытаешься вспомнить.

Что значит вспомнить? Использовать мысль, чтобы узнать, что с тобой было в глубоком сне. Но мысль не может коснуться того состояния, в нем мысли отсутствуют. У чувства «Я существую» нет памяти, оно этим и уникально. Память существует у личности. Поэтому чувство «Я существую» не может говорить «я было» или «я буду», оно говорит «Я есть». То есть вопрос с точки зрения «я существую» абсурден. Вопрос задает ум. А ума там не было, безусловно. Чувство «Я есть» не задает таких вопросов. Оно просто себя определяет в каждый момент времени как присутствие.

Так вот опять возвращаемся, а кто же ищущий? Кто же ищет Бога? Тело не ищет. Бывает так, что Бога начинает искать ум. Мы создаем идею Бога. Мы создали идею себя. И мы создали идею Бога. Но что может найти ум? Может ли ум найти Бога? Что значит искать через ум? Ум создает некоторый образ, а чтобы создать образ мы должны использовать память. А память это прошлое, то есть мы используем какую-то информацию, komponуем её по-своему и создаем некоторый образ. Потом мы пытаемся двигаться и этот образ является нашей идеей, нашей концепцией, но не реальностью. Все что мы думаем, является нашими идеями, мы можем создать какие-то представления и к ним двигаться. Поиск, который ведется с помощью ума, никуда не приводит. Вы должны увидеть факт того, что если вы имеете идею Бога и двигаетесь к ней - вы двигаетесь к миражу. Вы двигаетесь не к Богу, а к идее Бога. Соответственно никогда не достигаете, потому что идея - это всего лишь идея, не реальность. Мы можем его придумать, но это будет придуманный Бог. И двигаясь к придуманному Богу, мы всегда будем двигаться в пустоту. Соответственно, если мы ведем поиск с помощью ума, создаем представление, идею как нам двигаться и куда, то это не то.

Таким образом, мы отсекаем вариант движения через тело, через ум. Остается чувство «Я существую». Смотрите, есть две такие вещи. Первое: «Я существую» и дальше я определяю «Кто я». Идея о себе - это ум. Дальше мы говорим, что для достижения Бога тело нам не требуется, поэтому я оставляю «Я есть», но тело «отбрасываю». Далее мы говорим, что для достижения Бога ум не требуется, а ум - это представление о себе. Я отбрасываю представления. Тогда что остается? Я оставляю чувство «Я есть» потому что я чувствую, что это некоторый ключ. Я не говорю что я это или это. То есть я не определяюсь как что-то. Мне это не нужно, если я хочу двигаться к тому, что за пределами пространства и времени. Тело движется в пространстве, ум движется во времени. Я хочу того, что за пределами пространства и времени. Поэтому меня не интересует движение тела и ума соответственно. Я оставляю чувство «Я есть», но я есть кто-то, определение себя, я не использую. Мы пришли к тому, что есть ключевая точка «Я существую». Далее, любая идентификация себя с каким-то переживанием или с телом, или с идеей нам не нужна, она нас отвлекает. Поэтому из всей гаммы представлений о себе я оставляю только это чувство «Я есть». Кто я - это уже не важно. Это важно для социальной жизни, но не важно для поиска Бога.

Мы поговорили о цели, о Боге, мы поговорили об ищущем. Завтра мы попробуем соединить эти вещи: цель, того кто ищет и точку соединения. В принципе мы к ней уже подошли.

И. 6: Мое сознание уже зашкаливает и наступает утомление. Чувствую как я выпадаю из активности и мое сознание не участвует в этом процессе. Я как бы проваливаюсь, выключаюсь.

С.: Это знакомый процесс, когда вы выключаетесь, это даже не самозащита. Когда внимание уже не может следовать за процессом рассмотрения, то теряется живость. Когда вы касаетесь вниманием объекта, это эмоционально переживается, а когда теряете внимание - это выпадение. Но даже если что-то теряется, мы будем возвращаться и опять вместе двигаться.

В том месте, где ты потерялась, в точке, где начинает зашкаливать, мы можем останавливаться. То, о чем мы говорим, - это некоторая провокация к дальнейшему диалогу. Размышляйте над этим и медитируйте над этим. И если вам что-то не ясно, надо прояснять. Постепенно ясность будет возникать. Это необходимо, потому что если нет ясности в этих моментах, то все виды усилий - это блуждание в потёмках.

Беседы в Крыму.

Сон, иллюзия и Реальность

Сумиран: В начале нашего диалога я хочу несколько слов сказать о практике. А именно о процессе засыпания, потому что практика Дза-дзен очень способствует этому процессу. Самая способствующая практика (смеется).

Утром мы говорили о том, что удержание внимания на чувстве «Я существую», является одним из способов не уснуть, потому что, когда вы засыпаете глубоким сном, то чувство «Я существую» вы теряете. Но вы можете заснуть двумя путями. Второй способ заснуть - это заснуть не в фазу глубокого сна, а в фазу сна со сновидениями. Когда мы засыпаем сном со сновидениями, чувство «Я существую» не теряется, потому что мы присутствуем при наблюдении своего сновидения. Что значит заснуть в этом смысле, ведь я же не исчез, я присутствую? Это происходит следующим образом: вы начинаете видеть какие-то образы внутри, то есть ум проецирует образы, до какого-то момента вы помните, что вы сидите в практике и это просто образы. Есть разделение, вы адекватны - вы оцениваете то, что вы видите адекватно, как некоторую проекцию вашего ума. Но иногда наступает момент, когда вы как бы прыгаете в эти образы, то есть вы начинаете воспринимать образы как реальность, значит, вы заснули. Вы теряете эту реальность полностью, и находитесь в реальности сновидения, причем вы не знаете что это сновидение. То есть пока вы спите, вы не знаете, что вы спите. Когда вы спите и знаете, что вы спите, это не совсем уже сон. Это уже осознанное сновидение: с одной стороны я продолжаю видеть сон, но при этом я знаю, что это сон, а я лежу в кровати, или сижу. Надо быть внимательным, к этой фазе засыпания, потому что часто люди, когда сидят, начинают теряться в образах. Просто будьте внимательны, не теряйте адекватность: когда вы начинаете видеть образы вы должны все время помнить, что это образы, картинки, а вы тот, кто их наблюдает. Иначе эта фаза забывания будет моментом вашего засыпания. Когда вы продолжаете видеть картинки, но уже забыли о том, что это всего лишь картинки, сон становится некоторой реальностью, в которой ваша психика начинает существовать, а реальность этого мира перестает для вас существовать. В глубоком сне исчезает как переживающий, так и вселенная. То есть в глубоком сне не существует ни объектов восприятия, ни самоосознания субъекта. А во сне со сновидениями существует самоосознание субъекта, который воспринимает объекты сновидения, но сам субъект не осознает, что те объекты, которые он воспринимает, являются проекциями его собственного мышления, то есть он забыл об этом, и это называется сон.

Далее. Что есть медитация. Медитация, в случае появления образов - это когда я помню, что я наблюдатель, а это всего лишь образы. А в другом случае вы держите внимание на чувстве «Я существую». Если все образы исчезают, то соответственно исчезает и наблюдающий. То есть, наблюдающий и наблюдаемое существуют вместе, если нечего наблюдать, то нет и наблюдающего. Наблюдающий - это тот, кто связан с наблюдаемым процессом наблюдения. Если наблюдать вообще нечего, то я, как наблюдающий, не существую. Именно как наблюдающий, потому что нет объектов наблюдения. Поэтому я существую просто как

переживание «Я есть». То есть, я не могу определить ни свои характеристики, ни свою форму, ни свои размеры, ничего. Мы себя определяем каким образом? Мы отталкиваемся от объектов. Обратите внимание, мы можем себя определить как кого-то только относительно объектов. То есть относительно кого-то я являюсь сыном, относительно кого-то я являюсь матерью или отцом. Мне всегда нужно что-то, от чего я оттолкнусь для самоопределения. Даже когда мы говорим, что мы люди, мы определяем себя относительно биологического ряда, который существует. Если нет биологического ряда, то, что такое «человек» непонятно. Мы вводим понятия определенных типов биологических существ, и мы одно из них, и таким образом мы определяемся как люди. Если мне не от чего «оттолкнуться», то есть, нет объектов, относительно которых я себя определяю, то соответственно я не могу быть кем-то. Я могу только БЫТЬ, но ни кем-то. Чувство «Я есть» остается, но чувство «я есть кто-то» не может быть подтверждено, потому что нет объектов, относительно которых я могу самоидентифицироваться. Более того, я исчезаю как наблюдатель, потому что мне нечего наблюдать. То есть наблюдатель - это некоторая точка, из которой я наблюдаю другого, допустим человека, или образы, или мысли, или эмоции. Но эта точка все равно должна определяться относительно другой точки, которую она наблюдает. Если существует только наблюдатель, и нет наблюдаемого, то наблюдатель не может себя определить даже как определенную точку в пространстве, потому что пространство подразумевает систему координат, а система координат подразумевает уже не одну точку.

Если вы сохраняете чувство «Я существую» при потере объектов, это состояние называют нирвикальпа самадхи. То есть вы не являетесь кем-то, но, тем не менее, присутствуете. Даже не как наблюдатель, потому что наблюдать нечего. Состояние глубокого сна иногда называют бессознательным самадхи: объекты исчезли, но и вы исчезли, вы потеряли себя как некоторое переживание. Говорят, что есть другой вариант, когда объекты исчезают, но сознание за счет интенсивности внимания к самому себе продолжает оставаться самоосознающим. То есть, вы продолжаете испытывать чувство присутствия, но при этом не воспринимая ни одного объекта, включая свое тело, эмоции, мысли. Фактически вы отсутствуете как форма, но присутствуете как ощущение. Это то, что есть самадхи. В этом состоянии нет времени и нет пространства, потому что нет объектов и нет мыслей. А чтобы задать пространство, необходимы объекты, чтобы задать время необходимо сопоставление двух мыслей. Поскольку там это отсутствует, вы находитесь в состоянии, которое вне времени и пространства. Чтобы в него попасть требуется определенная интенсивность внимания. А вот вариант осознанного сновидения для многих знаком, когда мы во сне просто помним, что это сон. И в практике иногда это случается, вы сидите, начинаете видеть образы, картинки прошлого или просто какие-то абстракции, но при этом вы ощущаете тело, вы помните, что вы сидите, а сон продолжается. Тут главное не потерять это чувство: я в практике, а это просто картинки. Будьте к этому внимательны.

Иногда это можно практиковать, когда вы засыпаете. Засыпая, попробуйте нащупать эту точку: что значит уснуть? Попробуйте почувствовать, что это значит. То есть, не пытайтесь не спать, а попробуйте быть осознанными до самого последнего момента, и вы увидите, что там есть переход. Вроде бы вот вы в кровати, а потом раз - кровать исчезала, появилось какое-то сновидение и вы там... Или просто - все исчезло. Эту точку очень интересно понаблюдать, когда вы засыпаете. И та же самая переходная точка возникает, когда вы просыпаетесь. Только что вас не было, и вдруг вы, восприятие возникло. До этого вы не воспринимали комнату, свое тело, мысли, в какой-то момент в зоне восприятия все это возникло. Или вы видели сон, была одна реальность, и вы думали, что это реальность. Потом в какой-то момент вы просыпаетесь, та реальность исчезает, и появляется реальность этого пространства. Можно с этими точками немного поэкспериментировать, я вам рекомендую. Потому что они являются некоторой подсказкой для поиска того, что не меняется. То есть, понимая то, что меняется, мы можем коснуться того, что неизменно, на фоне чего происходят изменения.

Одна из составляющих наших встреч - это беседы, то, что называется исследованием, или на Востоке джняни. Это попытка рассмотреть какие-то моменты, которые создают проблемы в

жизни человека, и путем рассмотрения при определенном понимании прийти к разрешению этих проблем. Многие проблемы объективно не существуют, а созданы неправильным, искаженным восприятием или ошибочными жизненными установками, концепциями. Такие проблемы надо решать не путем изменения событий жизни, а путем пересмотра определенных идей о жизни, или определенных форм восприятия жизни, и это происходит в момент диалога. То есть диалог является не просто информационным обменом, а он является пересмотром в прямом режиме времени. Мы что-то рассматриваем, что мы не можем понять или что нас беспокоит, и начинаем это рассматривать с помощью внимания, и привнесения сознания в эту зону. И часто путем таких диалогов люди освобождаются от каких-то напряжений и проблем психологического характера.

Искатель: Не то чтобы вопрос, а как бы уточнение. Что значит Дза-дзен?

Сумиран: Дза-дзен переводится, как сидеть неподвижно.

И.: А дзен? Это переводное слово?

С.: «Дзен» - это «медитация». В Индии медитацию обозначали словом дхиана. Когда оно пришло в Китай, оно трансформировалось через местный диалект как чань, дхиана стало чань. А когда оно пришло в Японию, чань превратилось в дзен. Дхиан, чань, дзен - это медитация, это просто медитировать.

Дза-дзен - это медитировать сидя, не двигаясь, просто форма медитации. Причем «не двигаясь», относится не только к телу. Мы очень много двигаемся внутренне. Истинный дзен - это когда человек находит то, что действительно не движется. Никогда. Дза-дзен - это поиск того, что никогда не двигается, не двигалось, и не будет двигаться. Это не положение тела, не мысль.

Иногда бывает так: мы сидим, и мысль останавливается. Но это не Дза-дзен, потому что через какое-то время ум опять активизируется. Так же и эмоции, они могут успокоиться, но кто-то пошумел, кто-то что-то сказал не то, и они опять активизируются. То есть Дза-дзен - это поиск того, что никогда не может быть потревожено в человеке. И когда человек это находит, и утверждает в том, что никогда не может быть потревожено, можно сказать что он находится в практике Дза-дзен. А неподвижное положение тела - это просто символ.

И.: Сидение помогает это состояние почувствовать?

С.: Помогает. Почему? Обратите внимание, когда вы сидите, вы можете чувствовать, что вы не являетесь телом, помнить об этом. Но как только вы начинаете двигаться, вы сразу идентифицируете себя. Любое ваше действие, или когда вы начинаете говорить - сразу возникает ощущение: это Я говорю. Возникает переживание себя как говорящего. Любая форма активности не является чем-то неправильным, но она наше внимание на себе акцентирует. И пока мы не устойчивы в чувстве «Я не есть это», то в ней очень сложно удерживать самовоспоминание: Я существую, но я существую не как некоторая форма. Это наиболее легко делать, когда мы сидим неподвижно. Это некоторый...

Из зала: Облегченный вариант.

С.: Да. Это некоторая теплица. То есть в этом состоянии, в определенной атмосфере, когда определенные люди с тобой вместе практикуют, и нет отвлекающих факторов, тебе просто легче помнить об этом. Гораздо сложнее об этом помнить в обычной активности. Только поэтому люди садятся. Когда ты достаточно устойчива, чтобы удерживать это качество в активности, тебе не обязательно сидеть больше. Ты делаешь то, что тебе свойственно, но при этом постоянно помнишь.

И.: Как таковой, как мне кажется, смерти я не боюсь. Физической смерти. Но у меня есть большой страх растворения. Все кто описывают эти состояния, когда начинают садиться в медитацию, или просто приходит состояние само по себе, когда человек начинает соединяться с божественным, по разному это называют. Это состояние меня очень пугает, я это воспринимаю,

как то, что я уже никогда больше не буду существовать... никогда, это слово НИКОГДА для меня паническое. Это бессознательная реакция мешает сделать шаг в этот опыт.

С.: Чтобы немного с этим разобраться... Вот ты говоришь, что ты не боишься физической смерти, но боишься растворения, тогда вопрос следующий: что значит для тебя существовать?

И.: Наверное, осознавать себя. Сложный вопрос.

С.: Что значит осознавать себя?

И.: Ну, дышать.

С.: Чтобы дышать, нужно тело, а ты говоришь, что ты физической смерти не боишься.

И.: Да.

С.: Когда тела не будет, чем дышать будешь?

И.: Есть сознание. И это сознание, которое становится... Вот есть образ, что капля сливается с океаном. И ты становишься не частью, вот чего я боюсь, а единым с чем-то, и как персональное сознание я перестаю существовать. Я становлюсь ничем, но опять же я говорю, что ничего подобного не испытывала, это страх интеллектуальный. Как я представляю, если капля сливается с морем, то ее уже трудно оттуда обратно вычленишь.

С.: Просто не возможно. А тебе хочется быть каплей?

И. (смеется): Это как-то более понятно, скажем. Другого я не понимаю совершенно.

С.: А в чем сложность?

И.: Мне кажется, я перестаю существовать как нечто такое единое.

С.: Ты перестаешь существовать как частное, наоборот. Начинаешь существовать, как единое, и перестаешь как частное.

И.: А. Я понимаю, что ты говоришь, но для меня сейчас я - как что-то единое. А если...mmm... вот обособленность моя...

С.: Обособленность твоя, да.

И.: Для меня это более понятно. А когда там, я так понимаю, я сливаюсь и все, больше ничего не остается.

С.: И ты туда не хочешь?

И.: Я боюсь.

С.: Я сейчас спрашиваю, ты туда хочешь или не хочешь? То, что ты боишься, я уже понял. Смотри, если ты туда хочешь, но боишься - это проблема, а если не хочешь и боишься, то проблем никаких. Тебя туда никто не тянет.

И.: Мне трудно ответить на этот вопрос.

С.: Ты подумай. Потому что мы же тут работаем с ситуацией, которая вызывает сложность в жизни. Некоторые боятся в Индию ехать - там много странных индусов, миллиард. (В зале смеются) Но и не хотят. И у них проблем не возникает с Индией. А некоторые хотят, но боятся. Вот у них проблемы.

Важно определиться с этим растворением, потому что если ты боишься и не хочешь, ну и не иди. Говорят, Господь очень деликатен, никого насильно туда не тянет. Пока человек хочет себя чувствовать обособленным, он себя и чувствует обособленным. Вот если ты туда хочешь, но боишься, тогда можно уже с этим разбираться.

И.: Нет, все-таки боюсь. Я боюсь, что сольюсь и перестану существовать.

С.: Во-первых, я тебя хочу тогда еще немного подбодрить. У тебя сейчас есть некоторая идея, что ты сейчас существуешь. (хохот) Что ты потом сольешься, а сейчас ты существуешь, ты в этом убеждена. Здесь место опасное, давай рассмотрим: а так ли это? Когда люди говорят: я боюсь смерти, или я не боюсь смерти - сам факт того, что человек говорит «я умру потом», или я «сольюсь потом», говорит о том, что он убежден в том, что сейчас-то он не слит с этим, он обособлен.

И дальше мы можем рассматривать эту ситуацию, действительно ли обособленность реальна, или это просто иллюзия, человек себя убедил в том, что он обособлен, что его обособленность имеет некоторое объективное подтверждение. Надо начать не с того, что ты будешь сливаться, или будешь умирать, а с исследования: существуешь ли ты, как персона в настоящем, или это просто твоя идея об этом, ты просто себя так представляешь - обособленно. Если в это глубже войти, все может оказаться совсем не так как кажется. Должно быть желание, готовность рассматривать эти вещи, то есть понимать, что я собой на данный момент представляю, это чувство обособленности, в чем оно выражено. Как ты чувствуешь свою обособленность? В чем твоя уникальность и обособленность от мира?

И.: Ну, мне легче с физического тела начать. Я воспринимаю тех, кто напротив - как других.

С.: Если взять физическое тело, что это такое? Был сперматозоид папы и яйцеклетка мамы, которых ты собой сейчас не называешь. Но твое тело состоит из сперматозоида папы, который не ты, и яйцеклетки мамы, которая тоже не ты. Потом эти клетки, когда они соединяются, начинают делиться. Для того чтобы делиться, они нуждаются в пище, которая поступает из внешней среды в организм матери. Таким образом, твое тело состоит из двух клеток от двух людей, которые тобой не являются, плюс пища, которая поступает из внешней среды, которую ты тоже определяешь не как себя.

(В зале молчание, потом хихиканье)

И. (задумчиво): Получается, что да.

С.: Это если говорить о физическом теле. Теперь, если поговорить о твоих идеях, о мышлении. До определенного момента у тебя не было мышления, потому что не было речи. С какого-то момента в тебя начали из окружающей среды загружать информацию, которую ты собой не считала. До какого-то момента ты понимала, что это мнение папы, мнение мамы, партии, мнение учителя. С некоторого момента ты начала говорить: это мое мнение. А информация изменилась, которой ты оперируешь? То есть вся информация, которой ты оперируешь для своего мнения, была получена из внешней среды от других людей. Где там ты?

И.: Близкие себе идеи я сохранила и ими оперирую.

С.: Близкие себе идеи. Но эти идеи все равно были получены из внешней среды.

И.: Ну и что. Это мне близко. И я, вот как раз моя индивидуальность заключается в том, что я взяла отсюда, отсюда, отсюда. И вот я сейчас из этого набора...

С.: Когда ты говоришь «мне близко», чтобы понять, что какая-то идея тебе близка, что нужно тебе сделать?

И.: Мой мозг совершенно вышибает. У меня чистота в голове...

С.: Слушай меня внимательно. Допустим, мы берем идею и нам надо понять: близка она нам или нет. Вот эта коробочка большая или маленькая?

(берет коробок со спичками)

И.: Средненькая.

С.: Как вы узнали?

И.: Это относительно.

С.: Чтобы определить большая она или маленькая, что нам необходимо?

И.: Сравнить.

С.: Сравнить. То есть, мы определяем характеристику путем сравнения. Смотри дальше. Ты берешь из внешней среды какую-то информацию или идею, и затем определяешь, близка она тебе или не близка. То есть тебе надо сравнить ее, чтобы определить. С чем ты сравниваешь?

И.: Должно быть, с чем-то внутри меня.

С.: С чем?

И.: Резонирует ли эта мысль со мной, моя ли она.

С.: С чем ты сравниваешь идею? Вот допустим вес. Мы не можем сравнивать вес и длину. Два сантиметра, они не больше и не меньше трех килограмм. Поэтому когда ты берешь идею, это мысль, набор мыслей, ты их не можешь сравнить с эмоцией, ты можешь сравнить только с другой идеей. Так вот, когда ты говоришь о близости какой-то информации тебе, ты должна эту информацию сопоставить с той информацией, которая внутри тебя находится, которую ты называешь собой, подходит эта информация той информации, которая уже в тебе находится или не подходит. Так ты определяешь, близка тебе идея или не близка. То есть ты или соглашаешься, или не соглашаешься. Но соглашаешься или не соглашаешься на основе некоторой информации, которая для тебя уже существует. Так вот я спрашиваю, откуда появилась первая информация? Как определился тот блок информации, относительно которого ты сопоставляешь остальные блоки, и которые ты называешь собой?

И.: Получается все извне...

С.: Получается. Ведь ребенок, когда у него еще не было никакой идеи, он не сопоставлял, у него не было близких идей. Вот спросите у Гоши: Гоша, идея просветления тебе близка? Он скажет: я не знаю что это такое. Она ему не близка и не далека. Она ему так. Потому что у Гоши еще нет своих идей. Но ему их скоро сформируют, ему скоро объяснят что хорошо, а что нет. И через эти объяснения в дальнейшем он будет ориентироваться относительно другой информации. То есть он заглатывает информацию, полученную от авторитета, допустим от мамы, и с какого-то момента он начинает заглоченную информацию называть собой, и сопоставлять с этой информацией последующие объемы информации, дополнять ее, переструктурировать. Но изначально все было получено извне. Так где же тут мы?

Тело было получено от слияния двух клеток чужих людей, плюс пища полученная из внешней среды, ум, которым мы обладаем это набор информации, просто определенным образом переструктурированный, но, тем не менее, полученный из внешней среды. Где наша индивидуальность?

Даже если взять эмоциональную базу. Что такое наши эмоции? Это набор психологических паттернов, травм, следы воспитания - нас в детстве определенным образом воспитывали, у нас были какие-то психологические ситуации. Плюс врожденные данные: невротик, сангвиник, холерик. Это все задано центральной нервной системой, скоростью протекания импульсов, электронов в нервной системе, это врожденно, это тоже от папы с мамой. Получается, моя психика - это врожденные структуры, плюс некоторые ситуации внешних событий: кто-то меня ударил, что-то происходило в жизни - и так сформировалось мое психическое состояние, мое мироощущение. То есть все было сформировано внешней средой, плюс биологическая наследственность. А где моя индивидуальность во всем этом?

И.: Все вместе. Набор этих комплексов и есть индивидуальность.

С.: Это я и называю своей...

И.: Это я...

(Смех, шум.)

С.: Вопрос в том, что это делается по согласию. Есть люди, которые уже устали от личности, ну слегка.

Как правило, человек любит свою личность. Подавляющее большинство людей в мире как раз выстраивают личность. Это процесс становления: я становлюсь лучше, получше справа, слева, как я хорошо выгляжу, и так далее. Внутри уже неплохо начал выглядеть. А если внутри что-то не так, то можно внешне что-то подправить. (Все смеются) Много людей этим занимается, но какая-то часть людей видит, что сам этот процесс как раз и есть ловушка. Как ни странно процесс становления с одной стороны дает некоторое удовольствие для личности, для эго, но он же дает и страдание. Это как две стороны одной монеты, нельзя иметь только одну сторону. И часть людей говорит, а есть ли что-то такое, что не имеет второй стороны в виде страдания. Можем ли мы попытаться найти то, что не имеет противоположности в виде страдания, негатива, а имеет только светлую сторону. Можно ли оставаться персоной, которая имеет некоторые накопления и при этом перестает страдать? Не получается, ни у кого еще не получалось. Если нельзя, тогда я хочу разобраться, а кто такая персона, может быть в ней все дело?

И.: Можно по поводу иллюзии? Иллюзия порождена нашей мыслью, да?

С.: Как правило, идеей, да.

И.: Идея какая-то? Она порождена, как, например, комар. Он живет несколько часов, да? И иллюзия, она живет короткое время, и исчезает. Но в то время когда она живет, не является ли она такой же реальностью, как и все, что является реальным, и не влияет ли она с такой силой, как и все, что является не-иллюзией?

С.: Нет. Иллюзия может влиять только на иллюзию. Как компьютерный герой имеет возможность влиять только на компьютерные картинки, но не на тебя, сидящую за компьютером. То есть то, что на экране, влияет на то, что на экране.

И.: Но она же способна порождать в нас эмоции определенные, еще что-то.

С.: Безусловно.

И.: А значит влиять и посредством этого воздействия может побуждать нас к каким-то вещам реальным.

С.: На Востоке определяют Реальность очень конкретно. И тогда становится все на свои места. На Востоке говорят, что вы должны найти то, что не меняется в трех временах - прошлое, настоящее и будущее, и что не меняется в трех состояниях - бодрствования, сна со сновидениями и глубокого сна. Когда вы находите то, что не меняется во времени и не меняется в трех состояниях психики, то есть оно присутствует постоянно, 24 часа в сутки в течение всей вашей жизни, - это и есть Реальность. Все остальное они определяют как иллюзию, включая эмоции, мысли, саму идею себя, потому что все остальное меняется.

И.: Все остальное можно игнорировать.

С.: Не игнорировать, просто знать как иллюзию.

И.: Чувство «Я существую», получается, реальность?

С.: Что происходит с чувством «Я существую» во время глубокого сна?

И.: Ну, оно просто не регистрируется.

С.: Возможно. Смотрите, есть два чувства. Первое - то, что называют сознанием человека. Это отражение осознания, которое едино, от тела. Когда осознание отражается от объекта, то возникает персональное сознание. Обычно то, что мы называем «Я существую» - это ощущение персонального сознания, которое исчезает с исчезновением объекта, как отражение,

которое исчезает, когда зеркало разбивается. Наше чувство «Я существую» - это отражение света Бога от тела. Но отражение - это единственная связь между нами и самим Источником света. То есть, чувство «Я существую» персональное...

И.: Отражение реальности?

С.: Отражение, да. Почему? Потому что оно связано с телом. Но через это чувство можно выйти в сам свет, сам Источник света. Если ты в него выходишь, то практически для тебя сон перестает существовать как таковой, или другое качество приобретает.

И.: Сумиран, можно так рассуждать? Вот человек родился, или, например, в жизни что-то произошло, и он стал горбатым. Он есть. Это то, что не иллюзия. А то, что он горбатый - это иллюзия. Но эта иллюзия не дает ему жить, да? А жизнь - это тоже иллюзия. А тем не менее она воздействует на его чувство «Я есть». Как ему быть, как ему осуществлять это «Я есть» через такой свой образ, который... Может быть он не хочет даже и существовать, потому что он такой есть. Как с этой иллюзией быть?

С.: Первая иллюзия это то, что он родился.

И.: Он горбатый, а значит он...

С.: Нет, нет, нет. Горбатое тело, а он причем здесь?

И.: Но он живет в этом теле. Он, может быть, хочет любить и быть любимым.

С.: Стоп, стоп, стоп. То, что он живет в теле - это еще вопрос.

Первое, я не согласен с тем, что он родился. Второе, я не согласен, что он живет в теле. Тело живет в нем. Потому что тело живет в Сознании. Без сознания нет тела. Когда он спит, у него нет горба, потому что нет сознания. Когда мы спим глубоким сном, мы все одинаковые. Никакого тела. То есть, чтобы регистрировать тело, необходим ум, чтобы регистрировать ум необходимо сознание, чтобы присутствовало сознание необходимо осознание, которое является тем, что мы называем Реальностью.

И.: Поэтому жить все время во сне и не жить в реальности или как это назвать то, что мы сейчас...

С.: Вот смотри. То, что ты переживаешь сейчас - для тебя реальность, а Источник - концепция. Это твоя матрица восприятия. Если ее перевернуть, то для тебя Источник будет реальностью, а эта вселенная будет концепцией, мыслью, проекцией сознания. Существует и Источник и эта вселенная. Но для нас Источник сейчас это только мысль, идея, что есть нечто высшее, а этот мир мы воспринимаем как очень реальный. Когда мы переворачиваем восприятие, мы воспринимаем высшее как факт, а этот мир как концепцию. То есть этот мир остается, он продолжает жить своей жизнью, но он воспринимается как некоторая вторичность, то есть некоторое проявление Реальности, которое мы воспринимаем так же ярко, как сейчас мы воспринимаем этот мир. Все остается.

И.: Я просто хочу для себя понять, если встать на эту точку и принять ее глубоко и смотреть, как говорит поэт, на этот мир как на мыльный пузырь. Наша жизнь это что-то такое, как радужный мыльный пузырь и больше ничего, какая-то иллюзия.

С.: Нет. Здесь есть одна ловушка: ты можешь смотреть на мир как на мыльный пузырь, но себя ты считаешь реальной. То есть я - Ярика, реальная, которая смотрит на мир, как на мыльный пузырь. Это ошибка. В первую очередь надо смотреть на себя так же, как и на мир. Если ты можешь и себя видеть как мыльный пузырь, тогда у тебя не будет перекоса. Когда ты себя не воспринимаешь, как мыльный пузырь, а мир воспринимаешь, как иллюзию - это перекосяк. То есть твое тело - это часть мира.

И.: Но поможет мне это жить здесь и сейчас, или это мне поможет после жизни, или кода? Как это, как я могу... ммм... чем, каким инструментом это будет являться, чтобы мне вот эту жизнь прожить?

С.: Это уберет из жизни страх.

И.: Это может убрать страх? Такая позиция?

С.: Конечно. Но это не позиция, если это позиция, то страх так и останется. Это должно стать фактом, а не концептуальной позицией.

И.: Тогда возникает вопрос, я есть где? В чем я нахожусь? Я вот в этой жизни, но я не в этой жизни - эта жизнь иллюзия.

С.: О...

И.: Я есть ГДЕ?

С.: Да, интересный вопрос, где ты?

И.: В каком я пространстве, где я?

С.: Где ты?

И.: Где я есть, чтобы не бояться, чтобы мне не было страшно?

С.: Ты ЕСТЬ, но ГДЕ ты есть?

И.: Вот где я?

С.: Где ты?

И.: Я не знаю. (Засмеялась. И смех в зале)

С.: Смотри, если ты себя определяешь, как некоторую форму, персону, то тебе надо где-то находиться. Если ты отрицаешь себя, как некоторую персону, как некоторую форму, то есть ты знаешь, что ты существуешь, но при этом ты отрицаешь себя как все, что воспринимаемо, а любая форма является воспринимаемой. Таким образом, ты существуешь, но не имеешь места пребывания. Иисус говорил, что сыну Божьему негде голову преклонить. То есть, у тебя нет места, где ты живешь. Соответственно, ты живешь нигде, но если ты живешь нигде, то ты являешься одновременно и всем. Вот это парадокс. Если ты никто, но при этом ты существуешь, то ты любая форма, которую ты воспринимаешь. Поэтому, в Тибете говорят, что есть восприятие - это факт, но нет того, кто воспринимает. Есть просто пространство восприятия, в котором существует очень много объектов. Это таинство - нет воспринимающего, есть только восприятие.

Далее, ум на фоне восприятия и объектов создает идею субъекта и объекта. То есть ум делит объекты на того, кто воспринимает и то, что он воспринимает. Но это уже включается мысль. На самом деле ты же воспринимаешь и себя и всех остальных, но с помощью мысли ты говоришь что я - это я, а остальные - это другие. Это происходит с помощью ума. Природа ума - разделять. Далее, ты, зная эту природу, не позволяешь уму вводить тебя в заблуждение. То есть, ты все время осознаешь, что ты являешься просто восприятием, которое регистрирует объекты, которые находятся в поле твоего восприятия, включая твое тело, которое не является чем-то обособленным от всей совокупности объектов. И дальше ты начинаешь жить с этой позиции. И смотришь, что из этого получается. Вот ты сейчас спросишь, а что получится? Сделай и посмотри.

И.: Надо немножечко быть тогда не в теле, а над телом. Потому что...

С.: Нет, надо быть вообще нигде. Над телом - это другая точка положения, другой вид позиции. Зачем? Зачем быть над телом? Если ты над телом, то ты себя определяешь как нечто, находящееся в пространстве и времени. И опять ты оказываешься связанной пространством и

временем, понимаешь? Ты ничего толком не меняешь. Даже если ты выходишь астрально из тела, ты оказываешься некоторым объектом просто другого функционального качества. Ну и что? А здесь ты делаешь полный выход за пространство и время.

И.: А может такое измененное восприятие себя, может ли оно быть постоянным? Или оно временно, как медитация пока ты пребываешь вот здесь...

С.: Сначала это вспышками, ты вспоминаешь об этом периодически, ты вспомнила, потом ты забываешь, то есть твое внимание опять схватывается некоторой идеей образа себя. Потом ты опять вспоминаешь. Сначала идет борьба, ты преодолеваешь инерцию, привычку ума определять тебя как какую-то форму. Потому что ты не являешься формой. Но ум определяет тебя от момента к моменту как что-то. Сначала ты преодолеваешь эту инерцию. То есть ты все время себе напоминаешь, чем чаще, тем лучше. Даже ночью. Я иногда ночью сплю, мне снится сон, и я вспоминаю, что я этой практикой занимаюсь, я вспоминаю, что я не являюсь ничем. Даже во сне, то есть это переносится в сновидение, в подсознание человека. Рано или поздно эта привычка напоминать себе становится автоматической, то есть тебе уже не надо делать усилия, она перестает быть практикой и становится медитацией. То есть ты без усилия помнишь, что... Вот как ты сейчас без усилия помнишь, что ты человек, ты себе не говоришь: я человек, я человек - ты это знаешь, нет усилия, вот так же ты без усилия ты будешь знать, что ты не человек.

И.: И через это, наверное, приходит память о прошлых своих состояниях, жизнях...

С.: Нет, прошлые жизни существуют у тебя, как у некоторой персоны. Если ты знаешь себя как Ничто, у тебя нет прошлых жизней, потому что ты не рождалась.

И.: А чтобы избавиться от страха, я понимаю так, что страх перед смертью и перед жизнью и вообще перед всем уйдет тогда, когда ты поймешь где ты.

С.: Когда ты поймешь не ГДЕ ты, потому что пока ты где-то страх все равно остается. А когда ты поймешь, что ты никогда не имела формы, а то, что не имело формы никогда не рождается, и, следовательно, никогда не умрет. То есть вопрос о смерти вообще не стоит. Вопрос о рождении и смерти стоит для того, кто имеет форму. Если ты себя знаешь как то, что не имеет формы, вопрос о рождении и смерти просто не встает. Таких явлений не существует для тебя. То есть в поле твоего восприятия, то, что имеет форму, рождается и умирает, но ты, как само восприятие никогда не рождалось и не умирало, потому что ты не имеешь формы. И, следовательно, вопрос о создании тебя не стоит, потому что создается только то, что имеет форму. И ты об этом все время помнишь. Поэтому вопрос о смерти тебя вообще не интересует, он к тебе никакого отношения не имеет. Пусть этим интересуется то, что имеет форму, но не ты. Ты умираешь сразу, сейчас, от момента к моменту. Ты говоришь «я не вещь» - это и есть смерть. Ты не ждешь смерти, ты умираешь сразу раз и навсегда. Каким образом? Ты перестаешь знать себя как то, что имеет какую-то форму. Смерть может коснуться только того, что имеет форму и живет во времени. А если ты Ничто, то ты не имеешь формы и не живешь во времени. Поэтому смерть тебя не может коснуться. И ты просто это все время знаешь.

И.: Это очень сложно, потому что это, ну я не знаю как... Потому что мы живем вот в этом теле. Да?

С.: Нет.

И.: Но, тем не менее, зачем тогда нам тело дано? Оно дано!

С.: Кому?

И.: Да вот любому из нас.

С.: Сейчас ты говоришь от лица ума, то есть, есть ум...

И.: Во-от. Ум, он не позволит...

С.: Тело дано уму, но кто хозяин ума, ты должна выяснить. Кому дан ум?

И.: Для чего нужно все это? Вот такая высокая философия, для чего она нужна людям, которые не ушли в горы, не бросили социум, не бросили семью. Для чего им такая высокая философия? Можно же сойти с ума, потому что ум будет сражаться за свои позиции, и он не даст так думать.

С.: Потому что, смотри...

И.: Для чего она мне, как она мне поможет эту жизнь жить? Или мне в горы уйти, чтобы не сойти с ума? Или что мне нужно сделать, чтобы мне эта философия помогла жить! А не умопомешательством заниматься. Вот чего я хочу. Для чего мне это?

С.: Как это помогает. Это понимание лишает тебя обособленности. Если ты не обособлена, то ты не боишься, потому что страх - это следствие чувства обособленности, защиты своей обособленности. И если ты не боишься, то ты не будешь агрессивной в этой жизни. Потому что агрессия - это просто реакция на свой страх перед жизнью. А если ты не агрессивна в своей жизни, ты не будешь создавать конфликт для других людей и для себя. Это следствие понимания. Пока я чувствую себя обособленным, я боюсь, следовательно, я агрессивен, следовательно, я создаю конфликт, проблемы. Если я знаю себя как то, что необособленно, я перестаю бояться, следовательно, я перестаю агрессивировать и создавать внешний и внутренний конфликт. Если я действительно это прожил, я реально теряю состояние конфронтации и агрессии к людям и чувство страха. Это то, что может быть достигнуто. Это не вопрос, того, что я просто имею некоторую идею. Это реальное состояние. И люди, которые к этому пришли, демонстрируют это своей жизнью. Это не вопрос ухода в горы или перемещения тела куда-то. Это вопрос качества нашей жизни.

И.: Ну надо с этой мыслью пожить, потому что у меня как матрешка - на один вопрос возникает второй вопрос. (смеется)

С.: Это хорошо. Надо их задавать, и мы будем их разбирать, потому что эти диалоги как раз для того, чтобы снять сомнения. Сейчас мы убеждены в одном. Но путем диалога, возможно, мы сменим свое отношение, позицию. Но для этого надо говорить об этом, говорить, сомневаться, спрашивать. И какие-то сомнения начинают разрешаться. Это важно. Цель диалогов - чтобы у вас не осталось сомнений и непонимания. Вы должны все сами увидеть. Это важно

Беседы в Крыму.

Инчегери Навнатх Сампрадая Парампара

Судак 24 июня 2004 года

Сумиран: Я хочу сказать несколько слов о практике сидения.

Когда вы сидите, ваше внимание направьте на чувство «Я существую». Что значит направить внимание на это чувство? Вы осознаете свое сознание. Для чего это нужно? Для того чтобы во время практики чувство «Я есть» не перешло мягко в «меня нет». Иногда это случается. Человек, который имеет достаточно опыта в практике, никогда не уснет, каким бы он уставшим ни был. Обычный человек, если он садится в практику, то почему бы ни поспать. Заниматься нечем, почему бы ни поспать. Психика так устроена, что она находится в состоянии бодрствования только тогда, когда есть какие-то стимуляторы: телевизор, звуки, образы. А

когда стимуляторов мало, наше сознание настолько слабое, что оно перестает быть осознающим и засыпает. Первое чему вы начинаете учиться - это быть присутствующими без стимуляции. Самого вашего чувства «Я существую» достаточно чтобы не спать. Вы на это чувство свое внимание замыкаете и стараетесь его не потерять - попросту говоря, не уснуть.

Второй момент: Обычно когда мы знаем, что мы существуем, мы параллельно самоопределяемся - мы знаем «кто мы». У нас помимо чувства «Я есть» постоянно создается образ себя.

Первая ваша задача - это держаться чувства «Я существую», не терять его. Вторая - не создавать образ себя, не иметь образа себя. Ум создает образ, а вы его разрушаете. Вы говорите - я не являюсь этим. Почему? Потому что, когда вы сидите все проблемы, которые возникают в психике, возможны только когда вы Кто-то. Ваши права, ваши обязанности, ваше будущее связаны не с чувством «Я существую», а с вашим образом. Вы должны обратить на это внимание. Когда есть образ себя, то появляется будущее и прошлое, появляются обиды, ожидания, проблемы. Если нет образа, то какие бы проблемы не приходили, для них никого нет дома. Кому они будут создавать проблемы? Образ себя - это корень, из которого возникают все остальные психологические сложности. Они опираются именно на то, что есть кто-то и к этому кому-то начинают приходить определенные психологические трудности. Ваша задача не работать с проблемами, а работать с тем, чтобы не было того, у кого есть проблемы. Когда Вас нет и проблем нет. Когда вы не родились, у вас разве были проблемы? У мертвых тоже нет проблем. В чем была проницательность людей медитации? Они поняли, что не обязательно умирать, чтобы не иметь проблем.

Физические проблемы невелики: поесть, поспать - телу много не надо. Большая часть наших проблем носит психологический характер. Они относятся не к телу, которому много не надо, а к ожиданиям, амбициям, ревности, страхам. Весь этот комплекс опирается не на тело, а на «образ себя психологический, то есть «кто я» и «кем я должен стать». Поэтому, как только мы создаем идею о себе, идею о своей жизни, о том, как должно быть, возникает очень большой объем напряжений психологического плана. Но первично мы создаем идею о себе. В практике Дзен мы разрушаем эту идею о себе. Я не знаю кто я, я - никто. Если я никто, то мне не надо думать о будущем, мне не надо строить какие-то планы, не может быть обид. В этом состоянии вы сидите. Это очень интересное состояние, попробуйте его нащупать. В нем вы неуязвимы для ума. Ведь ум - это мысль. Мысль может затронуть только мысль, а ваш образ себя - это тоже мысль. Почему мысли цепляют вас? Вы тоже являетесь мыслью. Компьютерный пират может убить только компьютерного героя. Вас он убить не может, если вы сидите перед компьютером. Мысль приносит беспокойство только мысли. А как мы себя отождествляем с мыслью? Я отождествляю себя с «я - образом. Я знаю, что я вот это и это, и это. Соответственно все остальные мысли, которые приходят в наше сознание, коррелируют с нашим образом, цепляют его, и мы начинаем эмоционально вовлекаться, начинается раскрутка всей нашей психологической жизни. Далее мы говорим: «я не буду создавать себя как мысль, как образ», тогда когда в вашей голове появляются мысли, вы с ними не боретесь, просто они для вас проблемы не составляют. Для кого они будут составлять проблему? Ваша задача не быть мыслью, которая борется с другими мыслями, как обычно люди делают в практике. Они сидят и думают: «Я двигаюсь к просветлению, я должен уничтожить все остальные мысли, особенно негативные, приятные можно оставить на время». То есть они являются мыслью, представлением «Кто я такой», которое работает с другими представлениями. Естественно те представления обладают определенной силой, они беспокоят представление, которое работает с ними и т.д. В Дза-дзен другой подход: вы просто не имеете представлений о себе, поэтому наличие мыслей в вашей голове никаких проблем не представляет. Они просто приходят и уходят. Какое это к вам отношение может иметь? Вы есть, но вы не образ, вы просто присутствие. Поэтому вы двигаетесь в чувство «Я есть» в это присутствие, отказываясь от

любого определения себя как кого-то. Это все чем вам надо заниматься когда вы сидите. То есть не терять чувство «Я существую», все внимание вкладывать в это чувство и не самоопределяться как кто-то. Вы получите определенный психологический эффект, и не только психологический, и постепенно он будет углубляться.

Эта практика называется Инчегери Навнатх Сампрадаяй Парампара. Древняя практика, которая пошла от Риши Даттатрейи, который был воплощением Вишну, Брахмы и Шивы. Эта традиция концентрации внимания или замыкания осознания само на себя, то есть, мы внимание замыкаем на внимание, потому что внимание это и есть чувство существования. Восприятие, которое воспринимает не объекты, а само себя, есть чувство «Я существую». Это символ змеи кусающей себя за хвост.

А дальше следующий параллельный шаг - не позволять уму определять Вас как какой-то объект. Все, больше ничего делать не надо.

Эта практика не связана с какой-то перспективой, здесь нет делателя, потому что делатель подразумевает, что вы что-то делаете, а здесь вы ничего не делаете. Просто присутствуете и не самоопределяетесь. То есть вы ничего не создаете. Большинство практик основано на идее что вы кем-то становитесь, а здесь вы никем не становитесь. Идея становления это идея Эго, в любом случае она приносит конфликт. Здесь нет никакого становления, нет времени, вы всегда присутствуете. А поскольку вы не самоопределяетесь, вам не надо развиваться. Поэтому исчезает конфликт: «А вдруг я не успею. Жизнь так коротка». Успевать не надо, куда вам гнаться. Так вы отбрасываете невроз спешки. Вы сидите, проблемы у вас возникать не могут - потому что не у кого, развиваться тоже некому. И вы попадаете в определенное состояние, которое есть тишина покой мир, любовь. В этом состоянии нет страха, чего бояться: я исчез, но при этом остался. Очень интересно: я исчез как кто-то, но остался как жизнь.

Искатель: А можно продолжить мысль, что это как бы квартира, где ничего нет, никаких атрибутов. Есть сами стены, а я могу сравниться с пустотой, у которой есть эти стены. Или не нужно этого делать? Ограничить пустоту, чтобы не посещали мысли, чтобы ничто не цепляло. Окружить себя этой оркужностью, стенами, или не стоит себе эти образы воображать?

С.: Зачем тебе стены оставлять? Если вынесла все, то выноси и стены.

И.: А кто же тогда я, который все-таки существует. То есть у меня больше пространства чем квартира, дом?

С.: Почему бы и нет. Мы хотим быть большим, чем человек, но при этом остаться в пределах своих стен.

И.: Видите, вы опять к этим стенам, может быть я за стенами...

С.: Аналогия, когда мы берем комнату с мебелью, предполагает что сама комната - это наше персональное сознание. Почему персональное? Потому что есть стены, которые определяют границы. Внутри комнаты существует мебель - это наши эмоции, чувства, переживания - это что-то что нас наполняет.

Далее первый шаг: выносим мебель из комнаты. Остается просто пустотность - это чистое сознание, но оно еще имеет стены, которые определяют нашу персональность, нашу обособленность.

И. 2: А стены это что - личность?

С.: Смотрите, мебель - это идеи о себе, а стены - это идея об ограничении. То есть мебель внутри комнаты - это идея, стена - это тоже идея. Только мебель - это идея о том кто я, а стена - это идея что я ограничен. Это тоже идея. За неё можно не держаться, тогда мы можем представлять не комнату, а просто пространство, точнее оно не представляется, оно переживается. Реальность не надо представлять, мы просто воспринимаем то, что есть.

Чувство «Я существую» не есть представление, не есть мысль в обычном понимании этого слова, оно хорошо тем, что это не форма нашей идеи. А скажем образы, мысли, вторичны: хочу думаю, хочу не думаю и так далее. Поэтому чувство «Я существую» обладает некоторым свойством, которое приближает его к реальности, потому что о нем не надо думать, чтобы оно было. Мы на нем акцентируемся, мы не думаем, что оно есть, мы переживаем это, просто мы не теряем внимание к этому переживанию. Сознание образов во время медитации необходимо для людей, которые не могут сразу удерживать внимание на чувстве «Я существую». Этот подход сделает психику человека более устойчивой и зрелой, чтобы он мог впоследствии сосредоточиться на чувстве «Я существую» и внимание держать без образа. У некоторых людей тела и психика настолько слабые, что когда они на это чувство начинают акцентироваться, они просто или засыпают, или начинают в мысли вовлекаться. Тогда им даются вспомогательные образы. Рано или поздно они должны будут их оставить. Я вам предлагаю сразу отказаться от этих костылей.

Беседы в Крыму.

Механизмы формирования негативных эмоций

Судак 26 июня 2004 года 21:03

Сумиран: Еще раз хочу вам сказать, чтобы вы постарались научиться не засыпать и в тоже время отдыхать. Это искусство расслабиться - расслабить тело, психику, но при этом не уснуть, оно называется состоянием аллертности, т.е. расслабление плюс присутствие внимания - ясность. В практике Дза-дзен ему необходимо научиться потому что, как правило, если человек расслабляется, то он засыпает. Глубокое расслабление для нас связано с состоянием сна. Вот здесь старайтесь сохранить ясность. Учитесь отдыхать, но при этом не в бессознательном состоянии. Это искусство. Но это не сразу происходит. Если вы будете серьезно заниматься, сидеть, много раз засыпать, просыпаться, вы научитесь чувствовать границу перехода в сон. Это все очень постепенно развивается в человеке. И второе, то, что касается наших бесед. Я хочу, чтобы вы понимали, что эти беседы, имеют целью не дать вам определенное концептуальное понимание, а сформировать в вашей психике способность к, с одной стороны, новой форме восприятия, а с другой стороны, к новой форме обработки информации и отклика на какие-то внешние ситуации. То есть, это не теоретические идеи, это формирование совершенно реальной возможности, способности начать по-другому откликаться на вызов внешней среды и внутренней. Это аспекты практики, это не философия. Это не оторвано от жизни, если вам действительно это удастся. И я стараюсь вам давать понемногу раскрытие этого механизма. Хотя мы говорим о некоторых принципах и рассматриваем их, но параллельно я стараюсь всегда двигаться пошагово и показывать вам, что такое исследование вообще, понимание.

Сейчас мы продолжим исследовать нашу утреннюю тему. Я сегодня днем смотрел в этом направлении и нашел еще несколько моментов связанных с тем, что формирует психологический негатив в нашей жизни. Изначально, когда я глядел, я видел три механизма, а

сейчас я около пяти нашел. Мы пока поговорили только об одном. О механизме, когда факты жизни, которые я переживаю в настоящем, сталкиваются с моими представлениями о жизни. И несовпадение фактов и представлений о жизни вызывают эмоциональный негатив. Это один из способов формирования эмоционального негатива. И пока мы еще не говорим, что с этим делать, мы пока просто пытаемся найти механизмы формирования. Пока мы даже еще не пытаемся работать с ними. Потому что перед тем как работать нужно, по возможности, выявить всю гамму. Работа - это еще отдельное занятие. Кажется, понял и разобрался - это не так. Люди часто очень тяжело отпускают многие вещи, даже те, которые вроде бы очевидно приносят страдание. Человек все равно иногда очень жестко цепляется, на словах соглашается, но на деле продолжает по-старому вести себя. Реально изменить какое-то отношение, ситуацию иногда бывает очень не просто. Так вот, давайте дальше смотреть в этом направлении - это как раз есть процесс направления вашего внимания на ситуацию. Давайте попробуем увидеть, что еще вызывает, каким образом еще возникает эмоциональный негатив? Вам становится эмоционально плохо. Да? Мы разобрали один способ, механизм, один аспект возникновения этого. Какие еще? Надо смотреть прямо на свою жизнь, на свои эмоциональные ситуации, когда вам становится плохо. Смотрите и попытайтесь увидеть, по какой цепочке вы это получили, каким образом это развернулось. Какие еще вы видите пути?

Искатель: То есть пути возникновения плохого состояния?

Сумиран: Да.

И. 2: Когда я, например, очень сильно чего-то хочу и не получаю....

И. 3: Когда потребности эмоциональные не удовлетворены. Например, партнер. Возникает с ним какая-то эмоциональная связь, а он находится с другим сейчас в этот момент. Такой разрыв... И поднимается такой эмоциональный негатив...

С.: Смотрите. То, что Лариса говорит - это нечто объективное. Бывает, когда эмоциональное тело требует какой-то пищи, подпитки реально и не получает этой энергии, оно тоже испытывает то, что называется страдание или проблема. Это неудовлетворение реальной потребности, как телу нужна пища реально, и мы если не даем этой пищи, то тело испытывает определенный дискомфорт. Эту ситуацию, о которой Лариса говорит, мы разбирать пока не будем, мы ее только обозначим, потому что она объективна. Бывает объективно нам что-то нужно, а у нас этого нет. Я имею в виду в эмоциональном плане. Это не невротический аспект, а объективный факт. Здесь просто можно говорить об искусстве получения из внешней среды необходимых эмоций или переживаний. Искусство построения отношений с людьми, искусство построения отношений с партнером и т. д. Как существует, допустим, искусство добывание пищи. Или в нашем веке это искусство добывание денег. Какие еще механизмы?

И.: Если когда что-то хочешь и не получаешь.

С.: Но это как раз то, что Лариса говорила - это какая-то потребность, которая не удовлетворяется. Вы приблизительно сказали об одном немножко разными словами.

И.: Потеря близких людей ни с чем не сравнима.

С.: Этот аспект надо посмотреть. Мы иногда попадаем в негативные эмоциональные состояния, когда теряем. Т.е. интенсивность состояния может меняться. Потеря близкого человека - более высокая интенсивность, а потеря кошелька - менее высокая интенсивность, но она существует. Т.е. у меня что-то было и когда это уходит из моей жизни, то исчезновение какой-то вещи или человека, или ситуации, или обстановки, в которой я привык жить, сопровождается эмоциональным негативом, т.е. мы этого не хотим. Я бы это определил как то, что называют привязанность к определенным вещам, к людям, к ситуациям. Что это значит? Когда это исчезает, мы попадаем в состояние эмоционального негатива. Это из разряда того, когда в мою жизнь приходит что-то неприятное, то, что я не хотел, чтобы появлялось, я переживаю эмоциональный негатив. И я эмоционально негативен, когда из моей жизни исчезает

что-то, чего бы я не хотел, чтоб исчезало. Это называется привязанность к приятному и бегство от неприятного. Эти два события иногда тоже создают то, что мы называем проблемой. Почему? Потому что это вызывает эмоциональный негатив. И смотрите, допустим, я с каким-то человеком нахожусь в контакте. Мне с ним хорошо. Это факт. Но когда этот человек по каким-то причинам из моей жизни исчезает, то, обязательно ли мне должно быть плохо? Обязательно ли хорошо должно смениться на плохо? Или просто было хорошо, потом человек исчез, ну исчез. Смотрите: когда общаюсь с человеком, я могу получать наслаждение от самого факта контакта, просто мы общаемся и мне приятно. А могу получать наслаждение от чувства обладания человеком. Мой. Это мой человек, я им обладаю, это мое. Если я получаю наслаждение от чувства контакта, то в момент контакта возникает стимуляция - это стимуляция к позитивным переживаниям. Потом контакт закончился, стимуляции к позитивным переживаниям нет, но нет и стимуляции к негативным переживаниям, т.е. никто меня не стимулирует переживать какое-то несчастье. А если у меня есть чувство обладания этим человеком? Если мне важно именно ощущение принадлежности, то когда человек исчезает, я теряю это ощущение. Я получаю удовольствие не от самого факта контакта с человеком, а еще и от того, что объект или ситуация принадлежит мне. Буддисты говорят, что это одна из основных причин страдания па Земле. Т. е. психология людей. Каждый из 6 миров в буддизме обладает своими основными ловушками психологическими. На планете Земля одна из ловушек базовых - это привязанность. Мы привязаны. Это вызывает эмоциональное страдание при потере.

Вот мы еще один фактор определили. Этот фактор более сложен потому, что он не полностью опирается на наши идеи. Скажем, то, что мы говорили, когда ум, мышление, идеи о жизни сталкиваются с фактами жизни, мы видим, что это конфликт, связанный с нашими представлениями, с мышлением. А вот привязанность - это не совсем мышление. Это более глубокая вещь. Потому что, даже животные привязаны к некоторым вещам, к своей территории, самец к самке привязан, хотя у них нет концептуального описания вселенной. Но все равно у них есть некоторая форма страдания при потере определенных объектов или условий, видно, что они определенным образом реагируют. Вот даже собака, когда теряет хозяина, может умереть, не принимать пищу и т.д. Мы видим, что качество страдания через привязанность имеет корни и с ними надо разбираться. Что это за корни, что это за глубина, возможно ли не быть подверженным этому явлению? Т.е. возможно ли, теряя объект, который нам нравится, отпустить его без эмоционального негатива. Эмоциональный негатив ничего не меняет. Если объект исчез, то исчез, т.е. само эмоциональное состояние не помогает его удержать. Может быть, какие-то действия могут помочь, но действия могут быть в позитивном состоянии психики, а могут быть и в негативном. Возможно ли не получать негативные состояния психики при потере значимых для нас объектов или субъектов? И возможно ли не получать негативные состояния психики, когда что-то вторгается в нашу жизнь, что бы мы не хотели чтобы приходило? С этим можно работать, как-то взаимодействовать, но, опять-таки, без эмоционального негатива. Пока мы только это обозначили, потому что, это явление очень непростое. Это одна из базовых ловушек психики - страдание при потере.

И.: А эмоциональная боль и эмоциональный негатив - это одно и то же?

С.: Не совсем. Вот смотри, какая ситуация. Здесь просто надо глубже смотреть. Когда мы с кем-то связаны, допустим с человеком. С вещью это не так сильно работает. Когда мы близки с человеком, то эмоциональные структуры начинают устанавливать определенные взаимоотношения, т.е. возникает замыкание. Это реальный эффект, наши энергии действительно начинают создавать общую систему. Это просто фактично. Это как общая кровеносная система становится. Только на энергетическом плане, допустим, эмоционально. И когда человек исчезает или переориентируется на другого человека, мы еще на него ориентированны, а он уже закрыт для нас. Получается, достаточно объективное отсекание, а наши системы еще настроены на контакт. Это похоже на то, как если бы мы порезались. Это объективная эмоциональная боль. С ней ничего не сделаешь, ее надо пережить. Это фактичность жизни. Т.е. пока наша эмоциональная структура тела не перестроилась на другой

режим работы, она будет испытывать определенные страдания. Нужно какое-то время, чтобы зажила рука, если она порезана. Какое-то время она будет болеть, никуда не денешься, надо просто терпеть и все. Здесь тоже самое. Но человек привносит в этот аспект разрыва отношений еще много дополнительных страданий, которые уже не являются... Как ты это назвала? Эмоциональная боль, эмоциональный негатив. Да. Эмоциональная боль - это объективно, а эмоциональный негатив, это, когда я начинаю накручивать себя больше. Как правило, смотрите, эмоциональная боль находится в астральном теле, т.е. в эмоциональном теле. А негатив, который связан с потерей, он скорее запускается структурой мысли. Я начинаю себя накручивать через мысли, т.е. мысль помнит о потере. И если бы я себя не накручивал, я через какое-то время уже эмоционально восстановился. А я могу годами через память и ментальный процесс, активизировать свою эмоциональную боль. Т.е. я могу постоянно не давать ране заживать. Она затягивается, а я какую-то активность ментальную проявляю, и она опять начинает болеть. Нужно какое-то время спокойно дать ей зажить, а мы не даем через некоторую ментальную провокацию. Т.е. мы привязаны не только эмоционально - именно замыканием каналов, а мы привязаны еще и через образ человека и т.д.

И.: Скорее через каналы.

С.: Ну, про каналы я сказал, если разрыв произошел, какое - то время пока они не перестроятся, это их боль эмоциональная. А можно так сказать, что это на биохимическом уровне. Если биохимическая реакция происходит, ее нельзя остановить. Это объективная вещь. Но что мы начинаем делать? Мы начинаем с помощью мыслей и ума подкидывать катализатор в эту химическую реакцию, и она никак не кончается. Эмоциональная боль все продолжается и продолжается, потому что мы ее подпитываем некоторой идеей или памятью о человеке.

И. 3: А это же сходно с первым типом, который мы рассматривали утром. Есть представление, что так быть не должно в нашей картине мира...

С.: Это не совсем представление, что так быть не должно. Почему оно немножко отличается? Потому что это просто воспоминание, допустим, я вспоминаю и...

И. 3: Нет, я построила иллюзию типа того, что я с этим человеком, предположим, близким и это мои представления. А реальность она как-то отличается и соответственно конфликт. Т.е. мы вернулись к первому типу.

И. 4: Нет, ну на каком-то этапе ваши представления совпадали и фактически у вас были хорошие отношения, и все было складно, но на каком-то этапе эти ваши взаимоотношения разошлись и убеждения разошлись. Происходит разрыв и здесь уже возникает эмоциональная боль.

С.: Еще как происходит, смотрите, отношения еще существуют, разрыва нет. Но ум создает привязанность и может возникнуть негатив из-за страха, как будет в будущем, как дальше будет. Неуверенность или, допустим, ревность. Часто ревность, это страх потерять партнера. Страшен не сам факт измены, а мысль о том, что ему другой понравится больше чем я, а я привязан. И тогда возникает желание удержать. Т.е. мне нравится этот объект, но я не просто получаю наслаждение от него, а я еще выстраиваю политику как бы его удержать. И сама мысль о том, что мне это не удастся, вызывает у меня депрессию, ревность, страх. Все то, что на самом деле и есть негативные эмоции или психологическая проблема. Я не только владею, но хочу владеть в дальнейшем. Так мы создаем негативные эмоции, в том числе через будущее. В ощущении «я буду владеть» вектор в будущее направлен. Т.е. я владею, хочу владеть и боюсь потерять. У нас часто бывает негатив, когда мы думаем о будущем. Почему мы так ум внимательно изучаем? Ум говорит, что в твою жизнь может что-то неприятное войти, инфляция, еще что-то, с работы могут уволить. Ум создает некоторую перспективу будущего, а я боюсь, т.е. у меня есть сопротивление тому, что в мою жизнь может что-то прийти. Я не хочу привносить что-то. Или я боюсь, что из моей жизни может что-то уйти, таким образом, я

попадаю в определенное психологическое состояние. Т.е. еще ничего не случилось, а я уже в негативе. Почему? Потому что я предполагаю, что это может случиться.

И.: То есть, мы попадаем в зависимость от этих своих проекций.

С.: Да. Получается страх что-то впустить в свою жизнь или страх что-то отпустить из жизни, хотя это еще не случилось. Абстрактные образы формируют реальный негатив. Парадокс получается, это еще абстракция, но негатив-то реален. Психологическое состояние реально, хотя вызвано некоторой идеей или представлением. А идея в следующем: мы не готовы брать то, что жизнь нам даст и относиться к этому без претензий. Что придет, то придет. Если придут сложности, я буду с ними жить, если придет хорошее, буду с хорошим. Я в этом расслаблен. Ведь наш страх не всегда удерживает человека. Чаще наоборот. Наше психологическое напряжение скорее отталкивает человека. Чем больше мы хотим его удержать, тем больше он чувствует напряжение, связанность, дискомфорт. И мы получаем обратный эффект зачастую. Но продолжаем это делать. Продолжаем создавать себе определенное психологическое напряжение из-за этих вещей. Этот механизм психологический тоже надо увидеть, и не просто увидеть, а пресечь. Если мы хотим у себя не создавать этого психологического напряжения, первое, вы должны узнать о нем. Вот сейчас говорим о нем, узнаем. Потом вы должны (второй шаг) увидеть его сами. В обычной жизни у вас куча ситуаций будет. Вы должны увидеть, что это так, что это не просто Сумиран взял, вам сказку рассказал. Вы должны увидеть, как это работает, в какой момент вы попадаете в негатив, и вы смотрите, как вы в него попали и видите, что именно по этой цепочке. И видите, что эта цепочка существует, это не просто какая-то концепция - это факт вашей жизни. А следующий шаг - это уже пресечение этой цепочки. Не позволение этой цепочке разворачиваться и формировать у вас негативное эмоциональное состояние. Как это делается, мы потихонечку тоже будем разбирать. Пока мы это обозначили.

Вот уже три составляющие мы обозначили: 1. Столкновение представлений и фактов. 2. Неудовлетворение реальных потребностей эмоционального тела. И 3-й фактор - это привязанность и отталкивание. Первый и третий фактор они идут через ум. С помощью ума. Ум привязывается и ум пытается отталкивать - это наши отношения. И так же ум создает представления. Хорошо. Еще как вы получаете негатив? Сидите, сидите и вдруг поплохело.

И.: Телу стало плохо, например, какая-то боль в теле возникла.

С.: Ну боль в теле и эмоциональный негатив - это как раз столкновение представлений, что ее не должно быть. Если вы первый фактор понимаете, у вас не будет эмоционального негатива при боли в теле.

И.: Ляг, поспи и все пройдет.

С.: А вот смотрите, еще есть фактор. Первый принцип, когда я сталкиваюсь с фактами внешней среды и, имея представления, не соответствующие фактам внешней среды, получаю негатив. Это я получаю негатив из настоящего. Это все находится в настоящем и факт и мое представление в настоящем. На данный момент времени. Привязанность и отторжение - это мы увидели, как будущее формирует негатив. Мы переносим себя и ситуацию в будущее, а в настоящем мы привязаны к чему-то, т.е. мы что-то ценим, потом переносим это в будущее и начинаем беспокоиться, формировать негатив. А как с помощью прошлого возможно формировать негатив?

И.: Память, память о прошлом, о каких-то событиях, которые вызывали неприятные ощущения и когда они в очередной раз... то ли мы уходим мыслями туда в это переживание, то ли еще что-то приводит нас к тому, что мы, как бы вспомнили. Это заставляет нас повторить эту ситуацию. Вызывается стереотип динамический, повторение пройденного.

С.: Смотрите, еще один способ испортить себе настроение, причем легко, это память о прошлых ситуациях. Что такое память о прошлых ситуациях? Это информационные блоки, которые мы в себе несем, и которые время от времени о себе заявляют. Т.е. на самом деле

сначала мы вспоминаем ситуацию, а потом эмоционально ее наполняем теми эмоциями, которые возможно проживали в реальном режиме времени когда-то, сейчас это просто стало воспоминанием, но эмоции опять наполняют это воспоминание реальным режимом времени. Т.е. в самой ситуации была не память о ситуации, а ситуация, были события и реальные эмоции, а потом что происходит: событий уже нет, а остались мысли, но наполненные теми же реальными эмоциями. Т.е. мы наполняем уже не ситуацию, а мысли о ситуации реальными эмоциями. Вот еще один механизм, который запускается через ум, потому что если бы мы не вспомнили ситуацию, то эмоции ни с того ни с сего могут не возникнуть. Они возникают как возвращение, воспоминание ситуации, а потом уже вовлечение эмоциональное в то, что мы вспоминаем. Через ум получается три механизма: 1. Воспоминание - это когда ум через прошлое создает проблему. 2. Привязанность - ум через будущее создает проблему. 3. Несогласие - это когда ум через настоящее создает проблему.

Первое что необходимо - это как только у вас начинает возникать любая негативная эмоция, вы должны осознать, по какому механизму она возникла. Вот с чего надо начать тренироваться. И четвертый механизм, о котором мы сегодня вечером сказали - это когда эмоциональное тело испытывает какую-то потребность и не получает ее. Этот механизм объективен и с ним ничего не сделаешь, его надо кормить. Это искусство как покормить эмоциональное тело, как получить то, что необходимо. Это искусство, в общем-то, отношения к жизни. Первые три механизма - невротические, а этот механизм требует просто искусства реализации эмоциональной потребности.

И.: А с эмоциональной потребностью все тоже самое как с прошлым? Положим в плане эмоциональной неудовлетворенности в прошлом. Тело страдало эмоционально. Возвращаясь туда к каким-то своим воспоминаниям, можно попасть опять в ту же депрессию, все что там было.

Голос из зала: Как ребенка в детстве...

С.: Ну, да. Это же с помощью памяти. Ты же возвращаешься с помощью воспоминаний. А потом уже наполняешь их эмоциональностью.

И.: Значит без памяти, чисто так по аналогии сложно представить, да?

С.: Можно. Приходится ввести еще одну тонкость. Вы поймите, что наше эмоциональное тело, также как и физическое имеет собственную память. Т.е. память бывает не только ментальная, и в эмоциональном теле, в астральном, записываются определенные впечатывания.

И.: Вот пример хороший - когда работаешь с терапевтом и человека погружаешь в ту ситуацию.

С.: Да, он иногда не может вспомнить ее мысленно, но проживает ее эмоционально, хотя у него образов нет, но он ее эмоционально прожил и отпустил. Бывает и так, но это уже здоровая терапия, не невротическая реакция, когда мыслями все время себя возвращаю и прокручиваю, а здесь у меня в эмоциональном теле есть зона патологическая. Что значит патологическая? Там остался какой-то эмоциональный негативный след, как рубец. Когда мы проживаем ситуации жизненные в эмоциональном теле, и если мы не имеем достаточной осознанности, то остаются рубцы. Т.е. каждая ситуация оставляет след на эмоциональном теле. Если ткань здоровая, то она быстро рассасывает рубец. Молодая ткань достаточно легко потом заживает, а у людей старых сложнее заживают всякие царапины. Психологическое тело, поскольку это не физическая материя, оно может быть очень легко обновляющимся. Т.е. я пережил какую-то ситуацию, где у меня был эмоциональная боль или какой-то стресс, но я её прожил, пережил это чувство, и у меня в эмоциональном теле не осталось рубца, и я живу дальше без психологической травмы. Оно обновляется. Я не позволяю ситуациям оставлять эти рубцы. А обычный человек, если не обладает таким искусством, то у него каждая ситуация оставляет впечатывание в эмоциональном теле. И терапия заключается в том, чтоб эти впечатывания начать уничтожать. И вот тогда через воспоминание, я нахожу эмоциональную травму или шрам, и этот рубец

рассасываю путем терапии. Вот такое воспоминание позитивно. Это есть терапия и исцеление. А когда ум возвращается постоянно к ситуации, и я наоборот накручиваю обиду, я уже забыл, что обижался, но потом опять вернулся в ситуацию, вспомнил какой он негодяй. Это называется патологией. Я усиливаю эту психологическую травму путем мышления, путем воспоминания. Поэтому воспоминание воспоминанию рознь оказывается. Можно как терапию это делать, а можно как невроз наращивать. Надо разбираться, каким образом вы вспоминаете. Вот, кстати, то, что в христианстве называют покаяние, каяться. Т.е покаяние часто наоборот формирует чувство вины: кайся, кайся, ты грешник. Но на самом деле покаяние настоящее - это отпусkanie чувства вины. Наоборот, когда я каюсь, я отпускаю, я прощаю другого, прощаю себя. Покаяние на самом деле, это глубинная терапия. Я расстаюсь с чувством вины за что-то. Вот это есть покаяние. Я возвращаюсь к ситуации и понимаю, что никто не виноват ни я, ни кто-то другой. И я отпускаю эти переживания, энергии. Искусство покаяния - это искусство не нести груз прошлого, эмоциональные травмы прошлого. Это когда прошлое не создает у меня эмоционального негатива, я покаяться, осознал, отпустил и прошлое больше не создает груз на душе. Если человек умеет это делать, то он обладает искусством каяться, а если человек чем больше кается, тем больше чувствует себя грешником, то это искусство невроза. Чем больше каюсь, тем хуже себя чувствую. Странно, зачем каяться? Настоящая христианская мистика помогает избавиться от этого груза, а официальное христианство наоборот заинтересованно в том, чтобы человек себя чувствовал грешником. Тогда ему придется идти в церковь и за деньги выкупать хорошее место в аду или в раю, куда пустят.

И.: Почему, есть индульгенция. Можно заплатить деньги и тебе простят грехи. Это когда денежный эквивалент какой-то вносится.

С.: Церкви это выгодно. Чем больше грешников они сформируют с чувством вины, тем больше денег получают. Задача церкви не помочь человеку чувствовать себя свободным от греха, а помочь чувствовать максимально грешным.

И.: Но не все так однозначно в церкви.

С.: Нет, конечно, не все. Я имею в виду ту церковь, которая вымогает. А так мистическое христианство имеет прекрасные традиции, как любая духовная школа. Есть ветви, которые профанируют, а есть ветвь, которая несет истинные знания. Хорошо разобрались с этим немного.

И еще один фактор хотелось бы сегодня обозначить. Что еще портит нам эмоциональную жизнь? Вы должны четко увидеть, что портит вам жизнь.

И. 2: Может быть старение? Некоторые люди очень расстраиваются, что они не молодеют, а стареют.

С.: Почему они расстраиваются, как ты думаешь?

И. 2: Наверное, функциональные возможности теряют.

С.: Это из серии привязанности. Когда что-то теряется, а я не хочу терять.

И. 2: Нет, функциональные, я имею в виду природные возможности.

С.: Я тоже их имею в виду. Теряются, терять не хочу.

И. 3: Не могу быть все время молодым. Конечно - это привязка определенная.

С.: Это определенная привязка к чувствам, к переживаниям.

И. 2: Многие расстраиваются. Например, папа мой, ему 80 было (смех в зале), он всегда молодым себя чувствовал. Он не заикливался на этом. А когда он слег, то тогда уже понял. Говорил: «Она - болезнь, меня поборола».

С.: Т.е. факты все-таки взяли свое. Но это не только у него такое происходит.

И. 4: Страх смерти или страх потери Эго.

С.: Да, смотрите, Вика обозначила один момент, т.е. страх. Есть разные страхи, есть страхи, вызванные умом. Страх смерти или страх потери Эго. Это важный момент. Мы очень многие вещи в жизни эмоционально не можем переживать позитивно, потому что у нас всегда есть некоторый страх - страх разрушения. Физического, психологического, энергетического. Мы боимся исчезновения. И этот страх также имеет много разных побочных эффектов. Когда я боюсь, я агрессивен часто. Из страха возникает агрессия как желание защитить себя. А когда я агрессивен, сосед агрессивен и все, в общем-то, из хороших побуждений - защитить себя, то общая атмосфера начинает выглядеть очень странно - накапливаем ядерное вооружение во имя мира. И причина этой агрессии именно страх. Т.е. есть страх, что я могу быть уничтожен внешней средой как некоторая персона. Я себя начинаю защищать. Лучшая защита - это нападение. Все это давно уже поняли. Я не могу, допустим, какие-то вещи более интенсивно проживать, потому что я все время помню, что я рано или поздно буду разрушен тем или иным образом. Так вот, с чем этот страх связан и что с ним делать?

И. 2: Люди верующие не боятся, у них нет страха смерти. Они считают, что они из этого мира перейдут в другой мир, т.е. из одного состояния можно перейти в другое состояние.

С.: Честно говоря, я не встречал верующих людей, которые не боятся.

И.: Опять же это перенос в будущее... перенос своих ощущений в будущее.

С.: Да, это есть, но какова база страха, страха исчезновения или страха разрушения, самая первичная база? Потом ум начинает переносить, но самое первичное с чем связано?»

И. 5: С отождествлением с формой.

И. 6: С исчезновением.

С.: Смотрите, это связано с формой восприятия себя как некоторого существа обособленного, которое живет, а потом исчезнет.

Форма страха связана не с умом, это уже вторично, а с формой восприятия себя, знания себя как обособленной формы жизни, которая, по определению, рано или поздно должна исчезнуть. Т.е. эта форма страха и эмоционального негатива связана именно с формой восприятия, знания себя. Она связана не с движением мысли, а со знанием себя как определенного объекта или субъекта. С этой формой страха возможно работать не путем работы с мыслью, а путем знания себя как чего-то другого, т.е. это работа с формой восприятия. Мы должны сместить свое восприятие, чтобы знать себя не как ту личность, которой мы себя знаем сейчас. Потому что то, как мы себя сейчас определяем, порождает страх. Определенную форму страха. Т.е. та форма восприятия, которая у нас сейчас имеется, порождает определенные формы страха.

И.: А другого представления у нас пока нет.

С.: Восприятия. Потому что представление поменять легко. Можно сказать я - Бог, но бояться так же будешь.

И. 6: А у животных же тоже есть восприятие?

С.: Животные тоже воспринимают себя как некоторые обособленные объекты.

И. 6: Ну вот, у них значит тоже есть страх.

С.: У них, безусловно, есть страх, да.

И. 5: Они же агрессивуют, защищают себя.

И. 6: Нет, негативная эмоция как бы...

С.: Формы негативных эмоций есть и у животных, в животном мире. Т.е. они так же подвержены страданию, страху смерти. Животное боится в прямом режиме времени, например, когда на него кто-то кидается. А у человека еще мысль включается, мы не только боимся умереть, когда реальная опасность, но еще и боимся умереть, проецируя это в будущее. Т.е. мы знаем, что умрем и начинаем по этому поводу беспокоиться. Поэтому мы выстраиваем буфер, придумываем царствие божие, следующие жизни все что угодно, а на самом деле это концептуальная защита.

И. 6: Гурджиев сказал, что природе человека не свойственны негативные эмоции.

С.: Здорового человека... Т.е. просветленного. Знающего себя как Бога.

И. 6: Так это же не природа человека - это природа Бога.

С.: Здоровый человек и Бог - это одно и то же. Здоровый человек становится Богом.

И.: Получается, мы подошли к тому моменту, что нам надо лечиться. (Слышится дружный смех) Надо поменять свое восприятие.

С.: Мы подошли к тому моменту, мы об этом уже говорили, что основное, с чем вам необходимо работать - это осознание ума, его движений. Потому что движение ума и создает всю ту структуру конфликта, в которой мы находимся. И плюс к этому нам необходимо понять, что такое восприятие.

Т.е. мы должны понять две вещи: что есть ум, осознать движения ума, увидеть. И что есть восприятие. Мы должны работать с изменением формы восприятия и с изменением или чисткой ума. Т.е. мы должны ум определенным образом почистить, чтобы убрать те структуры, которые вызывают страдания. И мы должны определенным образом изменить фокус восприятия, чтобы убрать то восприятие, которое вызывает страдание. И когда мы имеем чистый ум и правильную форму восприятия, то жизнь перестает быть тем, что есть страдание, как Будда определял. Жизнь перестает нести в себе фактор негативности.

Вот это то, с чем необходимо работать. Это зрелость, когда человек приходит к пониманию, с чем ему надо работать. До этого человек может работать с чем угодно, кроме ума и восприятия. Но пока у него искаженный ум и восприятие, он может делать все что угодно, кучу техник, ездить в Индию, на Гималаи взбираться, но что бы он не делал, ни к чему не приведет, потому что база, на которую он опирается, т.е. его мышление, память, знание и восприятие, несет в себе патологию. Это зрелость и если вы действительно придете к пониманию этого, то вы свои усилия будете направлять на это, а не на какие-то экзотические формы практик и работу с чем-то второстепенным. Потому что это база. Если человек с этим не разобрался - все бесполезно, все что он будет делать. В этом надо иметь определенную убежденность. Поэтому я вам и рекомендую задавать вопросы, т.е. вы должны внутренне получить ощущение, что это правильно. Это даст вам энергию, чтобы начать в этом направлении что-то делать.

Одна из целей наших бесед - это чтобы вы сформировали ощущение, что то, о чем здесь говорится, не пустые слова. И если это так, то вы будете заниматься этим более серьезно, т.е. у вас будет некоторая устремленность с этим разобраться, т.е. часть своего внимания, энергии вы будите этому отдавать. Важно правильно расставить акценты, шкалу ценностей. Жизнь имеет определенную протяженность, и если вы ошибетесь в выборе методики и поймете это только в 80 лет, это будет обидно, по крайней мере.

И.: Т.е. можно продолжать заниматься каким-то видом деятельности, но измениться качественно.

С.: Да, в этом уникальность практики, она не требует изменений событийности жизни. Т.е. исследовать ум и исследовать восприятие - это не действие, это движение внимания. А внимание не требует какого-то специфического образа жизни, уединения в горах или особых ретритов. Это просто ваше внутреннее искусство работы с этим, и если вы обладаете этим

искусством, то вы можете заниматься этим где угодно. Никто даже знать об этом не будет кроме вас, что вы этим занимаетесь. Но это непросто, необходимо наработать некоторое качество и когда мы общаемся, старайтесь проникаться этим. Мы об этом утром поговорили, я сегодня днем сижу и рассматриваю это. Я точно знаю, что я это не помню, у меня в памяти этого нет. Но когда я направляю на это внимание, я открываю какие-то аспекты, т.е. я их просто вижу. Раньше я, может, и не думал вообще об этом, но если мне необходимо, то я могу на какое-то явление посмотреть, и оно мне раскрывается. Т.е. я точно знаю, что не вспоминаю об этом, и если я что-то увидел, я потом это не записываю в память. Я знаю, что когда мне надо, то я опять посмотрю и опять увижу. Таким образом, я не загружаю свой ум информацией. Это как книга. Если в ней есть нужные формулы, я не запоминаю формулы, а закрываю книгу и ставлю на полку. Я знаю, где она стоит, когда мне надо, я ее открою и посмотрю, что мне надо. Здесь тоже самое, когда мне нужна какая-то информация, я смотрю в этом направлении, и я ее получаю, но я не вспоминаю об этом, я ее просто вижу. Я хочу, чтобы вы развили этот механизм в себе - смотреть и видеть все, что вам необходимо видеть и знать. Т.е. вы получаете это знание непосредственно тогда, когда оно вам необходимо. Когда нет необходимости, вы его в своей базе данных не несете. Иначе вы будете просто перегружены.

И еще убежденность должна быть, что пока вы с этим не разберетесь, всё чтобы вы не делали, чтобы свою жизнь как-то подретушировать, это всё просто не серьезно.

У вас должны быть вопросы. Все то, что я говорю, не совсем вписывается в представления обычного человека. У вас должны появиться вопросы! Надо их задавать, потому что вопросы - это сомнения. Пока у вас есть сомнения вы не будете целостны, вы всегда будете фрагментарны, у вас всегда будет конфликт. Вы должны стать целостны в понимании. Ваше понимание должно быть настолько ясным в этих вопросах, что ваша энергия объединится. Она не будет расщепленной - а может это так, а может не так, одна часть думает так.... Тогда вы будете обладать интенсивностью, которая позволит вам выйти за пределы обусловленности. Для этого колоссальная энергия нужна. Это возможно когда вся ваша энергия вся ваша система психофизическая согласна с этим. Тогда однонаправленность появляется. Вы устремлены всеми частями своей психики, души в одном направлении. Это возможно когда у вас есть полная убежденность, ясность и тогда у вас возникает эффект слияния векторов и прорыв. Если у вас какие-то сомнения это вас исподволь гасит, часть энергии сжигается на этих сомнениях. Вы должны начать их убирать, надо начать отслеживать и уничтожать свои деструктивные концепции о жизни. А это происходит путем диалога - вы в чем-то убеждены, но ваши убеждения приводят вас к страданиям, значит с ними что-то не так, надо с ними что-то делать. Путем диалога можно увидеть, что не так и то, что не так убрать, чтоб оно не существовало в вашем представлении. Этим надо заниматься.

И.: Диалог с кем, с оппонентом или с собой? Вернее кто может быть оппонентом?

С.: Пока у вас есть возможность со мной общаться общайтесь со мной. Можете между собой что-то исследовать на кухне, на прогулке, на море. Попробуйте в таком же режиме, но это не просто. Я с людьми работал - это обычно превращается в конфронтацию мнений. Не исследование, а бодание какое-то: «А я вот так считаю...» Искусство исследования это очень тонкое искусство, это не вопрос убеждения «у меня свое мнение, у тебя свое», кто кого перетянет, здесь нет авторитета. Это искусство увидеть факты. Тогда я никого не убеждаю, я просто показываю факты и если у человека ясное видение, он просто соглашается или не соглашается. И если это факты и у человека не искажено восприятие, он скажет: «Да это так». Это не вопрос, что я его убедил. Это искусство диалога не как формы конфронтации и самоутверждения, а как формы поиска истины, который возможен только если люди заинтересованы, оба человека заинтересованы, не в том чтобы статус свой поднять, а в том чтобы понять.

И.: Этот диалог может внутри себя быть?

С.: Может, безусловно, когда вы сидите в дзен молча, то вы внутри можете определенные вещи просматривать. Т.е. сами с собой - это возможно. Я те явления, о которых с вами говорю, вначале просматриваю сам. Вы можете попробовать тоже самое - безусловно будете что-то видеть, что-то нет, пробовать надо. С помощью этих попыток вы начинаете активизировать аджню, которая отвечает за просмотр. И не стесняйтесь, задавайте вопросы, не бойтесь быть глупыми. Лучше быть глупым здесь, чем глупым потом в жизни. Здесь у нас полигонная площадка. Мы здесь для того, чтобы понимать. Здесь можно чувствовать себя совершенно свободно.

И.: А можно какой-нибудь маленький пример, на котором вы просто покажите кратко пример использования механизмов, как можно диалоги придумать... Какой-то конкретизированный пример из жизни.

С.: Мы тут уже час этим занимались. Лучший пример, нет лучший способ - это ваши вопросы и исследование, т.е. какая-то ваша ситуация, вы её не понимаете, затем мы вместе идем - вот это пример из жизни.

И.: Но не всегда это можно озвучить.

С.: Не всегда можно, но что-то можно или попробовать нужно. Если вы не знаете полностью, то хотя бы начать, я буду помогать вам двигаться. Вы первый шаг делаете, а потом вместе начинаем рассматривать.

И.: Значит надо вопросы писать?

С.: Писать, спрашивать, что-то я буду говорить от себя. У нас завтра будет шестой день семинара, т.е. половина. Я половину отработал сам, я вам дал некоторую энергию. Я бы хотел, чтобы от вас пошла отдача в виде ваших наблюдений, размышлений. Мы что-то обозначили, теперь надо это прояснить, делать объемным.

И.: Сумиран, я сейчас попробовала посмотреть какие-то вещи и взаимодействия с другими людьми. Здесь я отслеживаю свои реакции, свои чувства и эмоции, какие мысли у меня возникают в процессе общения, или как я реагирую на ту или иную ситуацию. И я вот это все отслеживаю, делаю какие-то выводы, а дальше что? Отпускаю или корректирую, или просматриваю ситуацию?

С.: Много вопросов. Я, наверное, на них отвечу, но не сегодня. У меня как было, если я вижу какую-то цепочку и нахожу её деструктивной, то она в моей жизни больше не возникает никогда. Т.е. само понимание, настоящее понимание, не позволяет больше этому возникать никогда. Привожу пример: вы идете в гору у вас рюкзак и в него кто-то накидал камней. Вы об этом не знаете. Потом на привале вы начинаете перебирать рюкзак и находите эти камни. Вы понимаете, что они вам не нужны. Просто вы о них не знали, но обнаружили, увидели и после этого у вас точные знания, что вам этот груз не нужен. Просто вы их выкидываете и идете дальше без них. Вот здесь похожая ситуация. Если я прокручиваю свои цепочки и нахожу какие-то цепочки не нужными абсолютно, если ясность, убежденность полная, то избавиться несложно. Это не то, что я буду постепенно избавляться... ничего подобного. От некоторых вещей избавиться можно только если есть полное понимание, что это абсурд. Вообще нет никаких проблем. Но нужно очень ясное видение, что это так. Смотрите, если вы думаете, что вы поняли что это вам не нужно, но это остается, значит вы что-то не поняли.

И.: А может ли здесь в этом осмыслении помочь конспект, дневник? Не обязательно подробно все описывать, допустим, возник вопрос, и я по мере осмысления его констатирую, я это заметила, еще в какой-то ситуации я еще что-то заметила, еще что-то проявилось. Постепенно вытаскивая какие-то особенности деструктивного состояния.

С.: Можно, хуже не будет. Если есть предрасположенность к дневнику можно писать дневник. Это не необходимо, но и не противопоказано. Это должно быть творчество, каждый это по-своему делает. Важно чтобы было желание заниматься, а как оно у каждого будет

выражаться - это индивидуально. Но я хочу сказать, приятно удивлен. У нас есть некоторый дух, атмосфера на этих беседах, который возможен только при заинтересованности людей в том, что происходит. Это чувствуется. Я очень восприимчив к аудитории, я с ней уже больше 10 лет работаю. Мне нравится, я чувствую, у вас есть мотивация - это хорошо. Это здорово, потому что у меня тоже есть мотивация с вами общаться. Значит что-то будет происходить. Очень важно, в какой атмосфере происходит беседа, она имеет тогда свою силу, звучание. Если люди не заинтересованы, то мне просто не о чем говорить с ними. В первую очередь должен быть интерес к этому. Если его нет..... У меня много информации, но она просто не будет рождаться. Информация рождается как некоторый отклик на ваш запрос. Мне не нужна информация, которую я сейчас говорю, я её тысячу раз просматривал и она уже отработана для меня. Но для вас она рождается, как отклик на желание понять что-то. Если у вас не будет желания, мне не о чем будет говорить. Поэтому смотрите, что вам интересно, что можно исследовать.

Беседы в Крыму.

Два пути в «Никуда»

Судак 27 июня 2004 года

Сумиран: Хочу немного сказать о той информации, которая звучит на наших встречах. И хочу еще раз обратить ваше внимание: то, что здесь говорится, не является заранее подготовленным или известным. Информация, которая здесь возникает, является откликом и результатом того, в каком качестве, в каком состоянии находится аудитория. И поэтому, как правило, такие встречи, сатсанги, их глубина, их ценность связана с тем, насколько искренен и интенсивен запрос людей.

Предполагается, что людям, которые приходят на такие встречи, интересен поиск Истины или Бога. Не только решение каких-то своих частных ситуаций, жизненных проблем, такие люди, обычно, приходят к психологам или психотерапевтам. Подразумевается, что у человека имеется стремление, желание разобраться в действительно фундаментальных, базовых вопросах: что есть жизнь? Кто есть я? Есть ли истина? Если она есть, возможно ли ее достижение в этой жизни? Был ли я рожден? Что первично: вселенная или мое сознание? То есть эти вопросы должны как-то внутри вас зреть. Это не просто любопытство, потому что оно очень поверхностно. Должна быть именно страсть, как говорил Кришнамурти: Вы должны страстно желать с этим разобраться, понять. За этим должна быть энергия. Тогда есть возможность передачи от одного человека к другому как мастера к ученику. Есть два канала:

1. Джняни - это канал, когда ученик имеет очень высокую интенсивность желания разобраться. Устремленность к Истине. В человеке есть очень глубокая устремленность к Истине, попытке достичь Бога, слиться с ним. И если у ученика есть такая устремленность определенной интенсивности, то есть возможность искры между человеком, который уже достиг, и человеком который ищет. Как разность потенциалов, если она достигает определенной величины, то проскакивает искра. Если определенного заряда нет, то искры не будет. Должен быть заряд.

В мастере заряд существует всегда, он сам является этим зарядом. А в ученике постепенно формируется желание. И момент зрелости ученика - это когда появляется возможность передачи чего-то, что не может передаться в ином случае.

2. Второй канал передачи больше свойственен Востоку - это Бхакти - любовь. Иногда передача возможна, когда ученик любит мастера. Очень глубокое чувство любви и сонастроенности. Любви не в том смысле, который мы обычно понимаем: привязанности, зависимости, обладания. Именно чистой любви, безусловной любви. Когда есть такие отношения между учеником и мастером это один из каналов, одна из возможностей.

Две возможности: через сердце и через устремленность. И в принципе это одно и то же. Одним людям свойственно объективизировать, им легче любить человека. Человек любит мастера, идет через любовь к нему. А некоторым нет необходимости иметь образ, им достаточно знать само качество. Это внеобъектное, не персональное. Существует влюбленность в Истину за пределами какого-то образа или человека. Но и то и другое в принципе одно и то же, потому что Мастер символ Истины. Кому-то более свойственно и естественно ориентироваться на человека, кому-то более свойственно двигаться к Истине как таковой. Но что необходимо? Одно из этих качеств должно присутствовать внутри вас. И если этого нет, то возможности что-то передать, поделиться по-настоящему, гораздо меньше.

Духовная зрелость не связана с процессом накопления знаний. Человек знающий - духовно незрел. Потому что, что можно знать? Все знания - это наши идеи. А мы говорили о том, что Бог не является идеей. Поэтому все знания бесполезны. Они не говорят о зрелости. Ваше искусство в каких-то методах это еще не духовная зрелость, потому что мы говорили, что Истина не есть объект. Вы не можете с помощью методов достичь ее. Потому что все методы работают с формой. Слушайте, что я говорю: все методы работают с формой, вы не можете иметь метод без формы. Это может быть внешность - физическое тело, мысли, эмоции и все что угодно. Но вам требуется форма, чтобы работать, а Бог не есть форма.

Вы не можете с помощью метода достичь того, что не имеет формы. Поэтому ваше искусство в любом методе или еще в чем-то, ни о чем не говорит в плане постижения Истины. Вы можете достигнуть с помощью метода всего чего угодно, разных вещей, но не Бога. Поэтому ваша духовная зрелость и ваше искусство в методах - это не одно и то же.

Далее: Бог не является переживанием, мы об этом говорили. Поэтому духовная зрелость это не количество вашего опыта. Вы какие-то состояния сознания могли переживать, какие-то психические состояния, какие-то изменённые состояния, энергетические состояния. Все это не говорит о вашей духовной зрелости. То есть все это никак не связано с духовностью. Потому что переживания не есть Истина. Поэтому ни ваши знания, ни искусство в методах, ни ваш прошлый опыт ни о чем не говорят. И когда вы приходите на сатсанг, ваша зрелость определяется только одним: искренней устремленностью к Истине. Вашей интенсивностью, страстью, желанием понять.

Для меня это единственный критерий в человеке, который говорит, насколько он является духовно зрелым. Потому что вы не знаете, куда вам двигаться, но сила самого желания вас будет вести. Ничто другое вас вести не может, потому что все остальное является знаниями. А Бог не может быть знанием. Не может быть знания о пути к тому, что не имеет формы. Поэтому, что вас может вести? Только ваша устремленность, только ваша искренность. Бог сам к вам приходит, вы не можете к нему прийти. Иначе Бог был бы чем-то, чем можно манипулировать. Если есть методы, которыми можно достичь Бога, и они научны, то Бог - это то, чем я могу манипулировать. Хочу, приду сегодня, хочу, приду завтра. А мы не можем этим манипулировать. Соответственно Бог к нам приходит, а не мы к нему. Но Бог откликается на

запрос. То есть когда в человеке интенсивность запроса единения достигает определенной точки, то Бог «замечает» это, вы как бы засвечиваетесь. И он откликается. И то, что можно было бы назвать духовным ростом, - это рост интенсивности вашего желания. Это надо в себе формировать. Потому что куда вы будете двигаться, какими методами? А само желание, саму мотивацию, можно наращивать, никуда не двигаясь. Это есть ваш духовный рост. Желания постепенно исчезают, кроме желания Истины. Вы становитесь целостны в своем желании. Это желание становится единственным. И только люди, имеющие такое качество, могут иметь надежду, что Бог, откликнется.

А если у вас много желаний помимо этого, то вашей интенсивности может быть не достаточно. Это не значит, что вы должны бросить заниматься всем остальным. Бытовые дела и внешняя жизнь остается, но ваше внутреннее желание Истины остается на первом месте.

И еще я хочу сказать, что духовная зрелость не является результатом ваших переживаний, она не результат накоплений. Иисус говорил, что легче верблюду пройти в игольное ушко, чем богатому войти в царствие божие. Это люди очень хорошо подметили, но богатство стали ассоциировать только с деньгами: «Вот у него много денег, поэтому ему тяжело войти в царствие божие. А я не могу заработать, мне будет легче». Но богатство - это не только деньги. Деньги это просто символ накопления, символ обладания. «Богатство» - это символ накопления: кто-то накапливает деньги, кто-то знания, переживания, опыт. Когда Иисус говорит о богатстве, он говорит не о деньгах. Он говорит о человеческом уме, который имеет тенденцию накапливать и за счет этого накопления чувствует свою значимость: «Я есть кто-то и что-то». Многие нищие монахи тоже «богаты», они тоже накапливают переживания, заслуги и т.д. И думают, что они отличаются от человека, который имеет деньги. Имеют некоторую привилегию. На самом деле это не так. Что значит «богатым тяжело войти в царствие божие?» Это сказано о людях, которые накапливают, несут груз обладания чем-то, неважно чем. Таким образом войти в царствие божие возможно только нищему. Еще есть такое выражение: «блаженны нищие духом». Нищие духом - это значит, что у вас нет за душой никаких накоплений, духовных в том числе. Вы ничего не имеете, не считаете, что те переживания, которые были - это ваше достоинство. Вы от всего отказываетесь.

Что значит быть нищим - ничего не иметь? Это состояние когда вы ничего не имеете, не в материальном плане, а в психологическом. Вы отказываетесь от чувства обладания. То о чем мы говорили. Вы отрицаете себя как собственника. А если вы ничем не обладаете, то вы никто. Обратите внимание: вы кто-то, пока вы чем-то обладаете. На внешнем плане это, допустим, семья: вы муж, отец, ребенок. А если у вас нет семьи, то функции мужа, отца, ребенка исчезают. Исчезает чувство обладания, и вы как «кто-то» исчезаете. Этот процесс можно развивать. Обладатель и то, чем он обладает - это одно и тоже. Как наблюдатель и наблюдаемое - это одно, так обладатель и то, чем он обладает, определяют друг друга. Чтоб быть кем-то я должен чем-то обладать. Если я ничем не обладаю - я никто.

Я сейчас говорю не только о внешних предметах, но и о внутренних состояниях, включая тело, эмоции, переживания, состояния сознания. То есть я отказываюсь обладать всем этим. Если я отказываюсь, то я, как персону, которая обладает, не существую. Потому что нет меня как некоторой формы. Тогда я не имею никаких отношений ни с чем, понимаете? Пока вы имеете отношения с чем-то, с человеком или с внутренним состоянием, - это на вас влияет, то есть вы подвержены закону причины и следствия, законам кармы. Некоторые люди говорят о том, что они хотят выйти за пределы закона кармы, но при этом остаться кем-то. Такое наглое заявление: «Я хочу быть кем-то, но при этом быть свободным от кармы». Каким образом? Когда вы влияете на вещь... Что значит влиять на вещь? Это значит обладать. Я обладаю только тем, на что могу влиять. Если я могу влиять на человека, то я им обладаю. Хозяин обладает слугой, поэтому его приказ выполняется. Но невозможно влиять в одном направлении. Ученые это

заметили, они говорят, что наблюдатель влияет на то, что он наблюдает. Но то, что он наблюдает, влияет на наблюдателя. Потому что есть закон действия - противодействия. Поэтому если я чем-то обладаю, то чем я обладаю, влияет на меня. То есть оно в какой-то степени тоже обладает мной. Соответственно я становлюсь одной из вещей, которыми обладаю. Я оказываюсь в цикле взаимосвязи. И говорить о свободе не приходится. Я просто оказываюсь некоторой точкой в паутине. Вся паутина на меня влияет. Есть связи, а я может быть и центральная точка, но что с того, я связан паутиной, которую сам построил. И после этого вы будете говорить о свободе выбора? Вы зависимы от вещей, которыми обладаете. Это факт. И вы можете это увидеть. Немного внимания к жизни и человек видит, как то, что он контролирует, исподволь контролирует его. Даже президент вынужден подстраиваться под народ. Хотя предполагается, что он управляет государством, но если он будет вести себя так, что народу не понравится, его просто сместят. На самом деле ему приходится вести себя так, чтоб народ его переизбрал. Соответственно народ управляет его поведением. Это замкнутый круг. Так же в семье происходит. Не надо брать большие масштабы. Поэтому если у вас есть желание обладать, вами тоже будут обладать. Поэтому если я хочу свободы, я не должен ничем обладать. Это плата, которую никто платить не хочет. А что значит не обладать? Отказаться от контроля. Обладание - это контроль. А мы любим контролировать. Иногда мы это называем лучшими побуждениями. Когда мы контролируем детей, мы называем это воспитанием, заботой. Но часто это весьма жесткий контроль. Ребенок нам это возвращает - он начинает контролировать нас: своими истериками, манипуляциями. Он очень быстро разбирается в ситуации. Это замкнутый круг, по которому движется человек. Психологически перестать контролировать ситуацию, человека, себя очень не просто. Понимание этого - это зрелость.

Искусство взглядом вещи двигать или телепортироваться - это просто фокусы. А зрелость - это понимать то, о чем мы сейчас говорим. Это Понимание, если вы в него глубоко войдете, даст вам свободу. Настоящее Понимание приводит к действию. Если вы понимаете, но это не приводит к изменению, значит вы не понимаете. Вы делаете вид, что понимаете. Если вы понимаете, что вас связывает, то это больше вас не связывает. То есть само понимание вас освобождает. Не так что сначала понял, а потом буду освобождаться. Это не работает, это я вам гарантирую.

Почему вы сейчас меня слушаете? Потому что большинство из вас это попробовали. Обычно ко мне приходят люди, которые много лет занимаются этим. Психологией, просветлением. И они поняли, что-то не так. Занимаюсь, занимаюсь, а до сих пор не просветлел. После этого человек готов слушать. Обычно люди, ум понимает только активность. Если есть задача, цель, метод, то «я понимаю». Людям, которые в этом не накувыркались, как детям, надо сначала дать побегать, а потом, когда они устанут, они способны сидеть на уроках. Иногда требуется лет 10-15 эзотерической активности, чтобы человек мог просто слушать и понимать. Хотя, если человек достаточно разумен, он может это с самого начала сделать. Но таких людей очень мало.

Ваш предыдущий опыт является подводящим. Он просто показывает, что какие-то вещи не работают. Значит, вы что-то не понимаете, следовательно, необходимо задуматься: а правильна ли моя концепция пути движения к Истине? Может мне надо сначала разобраться со своими мозгами, а потом уже что-то делать в этой жизни?

Я сам двигался этим путем, я не сразу столкнулся с Мастерами. Я очень много делал и делал тотально. Я этим жил. Я увидел, что это не работает не потому, что я мало стараюсь, а потому что я что-то недопонимаю. Энтузиазма у меня хватало.

Люди ценят приобретения. Важно не то, что вы чему-то научитесь, а важно, что вы что-то поймете. Научить - это еще одно приобретение в копилку. Но тот, кто приобретает, не изменился, а Понимание работает с самим приобретающим. Это уже зрелость.

Утром мы уже затронули аспект восприятия. Что это такое? Интересно, что я эти темы хотел с вами исследовать, но не получалось. Должно сложиться определенное пространство и ситуация. Некоторые вещи нельзя сказать, не имея определенного пространства. Их можно сказать, но это будет плохим тоном. Будет звучать вычурно, как философия. Я много чего могу сказать, но необходима определенная ситуация, чтобы это было сказано, говорить без ситуации просто невозможно. Я это интуитивно чувствую. Как-то у нас была группа в Воронеже, и мы по одной из книг тибетского просветленного мастера вели беседы. Там был такой эпизод: Он сидит с аудиторией и говорит ей: «Я чувствую ваше внимание, ваш интерес, я сейчас могу некоторые вещи сказать, которые я хотел сказать много лет, но не было определенной ситуации, вы были не в том состоянии, не было смысла вам это говорить. Я хотел. Я ждал. Я несколько лет ждал, чтобы вам это сказать». Когда вы приходите на сатсанг к Мастеру, старайтесь сделать все от вас зависящее, чтобы что-то происходило. Это вы формируете ваше желание, а оно дает возможность быть озвученным чему-то. И слово тогда проникает глубоко. Оно не просто несет информацию, но и силу трансформации. Когда Иисус читает проповедь - это одно. Его слова повторяют 2000 лет проповедники, но это не работает. Поэтому человек должен быть в определенном качестве.

Что у нас вопросами?

Искатель: Я хотела бы разобрать вопрос с чувством «Я есть». Это как-то приходит, как я поняла, это тоже результат перефокусировки внимания или что-то еще, или для этого должна быть какая-то милость? И как это отличается от просто переживания?

Сумиран: Смотрите. Сложность, на мой взгляд, не в фокусировке на чувстве «Я есть», а в том, что оно постоянно модулируется самоопределением. Что такое модуляция? Это наложение одной волны на другую. То есть, мы никогда не переживаем чувство «Я существую» само по себе. Мы всегда модулируем его. Работа идет с тем, чтобы очистить его от любой модуляции «Я есть кто-то». Мы можем говорить научным языком современных людей. Будда немного по-другому об этом говорил. Но нам более понятен такой язык. Переживание «Я существую» модулируется динамикой ума, который определяет нас как какой-то объект. Первая модуляция: «Я есть тело». Она накладывается на чувство «Я существую». Вторая модуляция - это модуляция идеи. Я не только тело, но имею какие-то характеристики: характер, психологическое знание о себе. Обе эти модуляции являются ограничениями. Тело ограничено, и модулируя себя знанием о себе как о теле, мы ограничиваем себя как тело. И второе ограничение - это модуляция психологическая: мы знаем кто мы такие. Реагируя на внешнюю среду, мы откликаемся из представления «кто мы», какими мы должны быть и чему мы должны соответствовать. И после того как мы ограничили себя этими двумя модуляциями: идеей «Я есть тело» и образом себя, мы начинаем от этого усиленно освобождаться. И называем это духовным путем. А мы хотим быть свободными. Получается парадокс: мы себя идентифицируем с тем, что ограничено, а потом начинаем искать свободу.

С чего начинается Адвайта? Не спешите искать свободу. Сначала поймите, действительно ли то, что вы себя идентифицировали с телом и с идеей, это реальность? Или это просто ошибка восприятия? Потому что мы ищем свободу, приняв идею того, что мы есть тело, приняв некоторую идею о себе, кто мы. И из этого состояния мы начинаем искать свободу. Сначала мы постулируем, что мы ограничены, а потом от этого постулата начинаем освобождаться. Так вот, революция в духовности - это когда Мастера говорят: вы не ограничены, не связаны уже сейчас. Вам не надо освобождаться, вам надо просто понять это. Потому что если вы начинаете с того,

что вы связаны, вы начинаете с иллюзии. А, начиная с иллюзии, вы никогда не придете к Истине. Вы начинаете с ложного постулата, а все, построенное на ложном постулате, будет давать ложные теоремы. Если я предполагаю, что прямая - это кривая и построю на этом теоремы, то все они будут не верны. Они не будут работать. Если я начинаю с постулата, что я некоторая персона, ограниченная телом и психикой, и с этого начинаю двигаться в своем поиске, то я никуда не прихожу. Потому что сам постулат был изначально ошибочен. Поэтому, говорят: не спешите освобождаться, посмотрите, откуда у вас взялась идея связанности? Как ваша психика приходит к тому, что вы связаны? Утром мы говорили о тонкости этого явления, которая требует высокой степени вашего внимания. Мы говорили о том, что внимание - это посредник между одним объектом и другим. Из чего состоит внимание: из регистрации. Это нечто не живое, фотоаппарат регистрирует, но он не осознает что регистрирует. То есть это машина, она создает фотографию. Но у нее нет чувства, «Я регистрирую», нет осознания своей регистрации. Так вот, человеческое внимание - это регистрация, в этом мы похожи на обычный фотоаппарат. Физики это выяснили, тот же электромагнитный сигнал попадает на сетчатку глаза, идет химическое преобразование, идет картинка в мозгу. Мы просто регистраторы и наше тело физическое - это фотоаппарат. Что делает нас уникальными? Осознание. Мы на процесс регистрации накладываем чувство «Я существую». Фотоаппарат не осознает. Он существует, но он не знает, что он существует. У человека более сложная психика: мы существуем, и мы знаем, что мы существуем. Это существование и знание об этом существовании. Я знаю, что я есть. Плюс на это накладывается регистрация. Соединение чувства «Я существую» и регистрации дает то, что мы называем вниманием.

Внимание - это регистрация плюс самоосознание. Если мы регистрацию убираем, все объекты из поля восприятия, соответственно внимание минус регистрация остается одно самоосознание. «Я есть», но нет объектов - это то, что есть Творец - чистое Сознание, которое не дифференцируемо, которое вне пространства и времени. Пространство, время и объекты появляются и исчезают одновременно. Не так что было пространство и время, а потом в нем возникли объекты. Появление пространства, времени и объектов одновременно. В этом мистика: пространство и время возникают в момент, когда вы получаете тело. Оно начинает регистрировать вселенную, ту, которую вы видите. Ведь каждый видит свою вселенную в зависимости от тела. Поэтому вселенная, ваше тело, пространство и время возникают одновременно. У вас есть идея, что было пространство и время, и я в него родился. Ничего подобного. Вы, вселенная, время и пространство появились в один момент времени. Пока не было вас, вы не регистрировали вселенную. Соответственно не было регистрации, не было вселенной, времени, пространства.

И.: Отсюда получается, что если я перестану существовать, то и вы перестаете существовать.

С.: Если ты перестанешь существовать, то та вселенная, в которой ты живешь, ты лично, безусловно, перестает существовать. У муравья совсем другая вселенная. На самом деле у каждого своя вселенная. Те объекты, которые ты видишь - это следствие того, что у тебя есть тело. Не будет тела, не будет этих объектов. Не тело следствие вселенной, а вселенная следствие тела, через которое мы воспринимаем.

И.: Я - нечто, вхожу в это тело и с этого момента только все и начинается.

С.: Да, с этого момента. А та вселенная, в которой мы живем, - это и есть наша вселенная. Еще раз смотрите: вселенная, которую вы видите, зависит от того, какое у вас тело, то есть, какие частоты вы считываете. Вселенная - это вещь в себе, она не познаваема. А та вселенная, в которой мы живем, следствие нашего аппарата восприятия, соответственно, та вселенная, которую мы воспринимаем, есть следствие того, какое мы имеем тело. Немного биохимию

меняем, немного наркотиков, алкоголя - уже другая вселенная. Это сильный переворот в сознании. Не тело рождается во вселенную, которую я воспринимаю, а вселенная и тело появляются одновременно. И исчезают они тоже одновременно. Когда я умираю, вся вселенная, которую я знаю, которую я сейчас воспринимаю, тоже умирает со мной. У каждого живого существа своя вселенная. Они рождаются и исчезают одновременно. Смотрите: почему она индивидуальна? Потому что то, что регистрируется, зависит от инструмента, который регистрирует, а у каждого инструмент индивидуален. Поэтому у каждого своя вселенная.

Чувство «Я есть» не является объектом регистрации через тело именно поэтому оно универсально. В этом уникальность этого чувства. Говорят, что Будда, Иисус и муравей переживают «Я есть» одинаково. Это чувство не имеет градации. Это очень ровное состояние, для его регистрации не требуется органов чувств. Оно за пределами органов чувств. Просто вещь в себе. А вот регистрация других объектов является персональной, в зависимости от тела я воспринимаю определенные объекты. И наша индивидуальность связана с формой тела и регистрацией. Наша универсальность не связана с органами восприятия. А абсолютная Истина не может быть субъективной. Но из этого надо сделать вывод, что Бог не может регистрироваться органами чувств. Органы чувств будут искажать, поэтому у каждого будет свой Бог. Следовательно, если мы говорим о едином переживании, как Будда говорил: «Вкус океана везде одинаков», мы делаем вывод о том, что Бог не познается через органы чувств. А также через мышление, потому что у каждого свое мышление. Это тоже будет привносить искажение. То есть Бог - это нечто, что не связано с умопостижением и чувственным восприятием. Тогда мы спрашиваем: «А что это?» Любой объект, любая идея связаны с движением мысли. Но это не может быть Богом, потому что тогда никаких разговоров о единстве быть не может. Тогда мы приходим к тому, что мы должны ориентироваться на то, что не связано с инструментом восприятия, потому что это будет очень расплывчато. Даже если я создал Бога, и потом у меня меняется биохимия от того же наркотика, то и Бог будет меняться. Он будет чем-то вторичным относительно меня. И тогда мы говорим: «А что же не зависит от органов чувств? Есть ли что-то, что не меняется со временем в нашей жизни? Не зависимо от биохимии, от самочувствия и т.д.?

И мы видим, что это знание о том, что «Я есть». Как бы нам не было плохо, хорошо, в каком бы состоянии мы не были, один факт остается: «Я есть». Следовательно, это чувство в человеке является некоторым мостом между предельным и запредельным. Это чувство является ключом, который может нам раскрыть Творца. Здесь есть некоторые тонкости. Первое: мы должны выйти за пределы трех матрешек.

Первая матрешка: я определяю себя как тело и образ. То есть, надо перестать позволять уму определять меня как объект. Это первый шаг. Далее, если мы это делаем, остается просто наблюдатель. Я присутствую, но я не знаю кто я. И если вы это сделаете, то у вас останется чувство, что вы являетесь центром наблюдения, вы есть некоторая точка, которая наблюдает. Вот это ощущение «Я есть», но я есть некоторый центр наблюдения. Оно очень устойчиво, - это Джива, душа. Если вы себя не определяете как кого-то, все равно остается ощущение того, что вы есть обособленность в пространстве. Это вторая матрешка: чувство ограниченности как центра наблюдения.

И. 2: Называть себя кем-то.

С.: Это делает ум, самоопределение с помощью памяти. Как только ум определяет тебя, ты отрицаешь это. И поскольку у нас в уме наработан механизм самоопределения, мы должны наработать такой же устойчивый механизм отрицания этого самоопределения. 24 часа в сутки надо напоминать себе, что я не являюсь тем, чем я себя определяю. Это первая матрешка, это первый уровень работы. На уровне ума.

И.: Ситуации, которые не соответствуют определению меня, есть у меня в уме. Но я сохраняю некоторую целостность, ощущение контакта или это не совсем так? Действие не из каких-то шаблонов. Если даже возникает ситуация, неприятная для меня, несмотря на это я сама в контакте с собой.

С.: Что значит для тебя быть в контакте с собой?

И.: В том чтобы постоянно чувствовать «Я есть»?

С.: Чувство «Я есть» - это очень простое чувство, ты его всегда чувствуешь. В чем заключается твоя работа? Ты можешь действовать по шаблону. Живя в социуме, мы вынуждены действовать по шаблону. Это судьба тела - оно будет действовать по шаблону. Это иногда адекватно. Живя в социуме, мы живем по его закону. Но в чем заключается практика? Ты всегда знаешь, что ты не есть этот шаблон. Ты не есть та роль, которую ты играешь. Ты всегда помнишь об этом. А это очень не просто помнить, мы все время забываем, что это роль. Мы себя знаем как эту роль. Первое - это устойчивое состояние воспоминания в каждой ситуации, что все, что со мной происходит, все роли, которые я играю, мной не являются. Я не определяем как роль, функция и т. д. Я могу играть роль начальника, матери, могу играть великолепно. Но для себя я всегда знаю, что я этим не являюсь. Никогда этим не являлся. Роли возникают: я не был начальником, потом стал; они так же уйдут, это что-то случайное в моей жизни.

И. 3: И по отношению к этим ролям я являюсь наблюдателем.

С.: Да, по отношению к этим ролям вы являетесь наблюдателем. То есть точкой наблюдения. Чтобы быть кем-то нужна память, мысль. А чтобы была память нужно время. Когда вы живете как роль, как личность, то вы находитесь в пространстве и времени. Т.е. время - это память. Через память вы определяете себя, вы знаете себя. Когда вы начинаете жить, как наблюдатель, вы делаете первый шаг. Вы выходите за пределы времени. Наблюдение всегда в настоящем, вы просто наблюдаете, но вы не знаете кто вы. Поэтому время вам не нужно, память вам не нужна, чтобы быть. Вы свободны от фактора времени, оно вас больше не связывает. Это первый шаг к свободе. Но вы еще чувствуете себя точкой наблюдения. Это чувство очень устойчиво - это Джива. Если вы это чувство держите, то находитесь на уровне души. Персональной души, то, что в христианстве называют душой. Если вы в этом состоянии находитесь постоянно, то после смерти вы больше можете не перевоплощаться. Только по своему желанию, если захотите. Это самая тонкая энергия во вселенной - Душа. Но это еще энергия, связанность. Почему? Потому что вы еще связаны чувством обособленности. Есть разделение: Я и то, что я наблюдаю. Это ловушка пространства. Выходя за пределы личности, вы выходите за пределы ловушки времени, но остаетесь в ловушке пространства. Потому что есть ощущение, что есть я и вселенная. И это несет конфликт, это еще тонкая форма страдания. Хотя это состояние несет блаженство, оно не завершено, есть напряжение, потому что вы еще не слились с Богом. Вы еще персональны. В этом состоянии сделать ничего нельзя. Вы просто живете и когда интенсивность достигает определенной точки, то состояние персональности и чувство себя центром наблюдения исчезает. И вы вдруг обнаруживаете себя как поле сознания, в котором находится наблюдатель и наблюдаемые объекты. То есть ваша идентификация с центром наблюдения исчезает и перераспределяется на пространство, в котором происходит наблюдение. Но это происходит не через усилие, это невозможно сделать через усилие. Отрицание - это некоторая форма усилия, необходимая для выхода за пределы личности. А выход за пределы души - это милость Бога, которая проявляется при определенной интенсивности самоосознавания себя как центра наблюдения. Когда интенсивность достигает определенного предела, обособленность взрывается в целое, и вы себя уже знаете как объем сознания, в котором происходит вся эта активность. Тело, личность, свидетель, - это все

остаётся, но вы уже знаете себя, как сам объём сознания, а не как детали, которые находятся в сознании. Это следующая матрешка - выход за пределы души.

И.: Это и есть сошествие Святого духа?

С.: Да, это и есть сошествие Святого духа. Если вам интересны христианские термины, мы можем раскрывать в свете Христианской терминологии.

И.: Тогда с душой соединение на уровне христианства это...

С.: Смотрите, есть троица знаменитая: Отец, Сын, Святой дух. Соединение с Христом - это слияние души, то есть вашего свидетеля, с источником этого свидетеля. Часть вливается в целое. Но мы об этом чуть позже поговорим, нам еще нужны некоторые детали, что бы об этом говорить. Это вещи, о которых можно и нужно говорить, но нам надо подготовить концептуальный аппарат. Потому что Иисус - это еще не предел, потому что есть еще Отец, то, что называют Отцом в христианстве. Это еще одна матрешка: сам Творец имеет Источник. И об этом христианские мистики говорят. Но этот Источник неопишуем, об этом нельзя ничего сказать. Вы из личности переходите в душу, из души переходите в Бога, из Бога переходите в Источник. Если вы себя знаете как личность, ваш следующий шаг - это знать себя как Дживу, наблюдателя. Вы наблюдатель, вы центр, который наблюдает. Вы наблюдаете свои мысли, ощущения, энергии, состояния сознания, но при этом вы знаете, что вы не это. Вы все время помните и отрицаете себя как любое проявление, которое вы наблюдаете. Из этого состояния происходит слияние с Творцом. Это состояние «Я существую», но не как что-то. Вот эта ваша практика. Вы знаете, что вы есть, но вы не позволяете себе самоопределяться. И если вы в этом настойчивы, то постепенно это становится не усилием, а спонтанным действием. Как сейчас вы автоматически определяете себя как тело и человека. Вы не говорите: я человек, я человек, я человек. Вы просто знаете, это автоматически. Точно также вы будете помнить спонтанно, что вы не человек, и вообще ничто из воспринимаемого вами. Это становится медитацией. Спонтанное знание в каждый момент времени о том, что вы ничем не являетесь, кроме как полем внимания, можно определить как медитацию. Медитация - это не усилие. Самопроизвольное отсутствие какой-либо самоопределенности при констатации того, что я существую - есть медитация.

И. 3: На пути этого осознания возможен конфликт между тем, что я постоянно привык осознать, что я есть и отождествлять себя с этим и тем, что я вношу новые понятия в свое сознание. Или как я все время осознал то, что я есть, а теперь я новое понятие противоположное вношу. Я теперь не есть то, что я есть. Здесь возникает конфликт в том, что я отрицаю то, что было до этого. В этот момент у человека много сил уходит на то, чтобы решить этот конфликт.

С.: Конфликт существует не в вашей природе. Если у Вас есть, какая-то патология в теле, то, когда вы исправляете эту патологию, патология будет чувствовать себя не удобно. Если у человека плохая осанка, то при ее исправлении человек будет чувствовать себя неудобно. Ум привык находиться в искаженном положении, которое вызывает страдание, и болезнь. Исправляя это положение, мы будем испытывать сопротивление и некоторый кризис. Это в медицине называется восстановительный кризис, кто занимался телом, тот может знать. В теле, есть патологии, мы о них уже забыли, не замечаем, но когда начинаем выздоравливать, становиться не лучше, а хуже. Потому что мы вводим в поле осознания хронические болезни. А хроника, это известно в медицине, восстанавливается через обострение. Острая фаза, потом сходит на нет.

И. 3: Иногда говорят: я пришел поправить здоровье, а получилось наоборот.

С.: Тут нужна определенная степень терпения и вера. Без веры очень трудно иногда пройти какие-то кризисы, но важно различие: вы можете ухудшать состояние здоровья и психики, потому что вы что-то неправильно делаете. Здесь необходима глубокая интуиция или мастер наставник, который за вами присматривает. Или нужен внутренний садгуру, который говорит, что все нормально, или внешний, который вас поддерживает. Иногда это можно пройти на некоторой интуиции: у тебя все разваливается, а ты понимаешь, что все хорошо, а каким местом ты понимаешь не понятно. Иногда тело через это должно пройти для некоторой трансформации. Бывает глубинное чувство радости, ты понимаешь, что все правильно. Это не рациональная вещь, это требует тонкого проникновения в природу явлений, которые в тебе происходят. Не у всех людей существует тонкость проникновения, обычно требуется поддержка человека, который тебя курирует. Или просто вера, но она более слепа. Естественно будут какие-то сложности. Не без этого.

И.: Мы сейчас должны перенастраивать системы.

С.: Слово «должны» - некорректно. Не должны. Это ваш выбор. Вы не должны, но я вам рекомендую, если вы хотите что-то изменить.

И.: Получается так, что мы сами себе внушаем, что я не образ, что я нечто другое и т.д. Если человеку постоянно говорить, то он поверит в это. Это психологический эффект. Человек может себе внушить все что захочет.

С.: Безусловно. Первое, что ты себе внушила - то, что ты человек. Это первое внушение. А внушение, как мы говорили, мнимую болезнь, можно убрать только мнимым лекарством. Если человек воображает, что он человек, значит лекарства против этого нет. Нужно просто убрать эту идею. Ты не гипнотизируешь себя, а разгипнотизируешь себя. Все наоборот. Это как бы контридея. Ты начинаешь с идеи и потом проверяешь это. Ты начинаешь смотреть, как меняется твое мироощущение, что происходит с сознанием. Идея всегда утверждающая, согласись. А отрицание идей - это не совсем идея. Мы несем идею «Я человек» и плюс набор понятий о себе, это утверждающие понятия.

Как выстраивать практику? Просто перестань утверждать, что ты являешься чем-то. Не нравится тебе работать с идеей отрицания - не работай. Просто перестать работать с идеей утверждения. Живи вообще без идей. Более корректно сказать, что мы не создаем идею «Я не это». Просто отбрасываем идею «Я это». И останемся вообще без идеи. И тогда не будет сомнений. Откуда они возьмутся, если нет почвы. Нет человека, нет проблем.

По поводу веры есть история: проповедник с кафедры говорит своей пастве: «Сейчас я вам объясню, что такое вера. Обратите внимание на прихожан, сидящих в первом ряду. В первом ряду сидит Иван и Мария и пять их детей. Мария знает, что это ее дети. Это есть знание. А Иван верит, что это его дети. Вот это, паства, и есть вера». Итак, с определением Веры мы тоже разобрались.

И. 3: А можно про сон. Мы на одной из бесед говорили, что хорошо бы было отслеживать состояние перехода: ухода ко сну и обратно. Дело в том, что я пробовала много раз, но у меня точка перехода совершенно теряется. Может быть, есть какая-то рекомендация?

С.: Первое, не надо это делать лежа. Потому что у нас, есть два контура бодрствования. Один идет в центральную нервную систему. Она активизирует центр бодрствования. А другой контур замкнут на спинной мозг, в позвоночнике. Когда мы сидим, он в некотором тонусе и это не позволяет центру бодрствования отключаться. Сон - это релаксация нервной системы и если мы лежим, то также происходит релаксация второго контура, и мы просто засыпаем. А когда

сидим, некоторый тонус за счет второго контура остается. Второе: когда человеку не дают спать сутки, двое, трое, и он засыпает за сутки раз сто, но его будят тут же. Когда за сутки раз сто туда и обратно пройдешь, начинаешь чувствовать. Как только сон приходит, ты начинаешь чувствовать. Но работа со сном не простая, это проходится на усилия воли. Тебя вырубают и нужно согласие психологическое. Сначала все хотят, а потом начинается агрессия, сопротивление.

И. 3: Чтобы наработать этот механизм желательно экспериментировать сидя?

С.: Да, во-первых, сидя, во-вторых, поначалу в группе, где тебя будят. Потому, что все равно ты засыпаешь, ты уснул и потерял целые сутки. Есть еще секрет: это некоторый дискомфорт физического тела, чтобы не потерять физическое тело. Что значит спать и не спать? Знать, что ты в теле и в тоже время видеть сон. Ты засыпаешь, но чувствуешь дискомфорт. Дискомфорт является якорем между сознанием и телом. Один мой знакомый ложился так, что рано или поздно у него рука начинала затекать, и чувство дискомфорта пробуждало сознание к телу. При этом он продолжал смотреть сон. Есть чудесная книга «Йога сновидений». Мы по ней работали. Это целая наука...

Беседы в Крыму.

Покой в движении

Судак 27 июня 2004 года

Я несколько слов скажу о практике сидения, практике Дза-дзен.

На этом семинаре у нас достаточно контрастная получается ситуация, потому что обычно мы занимались этой практикой в более ретритной атмосфере, и там дни проходили в монастырском режиме. А здесь существует контрастность, есть внешняя среда: море, горы, общение, и такие вкрапления, когда мы просто сидим, и когда здесь жизнь затихает, в нашем дворике, то есть все останавливается. В принципе, если бы сидели вообще все кто здесь живут, это было бы еще более сильное переживание. В Пуне так и происходит, когда тысячи человек в какой-то момент вдруг замолкают и садятся. До этого что-то происходило и вдруг все останавливается. Ошо в этом плане очень талантливо сыграл на контрасте.

И я хочу сказать, что эта остановка должна происходить не только событийно: вот мы двигались, двигались, куда-то ходили, что-то делали, а потом сели. Очень важно понять, что практика как таковая, является остановкой внутри. Что значит остановиться внутри? В этом плане практика Дзен иногда сложна для понимания, потому что человек обычно подразумевает под словом практика движение куда-то. Для большинства людей практика - это средство для достижения какой-то цели. Но если мы в таком качестве садимся в практику, то получается, что мы остановились внешне, но продолжаем двигаться внутренне. То есть процесс становления не прекращается. А Дзен как раз и подразумевает под собой остановку. «Дза-дзен» - сидеть неподвижно. Слово практика может быть даже не совсем удачно, потому что когда мы садимся, мы садимся не для достижения чего-то. Вы сидите неподвижно, но ум представляет, что вы это делаете, для того чтобы стать более тихим, более просветленным. То есть он продолжает привносить в ваше состояние некоторую идею того, что вы куда-то движетесь, вы это для чего-то делаете. Не просто сидите и пребываете в тишине, а делаете это для чего-то еще. И тогда уму легко. Но это не позволяет вам действительно стать тихими, потому что внутри вас продолжается некоторое психологическое движение, то есть вы думаете, что вы к чему-то

двигаетесь, чего-то хотите. Очень важно понять, что сидение не подразумевает становления, вы это делаете не для того, что бы кем-то становиться. Это просто вещь в себе, то есть вы сели и успокоились.

Далее, если вы таким образом сидите, то вы обнаружите что... Вот для чего человек вообще чего-то пытается достигать? Чтобы в конце концов сесть и успокоиться. То есть мы куда-то едем, что-то делаем, а какая у нас конечная идея? - что мы все это поделаем и наконец-то будем отдыхать. И вот здесь вы понимаете, что для того, чтобы расслабиться, не надо много чего делать, надо просто сесть и расслабиться. Вы понимаете, что вам никаких специальных условий для того, чтобы глубоко релаксироваться и погрузиться в состояние удовлетворенности, растворения, не надо, кроме вас самих. Здесь вы получаете такой опыт. Когда мы просто садимся, когда мы перестаем физически двигаться - это уже не только чувство кайфа от отдыха после активности. Но когда вы еще и психологически перестанете двигаться, то чувство кайфа возрастет многократно, я вас уверяю (смеется). Вы не позволяете себе глубинно испытать это состояние именно потому, что у вас есть идея: «я время зря теряю, надо же поработать над собой или над чем-то еще». Постарайтесь убрать эту идею. Дайте себе возможность хотя бы тридцать-сорок минут, пока мы здесь сидим, просто ничем не заниматься, ни внутренне, ни внешне. И вы увидите, что это имеет определенный вкус, аромат. И может быть вам понравится (смеется) и вы потом станете этим заниматься чаще. Потом, если вы поймете секрет этого, вы научитесь двигаться физически, но не двигаться психологически. То есть это чувство кайфа нарушается больше не физическими движениями, а психологическими, мы вовлекаемся во внешнюю активность психологически. И постепенно вы почувствуете, как можно двигаться - то, что называют на Востоке «покой в движении», надо найти движение в покое и покой в движении. То есть вы двигаетесь физически, но при этом не двигаетесь, психологически. И получается такая ситуация, что вы начинаете жить только по потребностям. То есть у вас исчезают желания, но вы не останавливаетесь полностью, потому что у тела есть потребности, у психики, это объективные вещи, и они вас будут как-то ориентировать в этом мире. Вы будете понимать что вам необходимо и по потребности уже будете двигаться. А психологически вы будете в состоянии отсутствия желаний, расслаблены, что само по себе является состоянием удовлетворенности и отсутствия конфликтности, проблем.

Есть дзенская поговорка, когда у Мастера спрашивают: а в чем же ваше мастерство? А он отвечает: когда хочется есть - ем, когда хочется спать - сплю. О чем он говорит? Я живу по потребностям, у меня нет желаний, у меня есть потребности. Желание пищи - это потребность, желание сна - это потребность. Я перестал жить идеями, говорит он. Возникает какая-то потребность, я ее реализую - в этом мое мастерство.

Вам надо попробовать это качество почувствовать. Когда мы сидим, мы сидим не для чего-то, мы просто сидим.

Беседы в Крыму.

Путь без пути

Судак 28 июня 2004 года

Сумиран: Борис и еще несколько человек у меня спрашивали более подробно о практике. Вопрос звучал так: сложно понять, а что же все-таки делать?

И я хочу сказать, что в той области, о которой мы говорим, то есть в поиске того, что есть Реализация или Истина или Бог, говорить о методике не правильно, с одной стороны.

Мы привыкли к тому, что существуют какие-то прямые директивы, что есть возможность дать какую-то вводную, и, следуя этой вводной, мы получаем результат. Это наш привычный способ функционирования, мы так ориентируемся в мире. Есть информация, на основе этой информации мы формируем идею, и на основе этой идеи мы выполняем действия. Большинство практик, так называемых духовных практик, действуют по той же схеме. Но мы с вами говорили о том, что если мы пытаемся понять природу самого ума и восприятия, эти два аспекта: что такое мышление и что такое восприятие, то здесь любая практика... Любая практика является следствием идеи, идея является следствием работы ума, следовательно ум первичен по отношению к идее и к практике. То есть ум первичен к пониманию, таким образом, когда дается информация, мы пытаемся ее понимать через ум. А практика является следствием работы ума, и, следовательно, она не может привести к раскрытию природы работы ума, потому что она является производной, понимаете?

Соответственно, в общепринятом смысле, в каком вы привыкли, вы не можете понять что такое практика (имеется в виду Дза-дзен). И второй аспект касается восприятия: когда мы совершаем любую практику, мы ее совершаем с чем-то, есть какие-то объекты - или наше тело, или внешние объекты, или наши мысли. Но все это зависит от восприятия. Нам надо сначала воспринимать себя или что-то, а потом с этим можно работать. А мы говорим о том, что мы хотим понять само восприятие. Все объекты, которые мы воспринимаем, и с которыми мы хотим работать, менять их, они - следствие нашего восприятия, какое восприятие, такие объекты мы и видим, с ними и работаем. Соответственно, работа с объектами не может помочь нам постичь природу восприятия. Поэтому этот привычный способ ориентации здесь не подходит. Мы можем сначала получить информацию, на фоне этой информации или на базе этой информации создать какую-то идею, на фоне этой идеи или на базе идеи создать метод, потом через свое восприятие коснуться каких-то объектов, и с этими объектами с помощью метода работать. Но тогда мы работаем уже с производными восприятия и ума. И если у нас восприятие и ум искажены, соответственно все, с чем мы работаем, тоже является искаженным. Поэтому здесь вопрос: а что нам делать тогда?

И здесь приходится отойти от прямых директив «что делать». И вопрос «как?», на который Кришнамурти отвечал, что «никак», он не встает. Тем не менее можно слушать. Когда я говорю, вы слушаете, воспринимаете, причем, я обращаюсь здесь не совсем к уму, потому что, если в человеке существует только ум, то шансов нет. Если мы состоим только из ума, то мы не можем осознать весь ум как одно целое, воспринимать, ум как целое. То есть, если у нас существует способность воспринимать информацию и ориентироваться только через ум, то выйти за пределы ума мы не можем, потому что мы и есть ум. Значит, если в человеке не существует какого-то качества, которое не является умом, которое он должен раскрыть или обнаружить в себе, то шансов нет. Поэтому предполагается, что когда к вам обращаются, то обращаются не обязательно к уму, не обязательно к личности. Предполагается, что внутри вас есть некоторая разумность, которая не является функцией ума, и которая способна раскрыть природу ума. У Рамеша есть такое выражение, он говорит: Сознание говорит с Сознанием. Когда происходит разговор, диалог, то Сознание обращается к Сознанию. С каким посылом? С посылом знать себя, как себя. Осознать себя не как персону, и не как движение ума и так далее. Но это обращение не к уму, потому что ум может знать себя только как ум. Это обращение к чему-то другому в человеке.

И поэтому, когда мы говорим о чем-то, беседуем, рассматриваем что-то - мы не пытаемся понять метод, то есть, КАК мы будем делать. Сам разговор, это и есть в какой-то степени процесс, в ходе разговора что-то происходит. Одна из возможных форм рассмотрения природы ума и восприятия, это беседа. Вторая - это когда вы сидите в Дза-дзен, когда вы сидите - это созерцание, это не метод, не «как», вы просто созерцаете, вам не надо ничего делать, вам надо присутствовать, и на фоне вашего присутствия, хотите вы этого или нет, возникают какие-то

объекты. Ваша задача просто созерцать природу этих объектов, увидеть ее чистым взглядом, взглядом без интерпретаций, то есть иметь внимание, не модулируемое знанием. Иметь восприятие, которое не модулируется отношением. Это можно назвать практикой.

То есть быть. Бытие - это восприятие, я воспринимаю, что я есть, я воспринимаю определенные объекты. Когда я сижу с закрытыми глазами, я воспринимаю что-то, стараясь не привносить в это отношение, мнение и т.д. И само это восприятие раскрывает природу того, что вы наблюдаете. Именно истинную природу, потому что ваше восприятие не модулируется, или не искажается вашим отношением. Или когда мы разговариваем, мы рассматриваем, пытаюсь не привносить в это отношение, обусловленность и так далее. То есть я, допустим, говорю какие-то факты, а вы просто стараетесь этих фактов коснуться своим вниманием, не привнося в это свое отношение, связанное с вашим предыдущим опытом, знаниями, обусловленностью. Просто рассматриваете это. И если вы действительно так рассматриваете, вы как персона исчезаете, да? Потому что, если вы рассматриваете как личность, то вы привносите в ваше восприятие отношение - личность всегда имеет отношение, она не может без отношения. Личность формируется через отношение к чему-то. То есть личность и модуляция внимания отношением - это одно и то же. Поэтому, если вы, когда мы разговариваем, воспринимаете, и стараетесь рассматривать то, о чем я говорю, просто как объекты в поле вашего восприятия, касаться их вниманием, не привнося в это отношение, то вы как субъект, как некоторая персона, исчезаете. Вы остаетесь только как форма восприятия, в которой возникают определенные явления, которые мы рассматриваем, то есть вы их просто наблюдаете. Таким образом, вы наблюдаете «вещь в себе», то есть вещь как она есть. Не через призму искажения вашим отношением, а просто как она есть. И здесь прямо не говорится ни о чем фактически, а просто мы с разных сторон пытаемся создать некоторый объем, объем видения: с одной стороны, под одним фокусом смотреть, под другим, под третьим. И постепенно у вас формируется способность расширять поле внимания с одной стороны, то есть охватывать целостность каких-то процессов движения ума, а с другой стороны - постепенно вы учитесь не привносить свое отношение. Это если говорить о методе. Если мы это можем назвать методом. Потому что в этом методе нет идеи «как делать», просто есть внимание к тому, что мы делаем. Акцент не на том, ЧТО мы делаем, вопрос КАК мы это делаем, в каком качестве вы находитесь в данный момент времени - вот что важно. А это качество вашего внимания и вашего отношения. В настоящем присутствует качество вашего восприятия и вашего отношения, и вы должны работать с отношением и с восприятием. То есть отношение - это работа с умом, с пониманием ума, а работа с восприятием - это второй аспект.

Мы говорили, что существует матрешка, из которой нам надо вывести свое сознание. И мы говорили, что первая матрешка - это личность, то есть мы определены, как кто-то, как какая-то персона, относительно чего-то. Вы должны увидеть, что чтобы определить себя, вы должны сначала определить мир, вселенную. Чтобы иметь картину себя, кто я, вам необходимо иметь картину вселенной, потому что вы потом себя будете определять относительно этой картины. То есть человеку необходимо иметь концептуальное описание мира, идею о мире, и только имея идею о мире, он может, отталкиваясь от этой идеи вписать идею о себе в этот мир.

Поэтому, смотрите, самоопределение личностное требует предварительно того, чтобы существовало концептуальное описание мира, то есть идея о мире. Далее, у ребенка нет еще самоопределения. Как ребенок получает самоопределение? Путем действия? Нет. Когда он стоит на голове, сидит, прыгает - это не самоопределение. Ребенок получает самоопределение путем информации, то есть в него вносится информация, информация о мире. И потом в контексте этой информации о мире, в него вносится информация о нем в этом мире. То есть смотрите, я попадаю в эту матрешку обусловленности не путем действия, а путем получения информации - мне что-то говорят, наговаривают, некоторая форма, можно сказать, зомбирования. Мне наговаривают: мир такой, мир такой, а ты такой в этом мире, ты такой. Меня не заставляют что-то делать, чтобы получить это самоопределение, мне дают информацию, то есть работа идет на информационном уровне. Мне дают информацию, и потом

через эту информацию определяют меня, как часть этого блока информации. Далее, смотрите какой парадокс получается - люди говорят: мы хотим выйти за пределы обусловленности, мы хотим не отождествляться, мы хотим не самоопределяться, какие нам для этого надо асаны принимать, какие действия делать, как дыхание затаивать?

Чтобы стать личностью, вас заставляли все это делать?

Ответ из аудитории: Нет.

Сумиран: Не заставляли. А почему-то для того чтобы перестать быть личностью - вы начинаете заниматься событийностью, то есть вы начинаете работать не с информацией, а с некоторыми событиями: я туда поехал, сюда поехал, эти упражнения поделал, эти.

Важно увидеть, что работа по созданию, формированию личности была информационна, это было информационное влияние среды, следовательно, выход из этого состояния идет не через действия, он идет тем же путем - информационно. Поэтому, когда я с вами разговариваю, я пытаюсь вывести вас из этого информационного зомбирования, потому что нельзя вывести вас из информационного зомбирования путем физических действий.

И.: Сумиран, получается, что клин клином вышибают, да?

С.: Безусловно. Да, в этом случае клин клином вышибается. Это выход из первой матрешки, которая является информационной обусловленностью. Сначала вас очень долго убеждали, что мир такой, а вы такие, да? Вас годами в этом убеждали. Причем постоянно в эту копилку подкладываются все новые и новые проекты: кто вы, что такое мир. То, что я делаю, я отнимаю у вас все эти определения. Я вас убеждаю, что вы этим не являетесь. Но опять, если вас убеждали через слово, как я могу вас убедить не через слово, что вы не это.

То есть вам нужен или прямой опыт, который очень редкое явление, как грэйс, когда люди вдруг попадают в како-то состояние, - это один вариант. Или вот таким путем, когда мы об этом говорим и вы осмысляете, вы осмысляете процесс того, как вы начали это делать, и, понимая процесс того, как вы себя начали самоопределять, вы отказываетесь от этого процесса, понимая его абсурдность.

Иногда говорят: зачем люди разговаривают - это все ерунда, надо делать что-то... А что делать? Ну делайте... от лица той же персоны, да?

Поэтому, смотрите, основной яд проник через информационное влияние, а не через физическое действие. Значит надо его убирать приблизительно тем же процессом.

И.: Но его так много, как он будет убираться?

С.: Не по частям. Смотрите, когда мы накапливаем, мы можем накапливать годами, а когда отказываемся, мы можем отказаться сразу. Понимаете? Вы можете кладовую вещами набивать в течение тысячи лет, а потом взять и сказать: а это не мои вещи. Вот в этом уникальность. Отказ и накопление имеют разные качества. Накопление всегда во времени, отказ не обязательно должен быть во времени. «Я буду постепенно отказываться», постепенно - значит человек не хочет отказываться.

И.: А может он мазохист - по частям отрубает хвост собаке.

С.: Мазохист, значит по частям, но те, кто хочет сразу, имеют возможность сразу. Это хорошо, что если человек не мазохист, он может сразу. Но опять, как сразу? Нужна убежденность в том, что процесс самоопределения приводит меня к конфликту. Вам нужна убежденность, чтобы отказаться от него, потому что если нет убежденности, отказываться сложно от своих мнений, убеждений, от своих самоопределений «кто я». Тем более что процесс становления очень для ума заманчив. И тут мне предлагают от всего этого отказаться. Я столько сил потратил на то чтобы стать кем-то, а мне говорят: а ты откажись.

Очень часто это связано и со статусом, и с зарабатыванием денег, и много с чем еще. Это легко сказать, но попробуйте реально перестать самоопределяться. Ведь если вы перестанете самоопределяться, то вы и вести себя будете по-другому. Это может не обязательно в лучшую сторону развернуть вашу внешнюю жизнь, не обязательно. Тут вопрос, насколько искренне человек хочет свободы, что он готов платить за нее? Плата вполне реальной может быть - и комфортом, и отношениями, и всем остальным, то есть не обязательно все это изменится в лучшую сторону. Хотя не обязательно и в худшую, это связано с вашей судьбой.

Это первая матрешка. Она идет через понимание. То есть через понимание, через ум мы входим в эту матрешку, через ум мы из нее можем выйти. Это матрешка концептуального самоопределения, идеи «кто я».

Есть такое понятие, как просветленный ум, или интеллигентный ум. Когда ум становится интеллигентен, он начинает в некоторой степени сотрудничать с сознанием. То есть он действительно пытается самоосознать себя и встать на свое место. Не пытаться быть хозяином, а просто играть ту роль, которая ему и предназначена. Некоторая интеллигентность ума - это согласие ума исследовать эти явления, потому что ум, скажем, обычного человека сопротивляется, он даже не будет об этом думать, он скажет: все это ерунда, что вы мне голову забиваете. А здесь ум начинает соглашаться, то есть он говорит: я согласен попытаться сделать себя предметом исследования.

И третье, о чем я сегодня хотел с вами поговорить, касается уже не ума, а восприятия - второго аспекта нашего исследования на этом семинаре.

Вот смотрите, мы говорили, что существует чувство бытия в виде «Я есть», мы говорили, что существует такой процесс как регистрация, когда сигнал от одного объекта регистрируется другим объектом. Один из примеров - пленка фотоаппарата. Когда сигнал из одной части пространства, от какого-то объекта, двигается и достигает другого объекта, другой объект его регистрирует, потому что полученный сигнал вызывает изменение в том объекте, который его получил. Мы это называем регистрацией. И когда мы говорим, что мы внимательны к чему-то, это совокупность регистрации и чувства «Я есть». То есть мы регистрируем и осознаем, что мы регистрируем. Фотоаппарат отличается тем, что он регистрирует, но не осознает, что регистрирует, у него нет самоосознания того, что сигнал получен. Он просто регистрирует. Можно определить: что регистрация плюс чувство «Я есть», самоосознание, - это то, что мы называем вниманием.

Теперь смотрите: если мы говорим о регистрации без самоосознания, то мы говорим о материи. Материя, как таковая, неживая материя, она регистрирует, но не самоосознает. То есть внимание минус самоосознание есть регистрация. Далее, внимание минус регистрация, остается чувство «Я есть». Чувство бытия остается, но нет регистрации, когда ни один объект не регистрируется - это то, что мы называем Сознанием, или Творцом. Материя - это творение, это регистрация минус самоосознание. А Творец - это самоосознание минус регистрация, это чистое самоосознание в себе. А человек, это соединение регистрации и самоосознания. То есть мы в себе несем качества материи, мы регистрируем, воспринимаем, и мы также самоосознаем. Вот самоосознание плюс регистрация, наложение этих двух явлений создает то, что называют живые субъекты, допустим человек. Если убрать регистрацию и оставить самоосознание - это будет Творец, если убрать самоосознание и оставить регистрацию, то это Творение, материя. А человек является совокупностью регистрации и самоосознания, и это дает чувство внимания. Понятен этот момент?

Так вот, мы говорим о том, за кого мы себя принимаем во всем этом. Как правило, мы себя принимаем за материю, за то, что регистрирует. То есть во внимании есть два аспекта - это факт регистрации и самоосознания. Мы обычно себя находим в том, что регистрируется: какие-то мысли, чувства, переживания. И мы определяем себя как то, что регистрируется, а не как то, что самоосознает. Перенос знания себя в ту часть, которая самоосознает, и понимание того, что, то, что регистрируется просто материя, можно назвать медитацией.

Когда вы регистрируете чувство «Я есть», это тоже регистрация. То есть я существую, и я регистрирую, что я существую. Чувство «Я есть» это еще не Источник. Это сознание, но не Источник сознания, это шестое тело, но это не Первопричина. Но если вы в этом состоянии находитесь устойчиво, то потом вам раскрывается и сам Источник этого состояния. Хорошо. Вопросы?

И.: Сумиран, ты говоришь, что регистрируемое - это материя?

С.: Да.

И.: А как же чувство «Я есть», если оно тоже регистрируется?

С.: Это тоже материя. Это материя, это ум, но ум в саттвическом состоянии, так называемом. То есть, это материя, которая однородна. Вот все что мы воспринимаем - это материя, которая неоднородна, она дифференцирована на объекты. А состояние материи, которая является однородной, это то, что есть сознание. То есть это однородная форма ума. Ум в своем состоянии целостности составляет сознание, а в своем состоянии дифференциации составляет феноменальную вселенную.

Творение и Творец являются двумя ипостасями Единого. Единое из своей потенциальности создает Творца, как не дифференцируемую форму сознания, и творение, одновременно. И вот наложение сознания на форму дает ощущение того, что мы переживаем себя как люди, живые существа.

Значит, что необходимо? Необходимо, первое, раскрыть в себе вторую составляющую, составляющую, которая есть не дифференцируемое сознание, чувство «Я есть», которое не зависит от изменения формы. То есть знать себя, как это чувство. Следующий шаг - знать себя как то, что является Источником этого чувства «Я есть».

Регистрация всегда вторична. Почему говорят, что мир это иллюзия? Потому что мы не можем регистрировать не присутствуя. То есть регистрация должна подтверждаться тем, кто регистрирует, иначе не будет знания, что есть регистрация. Должен быть кто-то кто присутствует при регистрации. Иначе сама по себе регистрация смысла не имеет. Если нет никого, кто подтверждает факт регистрации, то ее как бы не существует. Поэтому чувство «Я есть» первично. Сначала мы должны быть, а потом мы можем регистрировать. То есть мы можем Быть, но не регистрировать, но не можем регистрировать и не Быть, понимаете?

Почему этот мир называют майей, иллюзией? Потому что, чтобы мир существовал, должен существовать сначала я, который констатирует наличие этого мира. Потому что если никто не констатирует наличия вещи, то ее не существует. Для кого она существует? Следовательно, мир форм не может существовать без творца, без чувства бытия. Но чувство бытия не опирается на форму. Форма может исчезнуть, а бытийность остается, потому что бытийность первична, это более базовое переживание, чем мир, мир более иллюзорен. Но даже бытийность опирается в своем проявлении на Первопричину. То есть она возникает из Первопричины и, следовательно, не имеет независимого существования. И поэтому даже она, в классической Адвайте, не является Реальностью, Творец - это не Реальность.

И.: Переход от Творца к Первопричине, это переход к седьмому телу?

С.: Да. Поэтому вот такая получается картина. И далее что нам делать в практике? Наше чувство «Я существую» еще не Реальность. Чувство «Я существую» - это то, что мы называем Сознанием.

В нас существует точка наблюдения, мы чувствуем, что мы - некоторый свидетель, то есть точка. Пока мы себя воспринимаем, как центр наблюдения - есть ощущение, что я в этой точке локализован и из нее наблюдаю, мы находимся на уровне индивидуального сознания, или души - дживы так называемой. Это индивидуальная форма сознания, которая появляется и исчезает вместе с материей. То есть пока есть тело, есть эта точка. В нашем настоящем состоянии мы имеем только это чувство - Я есть. То есть единственное, что мы можем - это центрироваться в

этой точке. Эта точка связана с телом, это отражение осознания от тела. Если мы в этой точке устойчиво находимся, то в како-то момент, путем грэйса (милости), эта точка раскрывается в объем. И тогда у нас чувство «Я существую» перестает иметь локализацию, центр. То есть мы начинаем переживать себя, как объем всего пространства. Наш наблюдатель остается, но уже не идентифицируется, как Я. То есть как раньше мы себя перестали идентифицировать, как идею, тело, чувства, точно так же в конце этого раскрытия, мы перестаем себя идентифицировать, как наблюдателя, как центр наблюдения. Об этом Кришнамурти говорит: наблюдение без наблюдателя, восприятие без воспринимающего.

Но вы пока, на данный момент времени, можете знать себя, только как центр наблюдения. И в этом состоянии вы пытаетесь быть устойчивыми. Мы не определяем себя через тело, эмоции, мысли, образы, энергии. Это первый шаг. Мы как бы себя собираем в это состояние «Я есть», в этот центр наблюдения. Потом, через какое-то время, если вы находитесь в нем устойчиво, оно раскрывается в объем вне центра наблюдения. Вы себя уже знаете как объем Сознания, внутри которого происходят процессы, включая свидетельство.

И.: Сумиран, мы сейчас знаем себя как ум, да? Чтобы эту точку нащупать нужно осознавать все большую часть ума, наблюдать все большую часть ума, как можно меньше идентифицироваться с умом?

С.: Ум сам будет себя показывать, тебе не надо пытаться наблюдать больше ума. Сколько покажет, столько покажет. Потому что вселенная бесконечна по объему. И она может раскрывать себя все больше и больше. У психики очень мощные способности, у нас пятиступенчатое энергетическое тело. Но тебе надо не осознавать все большие объемы, а просто в тех объемах, которые ты уже осознаешь, не самоопределяются через воспринимаемые объекты.

И.: Тогда ум сам будет раскрываться?

С.: Он будет раскрываться на столько, на сколько это свойственно твоей карме, судьбе. Тебе не надо все знать, чтобы знать, что ты не это, понимаешь? Чтобы не самоопределяться, не обязательно знать много. Ты просто не определяешь себя в том объеме, который ты уже знаешь, и этого достаточно. Глубокое раскрытие ума не обязательно. Важно не раскрытие больших объемов ума, а отсутствие самоопределения в тех объемах, в которых сознание твое находится. А когда ты себя не самоопределяешь, как что-то, то ты оказываешься именно этим чувством присутствия, точкой, из которой происходит восприятие. Ты как бы стягиваешь себя в ничто. А все остальное является объектами в поле твоего восприятия.

И.: У меня ассоциации с какой-то психологической работой. У меня попытка не самоопределяться ассоциируется: вот в жизненных ситуациях возникают страдания, конфликты, и отсутствие самоопределение - работа как бы по жизни.

С.: В смысле работа по жизни?

И.: Ты себя не самоопределяешь не в практике, когда сидишь в Дза-дзен, а именно в жизни, когда у тебя возникают какие-то ситуации, и ты себя не ассоциируешь с какими либо идеями или мыслями.

С.: Медитация это не практика, которая какое-то время делается, а потом не делается. Это делается по возможности постоянно. И как только ты можешь помнить, ты помнишь. Эта практика вне времени: ты или помнишь об этом, или не помнишь. Это всегда сейчас. Поэтому это не совсем практика, потому что практика подразумевает некоторое развертывание, становление. А здесь ты что делаешь? Здесь ты просто в каждый момент времени помнишь или не помнишь. Тут нет переходных качеств. Ты или не определилась, или определилась стопроцентно. Потому что, если ты никто, то ты стопроцентно никто. Если ты что-то, ну хоть что-то, ты уже стопроцентно то, чем ты себя определила. Это всегда вертикально, всегда сейчас. Эта практика всегда в настоящем, у нее нет времени. Или ты это делаешь, или не делаешь. Все.

И.: Ну, можно же с запозданием замечать, что ты себя определила. Чтобы в каждый момент об этом помнить, для этого нужна тренировка, да? То есть ты можешь сначала с запозданием замечать: О! Я себя определила, да? А потом оно уже будет сиюминутно определяться.

С.: Да. Но если ты замечаешь с запозданием, то ты не в практике находишься. Ты являешься некоторой персоной, которая регистрирует свое прошлое. В этом нет смысла. Если ты где-то пропустила кусок - это не важно, это уже ушло, важно чтобы ты сейчас себя не самоопределяла. То есть, ты можешь себя определять 1000 лет, а в какой-то момент перестать себя определять, и 1000 лет исчезнут из твоей жизни. Потому что ты будешь знать, что к тебе это никакого отношения не имеет. Потому что ты себя перестала определять, как то, что имеет историю. Ведь историю имеет твое тело и психика. В какой-то момент ты понимаешь, что ты не являешься этим, и вся твоя предыдущая жизнь перестает иметь какое-то значение, отношение к тебе.

И.: Но в следующий момент я же могу себя с чем-то ассоциировать опять.

С.: Вот в следующий момент ты опять создаешь себе предыдущие тысячи жизней. То есть тысячи жизней могут появиться за один момент, когда ты себя отождествила с тем, что имеет историю, и могут исчезнуть за один момент.

И.: А нельзя путем анализа какой-то ситуации понять, что ты себя определил в тот момент и часть того, с чем ты себя определяешь, может уйти?

С.: А зачем часть? Ты так будешь бесконечно - одна часть уйдет, другая придет. Тот, кто отбросил часть, остался.

Когда спрашивали Намхай Норбу Ринпоче, это тибетский Мастер, о том, как возникла сансара, или когда возникла иллюзия, он отвечал: «Она возникла сейчас, она всегда сейчас возникает». В тот момент, когда вы себя самоопределяете она возникает, в тот момент, когда вы себя не самоопределяете она исчезает. Поэтому, он говорит, она возникает в каждый момент времени. Потому что вы в каждый момент времени самоопределяетесь. Поэтому на ваш вопрос, КОГДА возникла вся эта вселенная и вся эта иллюзия, он говорит, Сейчас. Вы каждый момент создаете свою сансару. Его спросили: «А когда это можно разрушить?» Он ответил: «Сейчас». Когда возникла - сейчас, когда разрушить - сейчас. Он говорит, что каждый момент времени, каждую секунду у вас есть выбор: или создать всю эту кухню, или не создавать. И каждый момент времени вы делаете выбор в сторону создавать. Но вы можете в любой момент сделать другой выбор. Вот в этом еще одна уникальность - отсутствие времени. Вы можете в любой момент это закончить. Но почему-то вы выбираете не заканчивать. Вот тут тоже надо понять почему, какая мотивация у человека. Почему вы продолжаете быть кем-то, хотя вроде бы стремитесь стать никем.

Беседы в Крыму.

Духовный поиск.

Судак 28 июня 2004 года 21:03

Сумиран: Вчера мы говорили о таком факторе как духовная зрелость человека. И мы говорили, что она не определяется набором знаний, не определяется переживаниями, которые человек имел когда-то. Один из аспектов духовной зрелости - это интенсивность

устремленности к Истине. Интенсивность устремленности к Истине - сама по себе не является знанием, это не набор опыта, т.е. не количество переживаний, и это не искусство в чем-то, не мастерство в техниках. Эта интенсивность устремленности поиска Истины является вещью в себе, которая в человеке в какое-то время возникает. Есть люди, у которых интерес к поиску Истины отсутствует полностью. Их жизнь - это череда каких-то действий, направленных на получение удовольствий и избегание страданий. Для них такой фактор как поиск чего-то, что можно назвать абсолютным, конечным, Истиной или Богом, отсутствует в принципе. Потом у некоторых людей появляется интерес к этому. Человек начинает этим интересоваться, но сам интерес находится на уровне любопытства, т.е. они этим интересуются в свободное от поиска удовольствий время или в трудные времена, как Валентина говорила: «Наступают трудные времена - вспоминаю что Бог есть». И есть люди, у которых интенсивность, поиск, устремленность становятся фоном жизни, т.е. постоянно присутствуют. И далее уровень этой интенсивности может меняться, т.е. он может нарастать.

Искатель: Сумиран, а нельзя сказать, что поиск Бога присутствует у всех людей? Просто одни осознают, что это поиск Бога, а другие заменяют его другим поиском, т.е. этот поиск как инстинкт какой-то. Он есть этот поиск, т.е. ты ищешь что-то постоянно в этом мире, но одни понимают, что постоянно, а другие ищут это постоянство в удовольствии, но поиск один для всех.

С.: Можно сказать и так, но здесь есть небольшая разница. Разница в том, что некоторые люди удовлетворены своей ситуацией, т.е. они видят, что удовольствия временны, но, тем не менее, они не пытаются задать себе вопрос: «А есть ли что-то вневременное?». Они принимают жизнь с тем фактом, что все временно, но я постараюсь побольше иметь временных удовольствий и поменьше временных неприятностей. И они живут мироощущением, что ничего постоянного не бывает, так почему бы не попытаться временное растянуть как можно дольше. А люди, которые заняты поиском Истины, говорят: «Не важно сколько длится удовольствие, я знаю, что оно всё равно рано или поздно закончится, а я хочу попытаться найти то, что не закончится и не начиналось. Они уже осознают, что в объектах, в вещах они это найти не могут и тогда они спрашивают: «А есть ли что-то, что не является вещью, не является временным?» Это первый вопрос. И если это есть, то возможно ли соединение с этим, контакт, взаимодействие? Это люди которые хотят постоянства, но не постоянства как непрерывных удовольствий одно за другим, что невозможно, а открыть первопричину, которая постоянна.

Вчера мы говорили о том, что интенсивность желания найти Истину - это один из признаков духовной зрелости. И сегодня я хотел бы сказать еще об одной критерии, который говорит о духовной зрелости человека - это понимание, что освобождение от связанности, от сансары, от кармы не приходит через действия, а приходит через понимание. Это сильный ход, потому что для большинства людей движение к освобождению - это движение через тело. Я что-то делаю, переживания получаю, тело чищу, еще что-то. Но для меня определенная тонкость в понимании и зрелости - это когда я осознаю, что не действие меня освободит. Если я когда-нибудь буду освобожден, то не через действие, а через понимание.

Далее, что такое понимание в этом контексте? Это не то, что в науке мы называем пониманием - набор знаний о каком-то объекте. Это знание. А мы говорили о том, что знание о Боге иметь невозможно, потому что Бог не является наблюдаемым объектом. Тогда что такое понимание? На Востоке вводят определенное слово, я не помню его на санскрите, но оно переводится как различение. Это считается одним из аспектов духовности в человеке - способность различать, отличать Истинное от ложного. Т.е. видеть истинное как истинное, а ложное как ложное. Здесь говорится о фокусе восприятия, на Востоке считается, что человек воспринимает ложное как истинное, а истинное как ложное. Это наше восприятие, для нас Бог где-то, он не реален, а мы реальны, а себя мы очень реально переживаем. Мистики говорят, что

на самом деле это не так, что Бог реален, а мы нет, т.е. идея о себе это фикция, а Бог это Реальность. Т.е истинное, Бога мы переживаем как ложное, как абстрактное, а себя - ложную идентификацию, мы переживаем как реальное. Это перевернутая матрица восприятия человека. Они говорят о том, что правильное восприятие - когда мы себя видим как ложное психологическое образование, а Бог для нас становится реальностью. И только переворот матрицы внимания нас может освободить, но не действие, поскольку все действия базируются на ощущении себя как реального, а Бога как некоторой абстрактной цели. Соответственно любое действие, основанное на неправильном восприятии, приводит к неправильному результату. Это как мы говорили, что если у ружья сбита мушка, сколько мы не стреляем, мы промахиваемся. Неправильное восприятие приводит к промаху, и когда вы это осознаете, вы перестаете много двигаться внешне, и начинаете добиваться того, что есть правильное понимание, а правильное понимание - есть результат настройки вашего восприятия. Если вы начинаете открывать это для себя, то ваши усилия в духовном пути перестают быть усилиями, связанными с какими-то действиями на внешнем плане. Вы понимаете, что вам надо работать с внутренним состоянием, с состоянием восприятия своей психики. Зрелость - это когда человек имеет убежденность в том, что сколько я не буду практиковать внешние формы практик, работать с энергиями, это меня не освободит, потому что всё это находится в ложной системе восприятия, которую я имею. Соответственно я перестаю этим заниматься. Я могу, например, чистить тело, но не для того чтоб достигнуть Бога. Просто чтобы иметь здоровое тело. Кесарю - кесарево. И я занимаюсь психотерапией для того, чтобы иметь здоровую психическую систему. Я всё ставлю на свои места. Я уже не несу идеи о том, что занимаясь чистками, терапией и другими практиками, связанными с действиями, я приду к Истине. Эти практики корректируют психоэнергетическую систему организма, и я их оставляю на своих местах. Я не бросаю ими заниматься, но я перестаю профанировать, понимая, что это и Бог - разные вещи. Всё что я в мире делаю, позволяет мне работать с объектами этого мира и достигать цели в этом мире, но если я этими же методами буду достигать Бога, который не есть объект, не есть что-то переживаемое, то это просто абсурд. Поэтому я перестаю спекулировать.

И.: А это можно назвать инструментами - эти чистки, приведение в порядок организма и прочие практики, нельзя ли их считать инструментом для того, чтобы двигаться к Богу?

С.: К Богу нельзя двигаться через инструмент. Через инструмент можно двигаться к чему-то, что находится в пространстве, потому что сам инструмент находится в пространстве и времени. И он может достигнуть того, что находится там же, в пространстве и времени, а Бог не находится в пространстве и времени. Поэтому какая тебе разница, какой у тебя инструмент?

И.: Но если я буду больна, немощна и буду занята только излечением своих болезней, то пойду ли я к Богу?

С.: Может не пойдешь, может пойдешь... Здесь нет прямой связи, это важно понять, нет прямой зависимости, что чем у меня здоровее тело, тем я ближе к Богу.

И.: Это называется «На тебе Боже, что нам не гоже». Когда мы немощны мы тогда пойдём к Богу получается?

С.: Бог принимает все, иначе он будет такой же невротик как и человек: это мне нравится, это мне не нравится, вот этого товарища я впускаю в царствие божие, а этого нет, - это христианская проекция на Бога своих невротозов. Не Бог нас создал по образу и подобию, а мы его создали по своему образу и подобию. Не важно, в каком теле человек находится, при условии, что он имеет правильное понимание. Правильное восприятие не есть здоровое тело, психика и т.д.

И.: А что есть правильное восприятие?

С.: А правильное восприятие - это видение истинного как истинного, а ложного как ложного. Но у нас такого видения нет. Более того, оздоравливая своё тело, мы не обязательно это видение приобретаем. Определенная связь может быть, но она не прямая, потому что мир знает просветленных Мастеров, которые были в отнюдь не здоровых телах. И многие долгожители отнюдь не просветлены. Также как и многие маги, йоги великие не были просветленными. Они имели очень много сиддх, они могли материализовывать, перемещаться в пространстве, но при этом они не знали Истины. Т.е. они двигались в том же мире иллюзий, и они приходили учиться у людей, которые не обладали такими способностями, но имели правильное восприятие.

И. 2: Можно ли сказать, что психологическая работа помогает?

С.: Она помогает, но вы должны сразу использовать правильное понимание. Если вы можете с этого начать, то лучше начать с этого. Здесь вы просто пробуете, когда я говорю. Если человек способен двигаться со мной вместе в том что я говорю, то, возможно, ему не надо заниматься терапией много лет перед тем как начать слушать. Может он сразу начнет это ухватывать, и вы должны пробовать - слушать и смотреть, меняется ли структура или нет. Это возможно.

И. 2: Это целостно... этого достаточно... можно без всего остального обойтись, если человек в той же медитации начинает осознавать себя уже целиком, полностью, осознавать все что ему мешает прийти к Богу, тогда не нужно ни каких работ психологических и тогда можно предположить, что и тело должно стать совершенно здоровым.

С.: Не обязательно. Это просто так хотелось бы, но это не обязательно.

И.: Но разве плохо когда все хорошо?

С.: Получается, что мы хотим не Истины, а комфорта. Мы говорим: «Если я достигну Истины, буду ли я иметь комфорт?». Некоторые люди после реализации сразу умирали, потому что тело не выдерживало интенсивности переживания.

И.: Но для чего это все? У меня есть идея того, что если человек двигается к Богу, то он по мере этого сам становится Богом, становится совершенным.

С.: Бог уже совершенен, но Бог не есть твоё тело как таковое.

И.: Бог есть моё тело?

С.: Нет. Бог уже совершенен, просто надо осознать тот аспект себя, который уже совершенен. Он и сейчас совершенен в тебе, но ты его просто не осознаешь, твоё внимание схвачено твоим телом и когда ты достигаешь Бога, это просто твоё внимание становится центрированным в Боге, а не в теле. Но тело, какое было, такое и остается, это не значит, что оно чудесным образом засветилось и от всех болезней исцелилось. Просто ты знаешь в себе божественный аспект, твоё внимание в нем находится, а тело продолжает жить по законам своей судьбы, кармы, которая будет раскручиваться не зависимо от того, осознаешь ты в себе божественное или нет.

И.: В моем представлении божественное - когда все совершенно. Тогда я не понимаю, как же может быть совершенно то, что какая-то часть не совершенна?

С.: Нет, смотри, все и так совершенно, даже твои болезни совершенны. Рак совершенно убивает человека. Просто то, что тебе не нравится, ты называешь не совершенным. Но это уже ты привнесла идею несовершенства, потому что тебе это не нравится.

И.: А как мне это убрать, то, что мне не нравится? То, что в моем представлении существует понятие...

С.: Мы об этом говорили, что ты не можешь убрать факты, но ты можешь убрать представления. Т.е. ты можешь убрать представления о том, что что-то не совершенно, а не факты. Факты как были, так и останутся. Поэтому идея, что мое тело не совершенно, это следствие того, что мы им недовольны. Но это наше представление о том, каким оно должно быть, а оно такое, какое оно есть. Мы его не можем убрать, а можем убрать представление. Например, я должен жить не 60 лет, а 120. Почему так? Потому что мы так решили. А кто мы такие, собственно говоря, что мы так решили?

И. 2: Мы творцы своих представлений.

И. 3: Начиная какую-то деятельность, мне удается договориться со своим телом, я прошу его занять удобную позу, и оно как бы соглашается. Дальше я на уровне чувств и эмоций даю команду, и они согласны с тем, что дается время отдыха. Не возбуждая эмоций и не пробуждая никаких чувств, они отдыхают и самым подвижным оказывается ум, который никак не хочет, не соглашается усмириться, как необъезженный конь, которого надо привести и приручить. Мы вчера говорили о том, что есть точка наблюдения. Я не совсем поняла, где эта точка наблюдения? Хотела уточнить. Потому что я увидела, что самое сложное обуздать этот ум.

С.: Сейчас об этом поговорим. Когда я с вами разговариваю, я вам описываю природу вашего ума. Обычно как происходит в жизни человека? Ум описывает природу всех остальных явлений, т.е. мы используем ум чтобы описывать мир. Сатсанг - это когда уму описывают ум. Здесь: ум созерцает сам себя. Он пытается осознать, что представляет само движение себя как такового. И это в какой-то степени есть понимание. Если ум полностью осознает свой механизм работы, то это приводит к выходу сознания за пределы самого механизма. Т.е. если вы полностью осознаете механизм ума, то вы являетесь чем-то, что не является умом. Чтобы осознавать, надо иметь дистанцию между тем «что» осознаем и тем «кто» осознает. Если вы фрагментарно ум осознаете, вы из одной части ума смотрите на другую часть ума - это не выход за пределы ума. Фрагмент мы можем видеть, не выходя за пределы системы, как наши глаза видят нашу руку, т.е. фрагмент тела. Но глаза не могут видеть сами себя или мы не можем видеть лицо. Почему? Потому что мы находимся в пределах той системы, которую мы хотим наблюдать. Если мы вдруг увидели себя целиком - это говорит о том, что мы вышли за пределы себя. Например, в астральном теле физическое тело целиком увидели, т.е. мы уже не в той системе, которую мы видим целиком. Поэтому задача ваша увидеть ум целиком, в целом, не из одной части смотреть на фрагмент другой части. Когда вы осознаете ум в целом, то вы оказываетесь тем, что не является умом как таковым. Т.е. для выхода за пределы надо осознавать ум как целое. Это то чем мы пытаемся здесь заниматься. Я вам описываю то, что тут происходит, я на это смотрю, и вы тоже начинаете рассматривать. По мере того, как объем того что вы видите расширяется, вы охватываете своим вниманием все больше фрагментов движений ума, пока наконец эта мозаика у вас не завершается как единое целое поле ума, пространство ума, которое находится в вашем сознании, которым вы являетесь, и вы воспринимаете все поле.

И. 3: Еще мы говорили, что у каждого человека существует та вселенная, которую он создал. Не есть ли это умозрительная вселенная, которую создал мой ум, мое восприятие и мироощущение? И если мне удастся увидеть всю работу ума, полную картину, то тогда мне удастся выйти за пределы той вселенной, которую я себе создала, да?

С.: Не то чтобы выйти, а осознать эту вселенную как свою собственную проекцию, как мыслеформу.

И. 3: Получается, что я вижу миф, который я себе...

С.: Да, ты видишь вселенную как миф. Ты первична, а вселенная - это вторичное относительно тебя. Сейчас ты как себя воспринимаешь? Что вселенная первична, а ты в нее родилась. А здесь ты переворачиваешь матрицу восприятия и понимаешь, что твое сознание, поле твоего сознания, первично и в нем проявляется вся вселенная, включая твое тело, как часть этой вселенной. Т.е. та вселенная, которую ты создаешь - это не твоя мыслеформа внутри головы, - это все пространство восприятия, которое существует, включая меня и людей здесь находящихся, твое тело, твои мысли, пространство твоего сознания. Если ты будешь без сознания, то все это исчезнет, т.е. твое сознание первично по отношению не только к твоим мыслям, но и ко всем объектам, которые ты воспринимаешь. Тут сильный переворот в психике - что вселенная находится внутри моего сознания. Не моя вселенная, а все что я воспринимаю.

И. 4: Существует какая-то объективная вселенная вне нашего сознания?

С.: Существует объективная вселенная - но эта вещь не постижима человеком, потому что часть не может постигнуть целое. Тут надо сразу расслабиться, то есть мы никогда не узнаем о том, что представляет из себя вся вселенная, как целое. Мы можем только знать ту вселенную, которая воспринимается персонально нашим инструментом. Мы знаем мизерный фрагмент жизни, который очень узвим, потому что зависит от нашего тела, от нашего настроения, от алкоголя, от наркотиков, это вообще мизер.

И. 4: Получается, через свой инструмент мы видим какую-то часть объективной вселенной, так?

С.: То, что ты видишь, всегда субъективно по определению, потому что воспринимаешь через тело. Т.е. ты видишь субъективное отражение объективной картины, которое находится в поле твоего сознания.

И. 1: Получается мы зеркало, кривое зеркало?

С.: Да, в принципе да.

И. 5: Сумиран, а ученые они разве не пытаются создать инструмент дополнительный, который воспримет вселенную объективно?

С.: Нет, нет инструмента, который может воспринять вселенную объективно.

И. 5: Они же изучают какие-то закономерности, которые не зависят от конкретного человека - сила тяжести Эти же системы строятся, чтобы понять что объективно, как вселенная существует.

С.: Мы просто берем какой-то кусок субъективности, который свойственен большой массе людей, то есть мы имеем похожие аппараты восприятия. Для тех, кто левитирует, закон тяготения каким-то образом нарушается, но в нашу картину объективности это не входит, в ней человек не может левитировать.

И. 6: Или перейти в другую реальность скажем?

С.: Правильно, а если способов воспринимать реальность много, об объективности мы говорить не можем. Мы можем говорить только о том, что мы можем иметь определенный инструмент, и в жизни этого инструмента эти факты объективны, а в жизни другого они могут быть другие.

И. 4: А законы, которые работают, которые выводят ученые, они работают реально, но из-за чего такое происходит?

С.: Из-за того, что это договоренность в восприятии определенной группы людей, то есть это коридор реальности, который свойственен определенной группе людей.

И. 5: Но они же создают на этих основаниях какие-то механизмы, которые....

С.: Находятся в той же реальности, в которой живут эти группы людей.

И. 5: Но они же работают...

С.: В той же реальности... Предположим, вы спите и видите сон. Вы там создаете механизмы, они работают, там куча ученых в вашем сне, они открывают законы, все это там крутится, все работает. Потом вы просыпаетесь. Куда это все делось? Где вся эта объективность, которая вам снилась? Мир, который вы воспринимаете - это не объективный мир, этот мир существует пока вы есть, пока ваше сознание присутствует. Все эти ученые находятся в вашем сознании и поэтому все так согласованно.

И. 4: Наше сознание ведь пересекается, каким-то образом взаимодействует...

С.: С чем?

И. 4: Друг с другом хотя бы?

С.: Нет другого, есть объекты в твоём сознании. Есть два вида сна: первый вид сна - это когда вы спите в кровати и вы можете сами себе сниться и там разговаривать с другими, и другой вид сна - это когда вы просыпаетесь, то есть ваше сознание переходит в другой диапазон восприятия, вы продолжаете видеть собственные проекции. Естественно там все согласуется.

И. 5: А факт, он тоже наша проекция, договоренность? Факты, которые мы не можем менять, но на которые ориентируемся в своей адекватности.

С.: Факт существует, пока существует твоё сознание, если у тебя болит зуб это факт до тех пор, пока ты не уснула глубоко.

И. 3: В моей жизни был период, когда произошла потеря интереса двигаться дальше. А затем произошли события, которые меня выпихнули в совершенно другое пространство. И здесь я посмотрела и увидела, что есть нечто, которое движется помимо моего желания. У меня не было такого желания дальше двигаться и произошла остановка и потеря интереса. Что это за механизм, что это за нечто, которое заставляет меня делать что-то помимо моего желания?

С.: Есть две вещи: это то, что случается с нами в жизни - события и наши желания. То, что случается с телом, с физическим телом, в жизни - это его карма, судьба, она predetermined причинно-следственными связями. А то, что мы хотим - это наша идея, это наша обусловленность опытом, ситуациями. Допустим, я что-то пережил, и я хочу это повторить. Переживал я через чувство, а повторить хочу через память. Мне, допустим, говорят: «Знаешь

как на Таити хорошо, я там был...», у меня еще нет чувств, я там не был, но мне это сказали и у меня сформировалось желание. Желание формируется двумя путями: я что-то пережил, потом это стало воспоминанием, и я это хочу это или повторить, или избежать, если это было не приятно. И второе, когда я этого не переживал сам. Мне об этом рассказали. Я, опять-таки, или хочу этого или боюсь этого, потому что меня напугали.

И.: ...и как бы поверил человеку...

С.: Да, я беру эту информацию и на основе этой информации формирую новые желания, не на основе чувств, опыта своего, а на основе какой-то информации. Так формируются «я хочу». Желания - это ментальный процесс, сформированный прошлым опытом или информацией, привнесенной извне. Желания накладываются на факты жизни, которая есть наша судьба, предопределенность причинно-следственных связей. Когда наши желания совпадают с фактами жизни, у нас возникает иллюзия что то, что я хотел, я сделал. Да, так бывает, мои желания совпадают с моей судьбой. Возникает идея, какой я крутой, хочу и делаю. Бывают ситуации, поскольку эти две плоскости не полностью синхронизированы, когда желания не совпадают с нашими возможностями, тогда возникает ощущение, что не везет мне в жизни, я неудачник, чувство неполноценности и т.д. Третья ситуация - это когда человек начинает осознавать эти два механизма и понимать что и совпадение и несовпадение - это просто случайность, то есть то «хочу» которое у меня формировалось, и те события, которые происходят, вообще не связаны. Если я это понимаю, то я не начинаю гордиться, когда это совпадает, и не начинаю испытывать чувство неполноценности, когда не совпадает. Более того, если мы понимаем, что это вещи не взаимосвязаны, ситуация когда у нас «хочу» исчезает, а тело продолжает жить - воспринимается вполне нормально. Просто исчезла концептуальная надстройка. Событийность жизни кармическая - то, что есть судьба, осталась, но мы перестали иметь какие-то идеи о жизни. Тогда жизнь становится чередой фактов. Мы просто убираем аспект представлений о том, чего я хочу, куда хочу двигаться. Но мы замечаем, к своему удивлению, что жизнь при этом не кончается. Исчезновение «хочу» не прекращает факты жизни, потому что есть судьба, то есть тело было создано для выполнения определенных действий самой жизнью. Наши тела - это инструмент реализации причинно-следственных связей, жизнь создает наши тела, чтобы были выполнены определенные действия. Когда функция тела закончена, оно умирает. И тело будет проходить эти действия, причинно-следственные, в любом случае. Оно было создано природой и Богом для этого. На проживание фактов накладывается ощущение «я делатель», которое формируется из памяти, в которой возникают желания, а потом ощущение, что я их реализую.

И.: То есть вырастает ЭГО...

С.: Да, вырастает эго. Это чувство делателя. «Это я делаю», «это я живу жизнь». Когда у тебя исчезают желания, ты начинаешь жить как ребенок, что-то случается, тело продолжает жить. Когда исчезает механизм того, что я хочу что-то делать - это очень не плохо, но вторым должно исчезнуть беспокойство по поводу того, что что-то происходит. Потому что если у тебя остается некоторое ощущение того, что я ничего не хочу, а почему-то это происходит, это еще тонкая часть ума, которая имеет идею что должно происходить, а что не должно. У тебя еще осталась часть представлений о жизни, - это часть представлений, что с исчезновением желаний ничего не должно происходить.

Первое - это отпускание чувства делателя.

Второе - отпускание беспокойства по поводу того, что когда отпустил чувство делателя, что-то продолжает происходить.

И. 3: Здесь я еще такую вещь осознала, что когда я, как бы, ничего не предпринимаю, а события происходят, это гораздо комфортнее, чем когда я запланировала что-то, и это реализуется - этот деятель. Когда это естественным ходом происходит, рождается само по себе, это гораздо комфортнее.

С.: Это комфортнее, но очень важно это чувство комфортности сохранить, когда в твоей жизни начнут происходить события, которые не приятные для тела, для психики. Искусство сохранить чувство комфорта, когда в твою жизнь попадают явления дискомфорта для систем тела и психики: кто-то уходит, кто-то ругает, а ты при этом, за счет чувства невовлеченности, оставляешь некоторый позитивный фон все время. Даже на фоне страданий тела у тебя остается некоторая благодать за счет переживания: «Я ведь ничего не делаю в этом». Это сложнее, потому что люди легко отпускают ситуации, только когда все идет хорошо.

И. 3: Здесь есть еще один момент. Я позволяю событиям происходить, но возникает такой момент, что я становлюсь непонятной окружающим. И каким-то образом, хочу я этого или не хочу, я их могу как-то травмировать или задевать, и от них тогда идет агрессия. Потому что у них появляется внутреннее напряжение, которое они не осознают. На сколько должно быть мое движение в этой среде мягче, чтобы это не так травмировало, ... возможно, это или не возможно?

С.: Все-таки мягче, это уже ты пытаешься привнести некоторую идею, некоторое желание. Как есть, так есть. Если уж ты не присутствуешь, так не присутствуй до конца. Уходя, уходи. То есть ты, просто наблюдаешь, ты стала не вовлеченной. Твое тело продолжает функционировать. Это вызывает какую-то реакцию, ты при этом присутствуешь. Более того, ты присутствуешь как кто? Ведь ты присутствуешь не как личность. Личность определяется выбором. Почему каждый индивидуален? Потому что каждый реагирует по-своему. Личность и есть реакция, нет меня, который выбирает. Я определяюсь своими выборами, т.е. я и выбор одно и то же. Соответственно, если ты перестаешь выбирать, а что значит перестать иметь желания? Это перестать выбирать, потому что если нет желаний, то я не выбираю. В этом плане есть такая поговорка: «Кто выбирает, тот не свободен». А казалось бы, если у меня есть свобода выбора, то я свободен. Оказывается наоборот: когда у меня нет свободы выбора - я свободен! Причем нет конфликта. Выбор - это всегда конфликт. Одна часть хочет этого, другая другого и что бы я ни выбрал, одна часть оказывается подавленной. Поэтому чтобы быть свободным, т.е. не иметь конфликта (что значит быть свободным? - не быть в конфликте), я должен не иметь выбора. То есть все должно быть целостно. Только так и никак по-другому, тогда у меня нет чувства сожаления, что я что-то не так сделал. Когда есть выбор, я сначала делаю выбор, а потом сожалею, а может, надо было, по-другому сделать. То есть я сожалею о прошлом, и я напряжен по отношению к будущему. Потому что я пытаюсь постоянно думать, что мне делать. А здесь я начинаю жить без выбора, жизнь со мной случается, я не выбираю. Но если я не выбираю, то кто я тогда? Если я не выбираю, то меня, как персоны, не существует, потому что персона есть выбор. Тогда я остаюсь как точка наблюдения, свидетель. Если я перестаю выбирать, то я перестаю быть кем-то. Потому что личность - это выбор, отклик: я реагирую как отец, как начальник, я не могу не реагировать. Если я никто, то я не могу реагировать. Из какого места я буду реагировать? Поэтому остается только чувство «я присутствую», «я наблюдаю». Т.е. факт присутствия остается и регистрация того, что происходит, остается, но самоидентификация исчезает. Нет самоопределения и, следовательно, нет выбора, эти две вещи исчезают одновременно, т.е. самоопределение и выбор - это одно и то же. Если я самоопределен, я выбираю, если я выбираю, то я самоопределяюсь через это. Понимаете? Поэтому если вы пресекаете самоопределение, вы перестаете выбирать, если вы перестаете выбирать, то вы пресекаете самоопределение.

И. 6: Сумиран, а ты считаешь, что между желаниями и фактами абсолютно нет никакой связи? А если рассматривать желания как намерения, как какую то потенциальность, которая может проявиться?

С.: Вы начинаете задавать такие вопросы, чтобы вам их раскрывать надо еще более боюсь, что вы потеряетесь, где-нибудь. Смотрите, наши желания это тоже факты. Ведь мы же не контролируем, какие желания у нас возникают, то есть возникновение желаний является фактом. Ощущение того, что я имею желания - это иллюзия, скорее желания имеют меня. Вот это правильней, это точное выражение. Желание вдруг появляется, вдруг мне начинает чего-то хотеться - это факт. Если б желания были под нашим контролем, было бы просто: чего я не имею, того я и желать не буду, и весь конфликт исчез, а буду желать то, что есть. Мы предполагаем, что мы владеем этими системами, но на самом деле системы владеют нами. То есть желания являются фактом. Теперь, когда факт желания совпадает с фактом действия, возникает ощущение, что я это делаю. А когда факт желания не совпадает с фактом действия, возникает ощущение, что у меня что-то не получается. То есть две системы: ментальные факты, которые воспринимаются как желания, намеренья, и событийные факты. Это две пространственные вселенные, которые между собой двигаются определенным образом. На трении этих двух вселенных мы накладываем ощущение, идентифицируем себя с желаниями, как себя, нам кажется, что это мы хотим. То есть возникает иллюзия личности. Эти две вселенные, ментальная и событийная, они иногда идут в одном направлении совпадения, иногда нет.

И. 6: Это как броуновское движение.

С.: В какой-то степени, там есть корреляция, но не полная. Важно увидеть, что само желание тоже факт. Я этого захотел почему-то, потом это или совпало с движением событийным или не совпало, это тоже некоторый факт. То есть желание - это факт, движение материальной вселенной - это факт, и их совпадение или несовпадение. Мы имеем три факта. А дальше на фоне этих трех фактов ум создает персону - образ персоны, который не существует. А существует только движение фактов. Движение ума как таковое, движение материи как таковое, определенная корреляция этих движений. Но персоны не существует. То есть ум создает персону, которая начинает говорить: «вот есть я, потом есть мои желания, моя жизнь» - т.е. некоторый посредник между движением ума, но его нет на самом деле. Если мы имеем чистое восприятие, мы видим в этом поле восприятия движение желаний, движение событий и их корреляцию, но мы не видим делателя. Вот это правильное восприятие. Правильное восприятие - не находить делателя, то есть видеть факты, но не создавать того, кто их производит. А не правильное восприятие - это знать себя как персону, которая якобы оперирует фактами.

И. 6: Это выстраивать логические цепочки между желанием и последующим за ним фактом.

С.: Логические цепочки могут быть, но нет персоны, которая является исполнителем этих логических цепочек.

И. 6: Логическая цепочка в том смысле, что факт случившийся есть следствие этого желания.

С.: Это может быть. Но ты не являешься посредником между желанием, как движением ума и фактом. То есть связь существует, но нет посредника.

И. 6: Я понимаю, что может быть.

С.: Да, но сложность в том, что ты себя знаешь, как посредника. Есть определенное движение в уме, то есть в поле ума, оно вызывает некоторые следствия в поле материи, это то, что происходит. Все, никого нет больше. Но я создаю образ себя, который якобы оперирует движениями в поле ума. И далее этот образ себя, регистрируя некоторые движения в поле ума, начинает их переводить в некоторые действия с чувством, что я это делаю. Хотя на самом деле просто движение в поле ума с помощью тела, как посредника, проявляет себя в материи. Но нет никакой персоны, обладающей волей, то есть тело просто механизм выражения причинно-следственных связей между умом и материей, а психологическая структура создающая персону, имеющую свободу воли оперировать этими фактами, - это иллюзия восприятия. С этой иллюзией надо работать. Есть связь, но она происходит не по моей воле, а по определенным причинно-следственным связям всей вселенной.

И. 1: А можно пример какой-нибудь. Возникает желание, какое-нибудь как это происходит без делателя и как с делателем?

С.: Совершенно одинаково, только в одном случае чувство «я делаю» присутствует, а в другом чувство «я делаю» отсутствует. Само действие совершенно одинаково.

И. 6: Пример простой, мы оказались в этой комнате потому что мы за полгода или за месяц думали, что приедем сюда на этот семинар. Оказывается нет, это никак не связано что мы там думали...

С.: Нет, лучше сказать по-другому, что если вы здесь сидите и у вас есть мысль, что у вас были варианты, значит вы верите, что у вас есть свобода воли и выбора. Если вы понимаете, что вариантов у вас не было и не будет, что если вы здесь сидите, значит так предопределенно всем ходом вселенной, миллиардами лет развития вселенной, факт того, что мы здесь сидим ... и в этом у вас есть полная убежденность.

И. 2: А куда же себя поставить?

С.: Куда деть себя любимого?

И. 2: Уже как бы тебя ничего не держит, тогда и ты свободен.

С.: Да, вот уже мы не плохо двигаемся, уже свободен....уже чувствую себя лучше.

Смех в зале...

И. 2: Как-то даже страшно... потому что вся энергия уходила на эту иллюзию, чтобы держать это все. Считать, что это я или кто-то мне мешает и он виноват, что я делаю, и он мне мешает, и все тратится на это... вся энергия..., даже не хватает порой... когда это все убираем, если я правильно понимаю, то мы свободны... А куда нам тогда деваться?

Дружный смех в зале.

С.: Это ядерный взрыв, вся энергия напряжения высвобождается.

И. 2: Страшно вообще-то...

С.: Страшно - это из личности, ей всегда страшно. Вы должны понять, что уму всегда страшно, вы не можете быть умом и не бояться. Это еще одна иллюзия, что я останусь, только страх исчезнет, а я такой бесстрашный здесь останусь. Природа ума - движение, это надо

глубоко понять. Не надо его останавливать, вы будете заниматься полным идиотизмом всю свою жизнь. «Мы сейчас остановим ум» - очень интересно, а кто его останавливать собрался, другая часть ума. Движение относительно, когда что-то движется относительно меня, мне кажется, что оно движется, но относительно него я двигаюсь. Что движется? Одна часть ума движется относительно другой части ума. Поэтому ум не останавливается, ум это движение, это его природа. Природа воды быть мокрой, если вода не мокрая, это уже не вода. Природа ума двигаться. Все эти системы остановки ума - это абсурд. Надо не ум остановить, а найти то, на фоне чего он движется. Если вы хотите остановиться, вам надо найти то, на фоне чего движется ум, а не остановить ум, потому что ум не может быть остановлен. Может на какое-то время. Это некоторое насилие, пока у вас хватает энергии его держать, он будет спокоен. Может быть пять минут, год, десять лет, когда у вас закончится энергетический потенциал, он опять начнет двигаться, нет возможности его остановить навсегда, его природа двигаться. Поэтому если вы это понимаете, это то, что называется мудростью, вы перестаете заниматься ерундой и называть это духовной практикой.

И. 1: У Ричарда Баха есть произведения, в которых описаны ситуации, когда остается полная иллюзия того, что ты постоянно делаешь выбор. Смотрим сверху на свои жизненные пути, которых мы не прошли, но могли бы пройти, выбираем один и идем по нему. И этих возможных вариантов моей жизни очень и очень много. Вот на эту тему, немножко...

С.: То же самое, смотри, когда ты стоишь в плоскости, ты видишь два выбора, то есть у тебя конфликт из двух вариантов, когда ты стала в большем объеме сознания находиться, ты увидела 10 выборов, это привело еще к большему конфликту, пришлось из 10 выбирать. Выход в точку, из которой видно много выборов это магия. Маг находится в большем объеме вариантов, видит больший объем жизни, но продолжает находиться в конфликте, потому что он остается выбирающим. То есть меняется не сам принцип, выбирающий и выбираемое, а число вариантов выбора расширением сознания. Задача мистики уничтожить выбирающего, если нет выбирающего какая разница сколько выборов, один, два. Например, вода, когда течет, не выбирает, она течет по определенным законам, определенному пути и все. Нет конфликта. «Почему я сегодня вправо потекла?» Русло пошло вправо, и я пошла вправо. При этом она движется очень разнообразно, и мы любуемся на реку, то есть красота движения не теряется, и движение не теряется. Хотя выбора у реки нет. Это чувство течения жизни, мистик говорит «я теку». Разнообразие жизни не меняется, исчезает конфликт в жизни: «А почему не туда я сегодня теку?». Поэтому у Ричарда Баха есть какие-то прозрения, но это скорее не в мистику, а в магию.

И. 1: А что же он тогда видит все эти остальные возможные жизненные пути?

С.: Это просто расширение персонального сознания. Он расширил сознание, но при этом остался выбирающей персоной. Просто он изменил объем потенциальности своей, вот и все. Но базово он не решил ситуацию, просто увеличил пути возможности ее решения.

И. 5: Я еще не совсем поняла, есть еще какие варианты... эта плоскость движется событийно и плоскость желаний. Они могут двигаться с ощущением делателя и без ощущения делателя, а может плоскости желания не быть, и желания могут исчезнуть?

С.: Исчезновение желаний - это исчезновение ментального пространства. Могут исчезнуть, да.

И. 5: Просто исчезает желание, и просто поддаешься событийности жизни...

С.: То есть ты действуешь по потребностям, потребности не желания. Вот смотрите: когда мы держим будильник, потом отпускаем, он падает вниз, у него нет такого желания, но есть такая потребность. Что значит потребность: есть такой закон. Этот закон воспринимается им не как желание падать, а как некоторая потребность упасть. Есть более сложные законы биохимические, которые выражаются как чувство голода, допустим, некоторый закон притягивает тело к пище. Тогда ты начинаешь жить без желаний созданных ментально, но по потребностям, существующим в твоих системах.

И. 5: А может такое быть, что остаются желания, а ты к ним относишься как к событийности жизни? Т.е. ты поддаешься событийности жизни.

С.: Это и есть событийность жизни, только это событийность ментальной жизни. В самих желаниях не всегда есть проблема, если нет чувства персонализации этих желаний, ты просто их наблюдаешь как объект, как факты. Твоя система восприятия настроена так, что она регистрирует определенные желания, которые не являются твоими, а просто регистрируются в твоём сознании. Дальше ты наблюдаешь, как эти регистрируемые желания вызывают определенные действия, но ты ни причем, ты не присутствуешь при этом как некоторая персона, которая есть посредник между желанием и действием. То есть желания и действия могут взаимодействовать без посредника, и ты это видишь, то есть, у тебя нет идеи себя как посредника, а ты знаешь себя как поле восприятия, в котором происходят желания и выражения их действия. Ты просто воспринимаешь непосредственно.

И. 5: Это и есть отсутствие делателя?

С.: Это и есть отсутствие чувства делателя.

Хватит на сегодня. Думайте об этом, медитируйте, проникайте. Если в это глубоко войдете, это изменит вашу жизнь. Это понимание, которое переворачивает все полностью. И если в него войти, вы уже пришли... Будут тела, но не будет персон.

Смех.

И. 2: А как же семинар, его же нужно закончить, надо же доучиться?

С.: Мы будем сидеть в тишине, может, будем разговаривать, но без чувства того, что мы это делаем.

И. 2: Семинар будет закончен раньше срока.

С.: Семинар будет продолжаться, но сам по себе, без тех, кто его делает.... Вы думаете, что вы некоторая персона, которая разговаривает со мной как с некоторой другой персоной. Другая форма восприятия: существует поле сознания, и внутри этого поля сознания два объекта, которыми являются ваше тело и мое тело, имеют определенную активность, но никаких персон здесь нет. Здесь есть только одна персона, которая присутствует при проявлении всех этих объектов и вы и есть эта персона, а все остальное это ваше феноменальное проявление, то есть выражение в форме. Это как вы видите сон и вспоминаете, что это сон и понимаете, что вы сами себе снитесь, но вы знаете что тот, кто вам снится как вы - сновидение, другой - тоже сновидение и оба эти персонажа находятся в поле вашего сновидения. Только здесь вы сновидите не от лица человека, а от лица Творца, и если вы чувствуете ситуацию сейчас, то эту ситуацию сновидит Творец. То есть вы себя знаете как творец, как Бог, который сновидит то, что находится в поле восприятия, и вы это все время удерживаете как чувство забывания о том, кто вы. Вот это есть правильное переворачивание матрицы восприятия, вы все время

пытаетесь помнить, что здесь происходит. Не группа личностей, которые общаются, а набор объектов, которые проявляют активность на фоне одного субъекта, который присутствует здесь через сознание, одухотворяющее всю эту динамику общения.

И. 2: Это Бог.

С.: Это то, что мистики называют Богом.

И. 2: А как же быть с теми автоматизмами, когда существует наработанная система рефлексии на те или иные события, она меня сейчас очень напрягает?

С.: Это тебя напрягает как персону, а Бога она не напрягает. Есть два варианта решения задачи: или работать с автоматизмами или онулировать себя. Если хочешь работать с автоматизмами, оставляя себя, то это психотерапия, если хочешь убрать себя, но оставить автоматизмы - это мистика. Дальше ты выбираешь, каким путем ты хочешь двигаться.

И. 2: Психотерапией мы уже занимались.

С.: Попробуем мистикой....

Беседы в Крыму.

О природе Ума и Восприятия

Судак 1 июля 2004 года 10:56

Искатель: Сумиран, ты говоришь, что ум создаёт желание. Какой ум, персональный или вселенский? Какова связь того и другого с сознанием?

Сумиран: Первое, что важно понимать, что разделение ума и желания (ум создаёт желание), не совсем верно. Потому что ум это не какая-то система отличная от желания, сами желания являются структурой ума. Это неразделимые вещи, как, скажем, кровь является частью нашего тела. Поэтому ум практически является состоящим из совокупности различных явлений, одно из которых есть желание.

Далее давайте поговорим о персональном уме и вселенском. Сначала нам надо рассмотреть, как формируется наш ум? Мы говорили о том, что наш ум - это работа с информацией, это информационный процесс. Чтобы думать нужно иметь информацию на базе, которой мы будем думать. То есть, в принципе, наш ум состоит из файлов информации и файлов обработки этой информации. Можно сказать так, есть информация и обработка этой информации, Это составляет то, что мы называем мышлением. Как происходит обработка информации? Одни файлы информации обрабатывают другие файлы информации. Как с восприятием, помните, мы говорили, что тело это взаиморегистрация, взаимоучёт различных частей. Чтобы часть существовала, её должен кто-то регистрировать, иначе она не существует в восприятии. Поэтому наше тело, если мы его осознаём, это взаимоучёт различных регистраций.

То есть любая часть тела регистрируется другой частью какой-то. Это то, что называется восприятием, мы воспринимаем себя как тело. Это учёт взаиморегистраций.

Далее. Что такое мышление? Чтобы обрабатывать информацию, нужно на что-то опираться, на какую-то другую информацию. Допустим, когда мы говорим: это правильная информация или неправильная. Мы её сопоставляем с какой-то другой информацией, которая изначально постулировалась как правильная. То есть, есть какой-то эталон. Или мы говорим: эта вещь длинная или короткая. Нам надо какой-то эталон иметь относительно которого мы вообще об этом говорим. Так и с информацией. Чтобы её обрабатывать, у нас уже должен быть какой-то блок информации, относительно которого мы остальную информацию обрабатываем. То есть наше мышление - это просто взаимоучёт информационных блоков, взаимная обработка информационных блоков. Все, очень похоже на работу компьютера. Пока надо понять, что наше мышление как таковое, это просто взаимоучёт информационных блоков. Теперь вопрос: как эти блоки в нас формируются и являются ли они нашими персональными блоками? Мы информацию делим на ту, которую мы обрабатываем, то есть какие-то сигналы поступают, и ту, с помощью которой мы обрабатываем. И то и другое является информацией, но мы психологически их разделяем. Есть блок, с помощью которого мы обрабатываем информацию и та информация, которую мы обрабатываем.

Теперь вопрос: как тот блок, с помощью которого мы обрабатываем информацию, в нас сформировался? Чем мы отличаемся? Мы отличаемся, не получением информации. Мы все читаем одну и ту же книгу или слышим одни и те же слова. В этом различия нет. А в чём различие? В том, что мы этот сигнал начинаем обрабатывать, интерпретировать. Вот в этом появляется наша персональность. То есть, персональность не в той информации, с которой мы работаем, она предполагается одинаковой, а в том блоке, который обрабатывает информацию, вырабатывает отношение.

Теперь надо понять, как этот блок сформировался? Как блок, который я называю своей индивидуальностью, внутри меня был сформирован, тот блок, через который я воспринимаю всю остальную информацию, внешнюю по отношению к этому блоку? Смотрите: рождается ребенок. Соответственно в нём ещё никакой информации нет. Пока оставим причинно-следственное тело, возьмем просто с рождения, личность. В личности ещё нет блока обработки информации, поскольку ему не с чем сопоставлять. То есть он должен сначала накопить какую-то информацию, а потом из этой информации, которую он накопил в ходе жизни, взросления, он составит тот блок, который и будет взаимодействовать с другой информацией.

Теперь далее. У ребенка нет никакой индивидуальности в плане отношения информационного, потому что нет самого объёма информации.

И.: А ум есть у него?

С.: У него есть ум, как способность накапливать информацию, но не сама информация. Как есть чашка, она потенциально может получить воду. Но чашка это не вода. То есть, в процессе формирования коры головного мозга постепенно возникает и потенциальность работы с информацией, но это не есть сама информация, просто ёмкость для неё.

И.: Я не знаю, на сколько у всех это есть, но некоторые способны, допустим, к определённым роду деятельности...

С.: Об этом чуть позже поговорим. Давайте пока определимся с той информацией, которую мы получаем после рождения. Ребёнок рождается и дальше в зависимости от той среды, где он растёт (т.е. какие у него родители, какое вероисповедание, какая социальная

среда), он начинает получать определённые блоки информации. Значит, эти блоки являются информацией той среды, в которой он растёт. Они не индивидуальны. Это не его индивидуальность. Это та среда, в которой ребёнок оказывается. Потом на основе этой информации он формирует некоторую структуру внутри себя, которую мы называем обрабатывающим блоком, и который якобы придаёт человеку чувство индивидуальности. Я - это мой индивидуальный ум. На самом деле этот индивидуальный ум составлен из информации полученной от социального ума, той структуры, в которой он вырос. То есть индивидуальный ум является просто какой-то частью внешнего социального ума, ничем не отличимой от неё.

И.: А, каким образом именно эту информацию человек поместил в обрабатывающий блок, а не другую какую-то?

С.: Важно понять, что какую бы он информацию не помещал в свой блок, это не его информация. Это информация окружающей среды. Это, как если я делаю какой-то замок и у меня материал только песок, то как бы я не компоновал замок, он будет из песка и не из чего другого. Поэтому как бы мы не компоновали эту информацию внутри себя сам принцип того из чего мы её создали, это не наша персональность, это просто коллективное поле информации, привнесённое внутрь. В этом плане, это коллективное информационное поле, на базе которого мы создаём какой-то эпизод этого коллективного поля. Далее смотрите. Если говорить о душе, которая перевоплощается. Перевоплощённое тело тоже несёт в себе информацию. Но какую информацию? Допустим, в прошлой жизни вы были одним человеком, в другой другим человеком, в третьей - третьим. Наше причинно-следственное тело является совокупностью целой группы людей, то есть набора людей. Это не что-то персональное, это срез многих, многих жизней. Вы, допустим, были сотнями мужчин, сотнями женщин и вы это привнесли как память в причинно-следственном теле в себя. Но эта память является социальной памятью, потому что это опыт не одного мужчины какого-то конкретного, а сотен мужчин, не одной женщины, а сотен женщин. Соответственно, если говорить об этом дальше, например наше тело, ДНК... ДНК - это что? Это накопление кода поколений, то есть информация не какого-то конкретного папы, а всего мужского рода, и не мамы, а всего женского рода. Я опять имею дело не с персональностью, а с родом, как таковым, то есть с целостным явлением. Так вот, получается, из какой памяти человек состоит? Биологической, потом память причинно-следственного тела, которое является набором очень многих личностей, плюс наша память, которую мы получаем в этой жизни. Она тоже является набором социальных знаний, которые нас окружают. То есть не чем-то персональным, а коллективной структурой. Получается, что мы формируем свой персональный блок из информации, которая принадлежит не нам лично, а социуму как таковому, то есть всему человечеству. Таким образом, получается, что нет персонального ума. То есть, вся эта информация гуляет по планете. Она едина и периодически какие-то куски этой информации оказываются в мозгах разных людей. Но сама информация едина для всех. Поэтому, какого-то уникального персонального ума быть не может. Потому что уникальность, это когда я в своём уме имею что-то, что эксклюзивно, то есть, неповторяемо. А поскольку мой ум является набором частей, которые я получил от коллективного ума, он не может иметь ничего эксклюзивного. Он всегда будет в разных комбинациях повторять функцию и жизнь ума в человечестве. Поэтому это тоже сильный момент, если человек осознаёт, что нет персонального ума. Есть ум человечества, с которым мы и разбираемся, поэтому, понимая свой ум, вы понимаете ум любого человека. Нет разницы между вашим умом и умом любого другого человека. Принципы везде одни, блоки везде одни, немного разные комбинации, вот и всё.

И.: Я хотел спросить по поводу своих менее осознаваемых частей или частей каждого человека, которые по наследству передаются. То есть, вот эта физическая составляющая - гены. Это по роду, как ты говоришь, и причинно-следственное тело. Просто если ты говоришь, что это память всего рода, всего поколения, если причинно-следственное тело; сотни мужчин, сотни женщин... Там есть какие-нибудь выделения, более ярко представленные личности, или они все,

в равной степени размазываются там? И вообще, по какому принципу какие-то черты не передаются, какие-то передаются. Это просто в том контексте, чтобы понять для чего я родился. У нас тут поднимался вопрос насчёт миссии. Вот может быть миссию в этом контексте как раз и стоит рассматривать? Причинно-следственное тело зачем-то рождается, а так как всё это в подсознании закладывается, то мы не осознаём и начинаем двигаться исходя из того, что нам навязывают, не слушая себя.

С.: Давайте по порядку, потому что темы достаточно тонкие. Первое что надо постараться осознать, что ум один. Что когда вы работаете со своим умом, вы работаете с умом человечества.

И.: То есть один на всех?

С.: Да, это общее информационное пространство, проявленное через какие-то частные формы. Которыми является наша психика.

И.: Это информационное поле земли так называется ещё, да?

С.: Можно и так назвать, да. Это так же, как наше тело, оно вроде бы и индивидуально, но является частью материи вселенной. То есть не будет солнца, не будет тела. Более того, электроны на солнце и электроны в теле, это одни и те же электроны. Они ни чем не отличаются. Элементарные частицы, из которых состоит материя, вообще никакой разницы не имеют, электрон всегда электрон. Поэтому в принципе, если с этой точки зрения посмотреть, моё тело ничем не отличается от материи в любом другом месте. Это просто разные комбинации электронов. А если мы будем основываться именно на электронах и ядрах, то оказывается, что никакой разницы нет. Материя - это просто материя, нет разницы между материей в теле, материей на солнце, материей на земле. Наше тело - это просто некоторое уплотнение единого тела вселенной. Единое тело вселенной, состоящее из электронов и атомов, оно в каком-то месте пространства уплотняется, и мы ощущаем, что появилось моё тело. Точно также мы думаем, что у нас какое-то особое оригинальное мышление. Наше мышление - это просто уплотнение информации в едином поле вселенной, которое также как и тело рано или поздно развеется. Куда деваются электроны, когда тело умирает? Они просто распределяются по пространству, то есть, один электрон попадёт в одну точку, другой в другую. Кто-то горшок из тебя глиняный слепит, как Омар Хайям говорил. Так куда же электроны подеваются? Они нейтральны, они могут попасть в любую точку. Что происходит со мной, если я себя знаю как мышление, как личность, как персону? Куда денутся мои информационные блоки? Разлетятся по вселенной. Кто-то их скупает, потому что информация везде информация. Когда формируется физическое тело, в него входят информационные блоки, то, что мы называем причинно-следственным телом. Это просто набор информационных блоков. Откуда они взялись? Иногда они входят из одной структуры, иногда человек бывает набором разных информационных блоков. То есть, его причинно-следственное тело - это просто сочетание разбросанных кусков информации, которые скомпоновались по каким-то признакам вместе и вошли в его тело. Здесь у нас возникает конфликт: мы одного хотим, а другая часть другого хочет, а они совершенно разные, и так далее. Есть информационные куски и надо понять, что это просто единое поле, которое нами, из-за искажения восприятия, принимается как что-то персональное. То есть, уплотнение единого информационного поля в некоторой части пространства воспринимается как уникальная персона. Не как информационные блоки скомпонованные в одной точке, а как я - обособленное живое существо. Вот в чём сложность. Мы воспринимаем себя, как обособленное живое существо. Хотя это просто набор информации.

И.: А ко мне приходят мои же блоки, скажем из предыдущих моих воплощений. Или они могут быть совершенно другие из этого общего коллективного информационного поля?

С.: Смотрите, мои или не мои, это свойства ума присваивать себе что-то. Как с электронами. Тумбочка не говорит: это мои электроны. Так и информация. Мы являемся совокупностью информации, которая в нас каким-то образом попала по каким-то законам. После этого другой блок информации присваивает себе эту информацию. То есть, мы имеем прошлые жизни, потому что мы присваиваем их себе с помощью, опять таки, ума. Ведь почему мы считаем, что те люди, которые когда-то жили, были нами? Это просто мысль. То есть мы связываем себя сейчас и тех людей, которые когда-то жили, и информация от которых в нас попала. Точно также как мы, допустим, имеем прошлое. Мы были ребёнком шести лет, но сейчас этого ребёнка нет. Где он сейчас этот ребёнок? Он просто в нашей памяти. То есть мы связаны с этим ребёнком просто присваиванием себе его образа. Но сейчас ребенок не существует. Поэтому мы связаны с прошлым только путём памяти. То есть, память присваивает себе некоторую информацию и говорит: вот это я. Таким образом, ты свободна присваивать себе это. То есть: говорить, это были мои прошлые жизни; а можешь не присваивать, это были прошлые жизни каких-то людей. Зачем называть себя ещё и теми людьми? Тут в этой жизни проблем много, ещё и те.

И.: Так может выбрать тогда лучше?

С.: Выбрать что получше.

И.: Закопаясь. Перед выбором встанешь, как на распутье.

С.: Соответственно смотрите, я подхожу к тому вопросу, который Борис задал. Когда в нас есть много блоков информации, то часть этих блоков осознаётся, часть не осознаётся. Это первое чем они отличаются. А второе, чем они отличаются, что часть блоков несет более сильные заряды к действию, а часть блоков лежит в латентном виде. То есть какие-то желания могут быть, но мы даже не знаем о них, пока не возникнут соответствующие условия для того, чтобы они проявились. Это в буддизме называют вторичной причиной. То есть, некоторые желания, блоки, могут не проявляться, пока мы не встретим какого-нибудь человека, не попадём в какую-то ситуацию, или какую-то книгу не прочитаем. Тогда у нас возникает очередной толчок к действию. Так вот, первое: блоки отличаются интенсивностью эмоционального заряда. То есть, с какой силой этот блок будет заставлять реализовывать себя в этой жизни. Потому что каждый информационный блок, каждое желание должно быть рано или поздно реализовано. Пока он не будет реализован, вы будете воплощаться снова для его реализации. То есть ум создаёт тело, для того чтобы реализовать свою потребность. И пока у ума существует желание, он непрерывно формирует всё новые и новые структуры. Мы сейчас имеем определённые блоки, заряды, желания, которые себя реализуют через наше тело. Опять, что мы называем собой? Какой-то информационный блок, который, может, сформирован тысячу жизней назад, залетел в моё тело при рождении, и теперь себя раскручивает. Но я это ощущаю как моё желание, я идентифицируюсь с этим зарядом эмоциональным, и он начинает двигать мной. Возникает ощущение, что это я хочу, как персона. Не просто какой-то заряд информационный себя реализует, а я хочу.

И.: Сумиран, получается, мысль, которая залетела в меня, живёт своей жизнью. И как бы используя...

С.: Нет. Мысль, которая залетела не в тебя, а мысль, которая сформировала твое тело, причём определённое тело. Как раз для того, чтобы оно было потенциально способно реализовать эту мысль. Что такое наше тело? Это материя, сформированная мыслью для реализации своих желаний. Это всё чистая механика, то есть мысль формирует материю для реализации каких-то образов, которые она несёт. Далее на эту механику накладывается чувство бытия самого сознания, возникает ощущение живой персоны. И дальше механика

раскручивается своим чередом, то есть мысль использует тело. Это две формы материи, тонкая материя и грубая материя. Тонкая материя использует грубую материю для каких-то своих тенденций. И на фоне вот этой механики возникает ощущение персонального делателя, который живёт эту жизнь.

Так вот, часть желаний, которые в нас находятся, являются осознаваемыми. Мы их уже сейчас осознаём и реализуем. То есть, мы какие-то блоки осознали и называем это «я хочу». Мы в жизни движемся тем, что мы хотим, стараемся, во всяком случае. А часть желаний лежит в латентном виде и ждёт своей очереди. И, соответственно, когда желание возникает, оно может иметь более или менее сильный заряд. Допустим, я хочу, но, в принципе могу и отказаться от этого. А есть желание, которое настолько сильное, что я буду это делать, делать и делать. Это сила эмоционального заряда желания. Плюс осознание самого желания. Сами желания не являются чем-то индивидуальным, потому что когда мы умираем, эти желания просто начинают двигаться в пространстве ментального эфира. Они формируют или находят подходящую оболочку и начинают через эту оболочку прокручивать свои программы. Точно так же наше тело биологическое прокручивает свои программы. И получается, если в это глубоко входить, что на ни на уровне ума, ни тела, ни поведения, человек не несёт какой-то индивидуальности. Принципиальной индивидуальности. Мы отличаемся все за счёт чего? За счёт большего числа возможных вариантов, комбинаций этих информационных файлов. То есть их можно по-разному скомбинировать. Но это всегда является некоторым единым пространством общего коллективного ума или общего биологического движения материи. И, таким образом, мы приходим к тому, что Юнг определял как архетипы. То есть, мы архетипичны по своей природе. Это собирательный образ женщины, так как в вашем причинно-следственном теле сотни этих женщин. Причинно-следственное тело уже проживало жизни сотен женщин и собрало этот образ. Если я с ним в контакте, то я касаюсь архетипа. То есть я касаюсь собирательного образа женщины. Далее, если меня воспитывала моя мать, то кто воспитывал мою мать? Её мать. Это передача определённого собирательного образа женского поведения. Ведь я же сформировал свою женщину, даже в этой жизни, и своего мужчину, ориентируясь на то, каких я видел мужчин и женщин вокруг себя, и ни как иначе. А это и есть собирательный образ, это и есть архетипический образ мужчины и женщины, который я получаю. Но потом я архетипический образ начинаю чувствовать как свой индивидуальный образ. Получается есть только архетипические образы и нет личности. То есть архетипы живут себя через формы. Наши тела или наши умы персональные, - это просто проявления архетипического движения, то есть движения материи или психики через конкретное тело. Вот то, что реально происходит. А мы себя ощущаем персонами, которые размышляют об архетипах.

И.: А у нас же нет ума. (Смех)

С.: А у вас индивидуального ума нет. Поэтому когда вы сталкиваетесь с механизмом ума, с привычками, с тенденциями, вы сталкиваетесь с умом человечества. Представляете, какая это машина? То есть вы пытаетесь выйти за пределы не своего ума, своего у вас нет. Ваш ум - это маленький фрагмент движения вселенского ума. А вы пытаетесь выйти за пределы вселенского ума, потому что иначе невозможно. Потому что ум целостен. Это как вы пытаетесь остановиться. Вы думаете, что вы сейчас сидите? А на самом деле вы часть земли, которая несётся со скоростью 30 000 километров в секунду, при этом ещё и вращается. Остановитесь!!! Вам надо землю остановить для этого!!! Знаете сколько вам надо сил и энергии, чтобы землю остановить? А земля, это ещё и часть нашей галактики, которая вращается среди других галактик. Остановитесь!!! Как вы можете остановиться, когда вы просто фрагмент материи, которая несётся по вселенной с бешеной скоростью. Хотя вы просто этого не осознаёте. Вот также и ваш ум. Вы думаете, у вас есть персональный ум, который вы сейчас возьмёте и остановите. А ваш ум - это часть механизма вселенского ума, который движется уже миллиарды

лет, как и вся эта материя. И вы хотите остановить свой ум. Понимаете, что вы останавливать хотите?

И.: Сумиран, тогда получается, что все эти практики, учителя, которые говорят про освобождение от мысли... Мне давно приходило, что это в принципе не возможно. Потому что, например, у нас на занятиях задают вопрос: как долго вы можете находиться в состоянии без мысли? Ну, кто-то говорит 30 секунд, там минуту, кто-то 3 минуты. Я всегда думаю, сколько я могу всё - таки хоть как-то без мысли. Нет вот...

С.: Вы никогда не задумывались, что регистрация отсутствия мысли, сама является мыслью?

И.: Да. Но понимаете, через эту практику получается мы должны прийти к противоположному. Задание дали, мы вроде пыжимся, из себя выжимаем все силы, чтобы эту машину остановить, и получается, в конце концов, мы должны изнутри прийти, что это...

С.: Невозможно.

И.: Невозможно.

С.: Только честно в это поверить и самим это попробовать. И действительно в это поверить можно только когда попробовал. Гурджиев ученикам говорил: «Вы должны заниматься практикой воспоминания не потому, что она у вас получится, а чтобы убедиться, что вы не можете этого делать». Цель того чтобы пробовать не для того чтобы научиться, а убедиться в том, что это бесполезно для вас. Поэтому задача не остановить эту машину, потому что эта машина движется и имеет колоссальную мощь. А наше тело - это часть этой машины, материи которая движется. Ум - это ещё большая грандиозная машина. Ещё более сложная, многомерная. А задача найти то, на фоне чего всё это движется. То есть не остановить то, что движется, а найти то, что не движется. А люди всё время пытаются остановить то, что движется и всегда будет двигаться по определению.

И.: Иногда у меня возникает ощущение тщетности всех моих усилий. Довольно-таки некомфортное состояние.

С.: Я считаю, что когда человек приходит к тщетности усилий, ему всё-таки надо искать какой-то другой подход. Потому что если ему дать просто не правильный подход и убедить его в том, что он не работает и на этом его оставить, что тогда? То есть, я считаю, что важно дать какую-то альтернативу. Если ты говоришь, что это не верно, то скажи как верно. Иначе, какой смысл того, что ты скажешь не верно? Вы должны для себя иметь какое-то понимание. Первое понимание, что ум - это механизм очень древний и единый. И наше мышление просто фрагмент этой единой машины. И пытаться какими-то личными персональными усилиями, с той энергией, которую мы имеем в своём личном распоряжении, остановить эту машину, это всё равно, что пытаться землю остановить. Поэтому задача найти то, что не движется, а не останавливать то, что по природе не может быть остановлено. То есть, природа ума - движение, природа материи движение. Вообще, природа всего, что имеет форму, двигаться. Мы уже подходим к пониманию восприятия. То есть, начать воспринимать то, что не двигается. То есть мы воспринимаем то, что двигается, потом мы начинаем останавливать то, что двигается. У нас это не получается, потому что тот, кто останавливает, сам есть движение. Как движение может создать неподвижность? Объясните мне. Вы пытаетесь быть неподвижными, но вы есть функция движения. Движение тела, мыслей, эмоций, ощущений. Вы сами есть движение. Как вы, будучи движением, создадите то, что не является движением? Это просто не возможно.

Поэтому, если вы это понимаете, вы раз и навсегда заканчиваете с этим. И больше этим не интересуетесь до конца своей жизни. И начинаете другими вещами интересоваться.

И.: Когда ж это кончится-то? Только освобождаемся от одного, начинаем о другом, ну как же так? Где же правда жизни?

Смех и гомон в зале.

С.: Получается что выход один. То, что движется, никогда не будет неподвижным. Это первая аксиома, которую надо усвоить. Если что-то движется, значит его природа - движение. Оно может быть успокоено на какое-то время путём волевого усилия. Но это всегда закончится, то есть не возможно успокоить навсегда то, что проявляет себя как движение. Физики открыли закон сохранения энергии. Энергия просто переходит из одной формы в другую. Вы можете взять мяч, он повисит немножко. Вроде бы не движется, но отпусти его, он упадёт. Потом кинетическая энергия пойдёт, потом тепловая. Всё равно будут переходы всё время. Поэтому мы перестаём успокаивать то, что движется. Далее вопрос такой: то, что движется, всегда будет двигаться, то, что неподвижно, всегда было неподвижно. Оно не успокаивается, оно открывается как неподвижное. То есть это не успокоение чего-то, а открытие того, что никогда не двигалось, не движется и не будет двигаться. Мы открываем этот фактор. Это уже несколько другой процесс, потому что первый процесс подразумевает некоторую динамику действия. Я что-то успокаиваю. А второй процесс подразумевает открытие. Что такое открытие? Это внесение этого в область моего восприятия. Я осознаю нечто. То есть это уже есть, просто мне его надо осознать. Это совсем другие вещи. То есть созидание, становление: этого ещё нет, но я это буду делать. А это уже есть, просто это надо увидеть, открыть.

И.: Посмотреть в ту сторону.

С.: Посмотреть в ту сторону. А теперь дальше, такой интересный момент. Смотрите, мы ведь можем воспринимать только то, что движется. Как вы предполагаете открыть то, что неподвижно?

И.: Ещё раз (смех), и помедленнее.

С.: Хорошо. Смотрите, ещё раз. Мы имеем дело только с тем, что движется. Почему? Потому что мы должны регистрировать что-то, мы имеем дело с тем, что мы регистрируем. Регистрируем мы только то, что имеет форму, так? А всё что имеет форму подвержено влиянию, а всё что подвержено влиянию будет двигаться, тем или иным образом. Соответственно, все, что нами воспринимается как нами, включая нас самих, поскольку мы себя тоже регистрируем, движется. И в связи со своим движением, фактом своего движения, возможна регистрация этого, то есть восприятие этих явлений. Далее мы говорим, что мы хотим найти то, что неподвижно. То есть мы пришли к тому, что мы не можем успокоить то, что движется. А должны открыть то, что не движется. Далее следующий вопрос: что значит, открыть то, что не двигается? Ведь я не могу это регистрировать, поскольку оно неподвижно, оно не поддаётся никакому восприятию.

И.: Сумиран, получается, в жизни всегда есть как бы два явления. Если мы открыли движение, то должно быть и противоположное.

С.: Это мы постулируем как гипотезу.

И.: Ну да.

С.: Смотрите, факт это только движение. Вы поймите, что фактом вашей жизни является движение и его регистрация. Как гипотезу мы предполагаем, что есть что-то неподвижное и мы стремимся к этому неподвижному, потому что оно имеет фактор постоянства, который человек ищет. Он ищет постоянства, а всё что движется непостоянно. А мы хотим чего-то, чтобы найти раз и навсегда, уж нашли, так нашли. Более того, мы хотим найти то, чего мы не потеряем после смерти тела. То, что наше по определению. С другой стороны мы понимаем, что найти это как объект, который я зарегистрирую, что я его нашёл, я не могу. Потому что тогда это будет какой-то движущийся объект. Соответственно, если вы это понимаете, вы просто перестанете делать много лишних движений в жизни, как внешних, так и внутренних. Это то, что есть успокоение. Вы перестанете бегать за всеми этими вещами. Потому что поймёте, что бежать-то особо некуда. Далее. Я не могу это зарегистрировать. Таким образом, что мне делать? Я предполагаю, что это есть, и я это ищу. Я понимаю, что это не может быть формой моей регистрации, включая мои переживания. Потому что переживания тоже движутся. Вот они возникли, достигли интенсивности, угасли и ушли. Всё это не то, значит. Так что это тогда? Как я тогда определяю ту вещь, которая не движется? Это то, что не регистрируется, значит, это не может быть объектом восприятия.

И.: А кому это надо? Это не движущееся. Кто это ищет? Ум получается. Ум своим движением ищет чего-то постоянного.

С.: В принципе, да. Если вы ищите от ума, если ваш ум ищет это, он это никогда не находит. Вот представьте, компьютерный герой ищет сахар, который стоит на столе. Сколько он его будет искать? Компьютерный герой может найти только компьютерный сахар. То есть, чтобы найти через ум такой объект неподвижный, вам надо в уме, внутри ума, создать образ этой неподвижности. Идеализированный ум, концептуальный, может найти только концептуального бога. Понимаете? Вы никогда не найдёте реального Бога, реальность. То есть в уме вы можете найти только то, что создано умом. Поэтому, если вы движетесь в пространстве ума, вы находите только то, что смоделировано самим умом, но не то, что реально.

И.: И называем это Богом.

С.: И называем это Богом. Многие люди вот так и просветлевают. Они находятся внутри самого ума, а ум имеет колоссальные возможности, он может создать даже пространство неподвижности. Некоторые входят в это пространство неподвижности внутри ума, временно естественно, и думают, что они нашли реальность или Бога. Хотя на самом деле то, что они нашли, является моделированием пространства неподвижности внутри ума. То есть ум может создать всё что угодно. Он может создать Бога, он может создать пустоту, он может создать экстаз, он может создать всё что угодно, его возможности очень велики. Но это всё ложные явления, потому что рано или поздно, когда энергия ума заканчивается для поддержания этой структуры, и вы оказываетесь опять у разбитого корыта. Вы оказываетесь тем же субъектом, который потерял то, что он имел как Бога. А человек ищет того, чего он не может потерять. Почему он это ищет? Ведь мы ищем того, что абсолютно. Абсолютной свободы. Не так, что сегодня я свободен, а завтра мне пришли, сказали, что вы арестованы.

И.: Сумиран, а кто будет искать? Если мы себя как ум воспринимаем?

С.: Тогда кто ищет? Кто может найти Бога? Сам Бог!!! Понимаете, это великая шутка. Если человек ищет Бога от ума, как личность, он никогда его не находит. Что такое начало поиска? Почему говорят, что это благословение? Потому что в человеке Бог начинает искать осознание самого себя через человека. То есть, поиск Бога должен вестись самим Богом, никак иначе. Только Бог может прийти к Богу, то есть, то, что находится в реальности сахарницы, может прийти к этому сахару. То, что находится в реальности компьютера, не может

прийти к сахару. Поэтому сахар должен начать искать тот, кто находится в реальности сахара. А кто находится в реальности Бога? Только сам Творец. Поэтому это уникальное явление, что через человека Господь ищет самого себя, то есть он играет сам с собой таким образом.

И.: В прятки.

С.: Да, в прятки. И только он рано или поздно может найти. Поэтому ваш поиск, если он настоящий, это не ваш поиск. Если это ваш поиск, он ни к чему не приведёт никогда. Это должно быть движение сознания, движение господа в человеке. Это милость. Потому что вы сами не можете смоделировать это в себе. Вы можете создать желание, но это личностное желание будет. А желание, которое не личностное, не может быть создано личностью. Оно проявляется в человеке как милость. То есть, ТО проявляет себя в человеке как начало поиска. И потом следующая милость, это когда ТО находит самоё себя в человеке. Это называется просветление. Поэтому человек становится настоящим учеником, если говорить об ученичестве, в тот момент, когда Бог, и никто иной, начинает через его тело и психику двигаться к осознанию самого себя. И когда процесс этого поиска приходит к завершению.... А что значит «прийти к завершению»? Это когда тот, кто ищет, осознаёт что, то, что он искал и есть он, то есть ищущее и есть искомое. Полное осознание этого факта, что ищущий есть искомое, есть завершение поиска. Потому что искать больше нечего. Это вторая милость, реализация. Следовательно, я должен искать не Бога, а ищущего, себя. Потому что тот, кто ищет и то, что он ищет, одно и то же. Поэтому вопрос: что есть Бог и кто есть я, об одном и том же. В вопросах «кто я?» и «где Бог?», я и Бог не две разные вещи. Это первое, что я осознаю. Поэтому я начинаю искать не Бога, а себя, то есть «кто я». Я понимаю, что я и есть тот, кого я ищу. Далее, когда я начинаю понимать кто я, я начинаю идти методом отрицания, что тело мной не является, это набор генов, комбинаций, которые вообще случайность. Я не являюсь умом, потому что ум - это совокупность информации, которая залетела в меня с разных сторон, Далее, я не являюсь состояниями сознания, потому что это, опять-таки, проходящее. На что мне опираться? Единственное чувство, которое постоянно в моей жизни, это чувство «я существую». Чувство «я существую» первично. Оно уникально тем, что никогда не меняется. Это на его фоне всё меняется. Есть состояния, они меняются, я их констатирую, но я не меняюсь как регистратор. Это первая уникальность этого чувства. Вторая уникальность этого чувства это то, что нельзя сказать, что оно приобретено. У нас есть идея, что с появлением тела оно возникло, но это не очевидно. То есть, мы не знаем. Мы точно знаем, что тело появилось. У нас, его не было. Мы точно знаем, что наш ум появился, что он был сформирован, потому что у ребёнка нет ума как такового. Он формируется путём получаемой информации. То есть, его не было. Он сформировался. Это что-то привнесённое в нашу природу. Тело - это тоже что-то привнесённое. Кто-то его создал. Но вот чувство «я есть» нельзя привнести или отнять у человека. Потому что тело у вас можно отнять, ум тоже. Тело отнимается в состоянии глубокого сна, его нет. Ум отнимается в определённых психологических состояниях. Следовательно, мы за чувство «я есть» начинаем якориться. Мы пытаемся выяснить, а что это за чувство? Что это за явление такое? Теперь разберемся, что мне делать. Я есть, а что это значит? Как чувство существования во мне присутствует? Является ли это чувство моим персональным или это общее чувство? И так далее. То есть я начинаю с этим работать. Каким образом работать? Я начинаю держать своё внимание на этом чувстве. Я это чувство переживаю и дальше возникает вопрос: я существую, но кто я, откуда возникло это чувство? Из какого источника? Где природа возникновения этого чувства? И внимание постепенно, а внимание это энергия, начинает переориентироваться. То есть ваше внимание начинает двигаться в это чувство. Вы начинаете погружаться, тонуть в этом чувстве. А когда вы начинаете это делать, с вами начинает случаться определённое понимание. Что же это всё-таки значит «быть»? Не быть кем-то, а просто быть? Что это значит? Вы своё внимание, энергию, которая обычно течёт изнутри наружу, направляете снаружи внутрь, в это чувство. А всё остальное для вас становится второстепенным, это неважно. То есть важно то, что вы существуете, это факт. Но кто вы? Вы существуете, но кто вы? Откуда это чувство

возникло? Ваше внимание течёт по направлению к источнику. Чтобы найти солнце надо двигаться по лучу солнца в обратном направлении. И вы приходите к солнцу. Ваше чувство «я существую», это отражение солнца, это не само солнце. Помните, мы говорили, отражение сознания от материи создаёт чувство «я существую» у персоны. Пока что наше чувство «я существую» - это отражение солнца. Но чтобы прийти к солнцу мы должны двигаться по лучу в обратном направлении. То есть, мы должны двигаться не от чувства «я существую» к самоопределению во внешнем мире, а от чувства «я существую» в сторону, откуда это чувство возникло. То есть в обратном направлении. Мы должны понять, откуда возникло отражение? А чтобы понять мы должны двигаться по лучу, создавшему отражение, в обратную сторону. Тогда мы приходим к источнику, который породил это отражение. Тогда ваше персональное сознание раскрывается в сознание творца. А ключ или методика - это направление энергии внимания по лучу ощущения «я существую» в сторону источника этого ощущения. Когда эта интенсивность достигает определённого предела, то персональное чувство «я существую» раскрывается в чувство «я существую» осознания, которое отражает то, что предшествует появлению материи и отражению в материи всего остального. Вот такая динамика практики. То есть, мы отталкиваемся от внешнего, мы говорим «я не это». А притягиваемся к источнику, вопрошая «кто я?». То есть «я существую», но откуда это чувство взялось? Вот такое двойное действие получается: отталкивание от самоопределения отрицанием и притяжение к источнику путём движения внимания в этом направлении. То есть, всё время в это «я есть» глубже и глубже погружаться.

И.: Ну да, я ещё прочувствовала такой момент: когда я раньше медитировала, то мысли меня раздирали. То я улетела в одно место, то я улетела в другое место, то ещё меня какая-то мысль захватила или эмоция. А когда я концентрируюсь на состоянии «я есть», я абстрагируюсь от этих всех хаотически бегущих мыслей. И всё-таки в какой-то степени создаю некое пространство, в котором я могу двигаться. Я ощущаю что-то такое, что не очень уловимо, но, тем не менее, помогает.

С.: То, что я рекомендую, это просто смена восприятия. Ведь сейчас для нас существует «я есть». Мы это знаем. И регистрация объектов. Но для обычного человека объект является фигурой, то есть это то, что мы очень явно переживаем, а «я есть» фоном. Фигура и фон. А вы должны переменить эту матрицу восприятия. Чувство «я есть» становится фигурой, это очень явно, «я есть», а всё остальное становится просто фоном. А то, что вы есть - это база. Таким образом, вы хотите превратить старую женщину в молодую на картинке. Вам надо поменять фигуру и фон. До этого, допустим, белое полотно было фигурой, а чёрное фоном. Белое полотно было старой женщиной. Если вы белое видите как фон, а чёрное как фигуру, то сразу вы видите молодую женщину. Эта перемена - просветление. Когда для меня чувство «я есть» - фигура, а активность - фон, это состояние просветленного сознания. Я знаю, что я есть, а всё остальное просто фон. А когда для вас фигурой является проявленная вселенная, то вы захвачены движениями внешних объектов, включая ваши мысли, эмоции и мысль о самом себе в том числе. Потому что мысль это тоже объект. Мысль о самом себе - это тоже объект. Она очень значима для нас, в нашей жизни. Есть «я», это объект, значимый. Соответственно, это «я» формирует мысли о моей жизни. Возникающие жизненные ситуации можно решать, но решать так, чтобы это не было фигурой. Просветлённые так же решают жизненные ситуации, но для них они не являются фигурой. Их внимание, их сознание всегда держится за чувство «я есть». Оно там укоренено. А ситуации решаются по ходу поступления, как фон на базе этого чувства. У нас наоборот. Нас ситуация захватывает, становится фигурой, а то, что мы есть, это фон на заднем плане. С чем идёт ваша работа? Ваша задача постепенно сместить своё восприятие в чувство «я существую» как фигуру, сохраняя внешний мир и взаимодействия с ним, но уже как фоновое явление. Потому что это вторично по отношению к вашему бытию. Если это удаётся, то жизнь начинает по-другому восприниматься.

И.: В это понимание, надо вживаться.

С.: Безусловно.

И.: Вы говорили, что это может произойти моментально. Оно может и может моментально произойти, но также моментально мы можем это состояние и потерять.

С.: В любой момент времени. Это вертикально. Это или есть или нет.

И.: То есть это всё время постоянно помнить, как держаться за эту серебряную нить.

С.: Сначала да.

И.: Схватились и всё, как за крючок и не отпускать никогда.

С.: Сначала да. Вот мы держимся, держимся, но потом, это становится привычкой. То есть, как для нас сейчас привычка быть внимательными к объектам и не внимательными к бытию. Это на самом деле просто привычка, это не естественное состояние человека. Как в ушу, когда мы движемся, для нас неправильные движения естественны, а правильные не естественны. Но после нескольких тренировок для нас правильные движения становятся естественными, а не правильные мы уже понимаем как не правильные. Вот здесь то же самое. Наше восприятие несёт патологию. Как мы это понимаем? Потому что мы страдаем в жизни. Само чувство того, что я страдаю, говорит мне о том, что что-то не в порядке с моим восприятием. Сам факт страдания об этом говорит. Если я этот факт не игнорирую, если я честен, я понимаю, что я страдаю в той или иной форме. Иногда в очень тонкой форме страдаю, но всё равно страдаю. То есть имею конфликт. Я понимаю, что что-то не так с моим восприятием. Потому что вряд ли что-то не так со вселенной, которую создал Творец. Скорее всего, что что-то не так с моим восприятием этой вселенной. И далее я начинаю эту матрицу восприятия пытаться крутить. То есть искать то положение, в котором чувства страдания не будет. Когда я его нахожу, по самому факту отсутствия страдания я понимаю, что я нашёл нужное положение. Это как мы садимся в кресло, и у нас затекает нога. Мы понимаем, что что-то не в порядке с положением нашего тела. И мы вертимся до тех пор в кресле, пока мы не садимся удобно. Когда мы садимся удобно, нам никто не говорит, что мы сели удобно. Мы это понимаем по факту отсутствия конфликта в теле. Вот и вам надо двигать своё восприятие, пока вы не придёте к факту отсутствия страдания в жизни. Пока какое-то чувство напряжения существует, значит, вам нельзя останавливаться. Значит, вы ещё что-то не доработали. То есть надо продолжать, продолжать, продолжать.... Но рано или поздно вы находите нужное положение. Но поскольку оно новое, вам всё время надо помнить себя. Потом самовоспоминание становится привычным и это происходит автоматически. То есть нужное положение восприятия становится автоматическим. С этого момента начинается спонтанная медитация. То есть, вы в состоянии медитации оказываетесь самопроизвольно. Но пока, до какого-то момента, вам надо прилагать некоторые усилия, чтобы находиться в этом восприятии, удерживать его. Вот такой процесс работы над собой.

Вот видите, вопросы помогают. Кстати, последний момент. Какова связь персонального ума и вселенского с Сознанием? Первое, что мы определили, что нет персонального ума. Поэтому вопрос: какова связь вселенского ума с Сознанием? Это одно и то же. То есть ум и Сознание в нашей терминологии - это одно. Когда ум в покое, (саттвический ум), он проявлен как чистое Сознание, как Творец. Когда ум начинает двигаться, создавать формы, динамику, то он называется раджасом и тамасом. Динамика в виде движения - это раджас, материя - это тамас. А само Сознание это саттва, саттвическая форма ума. Человек из себя представляет комбинацию саттвического ума, то есть осознания «я есть», раджастического ума, который двигается, и тамаса, который формирует наше физическое тело. То есть мы комбинация тамаса,

раджаса и саттвы. Саттва даёт нам чувство бытия, раджас - динамику, возможность двигаться нашим мыслям, нашему телу, а тамас формирует саму материю, из которой состоит тело. Надо выйти за пределы всех трёх. А за пределами всех трёх лежит то, что не определяемо словами. И мы являемся как раз Тем. То есть мы не являемся ни чувством бытия, ни движением объектов, ни самими объектами. Представляете, какая мистерия? И являясь вот этим таинством жизни, мы себя ощущаем тем, кем мы себя ощущаем. Вообще странная шутка.

И.: Сумиран, а я вот не поняла, в этой картине отделения ума и сознания. Вот когда....

С.: Нет деления ума. Это два слова синонимы.

И.: Когда персональное сознание узнаёт себя как вселенское сознание, как это происходит? То есть персональный ум узнаёт себя как вселенский ум? Или как?

С.: Персональное сознание это вообще эффект отражения. То есть, когда неподвижный саттвический ум отражается от подвижного ума, возникает эффект отражения, который и есть персональное сознание. Оно не существует. Отражение существует или не существует? Оно вроде бы есть и его нет. Оно не имеет независимого существования вообще.

И.: Значит, получается, как мы ощущаем наш персональный ум, также устроен вселенский ум. Получается как по подобию?

С.: В этом плане да, по подобию. Чем отличается вселенский ум от персонального? Просто границами. Чем отличается персональное сознание от божественного? Просто тем, что ограничивает себя, как чувство «я есть». А Бог себя не ограничивает. Ты говоришь: «я существую в данном объеме. А Бог не ограничивает себя. Он говорит: я есть, но я есть всё.

И.: Сумиран, тогда состояние саттвического ума возможно при ощущении себя как личности, как ума.

С.: Нет, если ты себя знаешь как саттвический ум, то ты знаешь свою личность как часть себя в проявлении. То есть, твоя персональность остаётся, но ты знаешь себя не как эту часть, а как целое, которое знает тебя как часть себя. То есть, твоё тело становится одним из объектов в поле осознания. Вот и всё.

И.: Вот мы сейчас разговариваем, это раджастический ум получается, да?

С.: Динамика - это раджастический ум.

И.: А саттвический ум - это состояние «я существую» в состоянии наблюдателя, да?

С.: Это состояние присутствия, которое здесь разлито. Но каждый из нас, его обособливает и считает, что он присутствует. Где кончается ваше присутствие, можете почувствовать? Вот тело понятно, где кончается. А где ваше присутствие кончается? Как вы понимаете, что ваше присутствие ограничено в пространстве? Покажите мне точку, где кончается «я есть» ваше, персональное. Я хочу её видеть.

И.: Там, где нет нашего внимания. Там мы и кончается, так получается?

С.: Получается так, но твоё внимание находится везде, что ты воспринимаешь. Соответственно, всё что воспринимаешь, является ещё пределами тебя, как сознания.

И.: Ну да. Это не ограничивается вот этой комнатой. Где-то ещё бродят мои мысли.

С.: Нет, не мысли.

И.: Ну, внимание.

С.: Чтобы воспринимать все эти объекты, ты там должна быть. Следовательно, твоё чувство «я есть» не ограничено телом, а оно ограничено тем, что ты воспринимаешь. Более того, оно возможно не ограничено даже этим, потому что, когда ты закроешь глаза чувство «я есть» не исчезает, оно может даже усиливаться. Когда вы сидите в практике, вы замечали, что меньше мыслей, ощущений, а чувство «я есть» всё больше и больше? Такое странное явление. Казалось бы, чувство жизни должно быть откликом на стимуляцию органов чувств. А здесь наоборот, вся активность затухает, а чувство бытия, то, что мы называем медитацией, усиливается. На этом опыте можно увидеть, что чувство бытия не связано со стимуляцией органов чувств. Что чувство «я есть» не зависит от того, есть у нас тело или нет. Вы можете в медитации полностью потерять чувство тела. И тогда ваше переживание «я существую» будет ещё более интенсивным, идет обратная зависимость.

Беседы в Крыму.

О природе человека

Судак 1 июля 2004 года

Искатель: Познать природу человека - это познать себя, как сознание, или увидеть первопричину? Какие основные качества присущи природе человека?

Сумиран: Давайте попробуем воспринимать то, что сейчас происходит без знания, уберем все знания: о себе, о мире, и оставим просто данный момент, просто восприятие данного момента. Попробуйте послушать не как человек, имеющий знание кто он и что есть мир, а просто попробуйте послушать как некоторая самоосознающая природа, которая слушает. Так вот для этой самоосознающей природы на данный момент времени, если убрать все знания, есть два факта. Первый - факт самоосознавания. То есть вы сейчас самоосознаете себя. Причем у вас нет знаний кто вы - вы просто самоосознаете: вы знаете, что вы есть - это факт, это не знание. И второй факт, который не является знаниями - это то, что вы сейчас регистрируете что-то: вы регистрируете звук моего голоса, вы регистрируете звуки на улице, вы регистрируете ощущения. То есть происходит регистрация или восприятие каких-то событий, да? Эти два факта очевидны. Причем очевидность этих фактов самоутверждающа: факт присутствия самоутверждающ, и факт того, что есть регистрация чего-либо, тоже самоутверждающ. Эти два факта не требуют никаких знаний, эти факты не требуют работы мышления.

Далее, по всей видимости, это вообще единственные два факта, которые мы можем утверждать с уверенностью. Все остальное является или нашими представлениями, или нашими гипотезами, или нашими идеями. Включая знание себя как тела, или знание о мире - это просто наши знания, представления, но не факты.

Поэтому, если остаться с фактами, то факта только два у любого человека. Даже не у человека два факта, поймите, не у вас, как у человека два факта. Не думайте сейчас от лица человека. Попробуйте сейчас переживать от лица просто неизвестно чего - вы не знаете кто вы, но кто бы вы ни были, вы знаете присутствие и знаете восприятие, регистрацию объектов.

Далее, выделение себя, как объекта из того, что вы регистрируете, это уже не совсем очевидно.

Итак, мы переживаем два факта - самоосознание и регистрация. Самоосознание - это переживание «я существую», оно не имеет формы, а то, что мы регистрируем, имеет и качества и форму.

Это Творец и Творение: Творец - это переживание «Я есть», и Творение. Творение - это то, что регистрируется в поле Творца, в поле Сознания. Все, больше ничего нет.

Далее, в христианстве и на востоке Троица: Бог Отец, Бог Сын, Святой Дух. Мистики говорят, причем они обращаются, опять таки, не к человеку, они обращаются к некоторому самоосознающему принципу... Они говорят: «послушайте, вы не являетесь ни объектами, которые воспринимаются, ни сознанием, в котором находятся объекты». Это двойное отрицание. То есть они говорят: вы - ни то, ни то. Вы ни объекты восприятия, и вы даже не само восприятие. Вы То, что является Природой, Источником самих объектов, и самого восприятия. То есть они говорят, что вы за пределами и Сознания, в поле которого находятся объекты, и объектов.

И вот христианская Троица: Отец, Сын, Святой Дух. Иисус говорил от лица Сознания. Он говорил: «Я Сын Божий» от лица Сознания, он говорил «Царствие Божие внутри вас». Смотрите, что это значит: Сын Божий - это Сознание, это «я есмь», Святой Дух - это творение. Дух - это шакти, энергия, движение, это все, что воспринимается в поле самоосознания, в поле Творца, в поле «я есть», это Святой Дух. Отец, то что Иисус назвал Отцом, - это Источник, это то, из чего возникло Сознание, которое потом создало творение. Или, более точно, из Источника одновременно возникло сознание и творение. То есть Отец порождает Сына и Святого Духа, это источник Сына и Святого Духа. Троица христианская так раскрывается. И когда Сын говорит: «Царствие Божье внутри вас», он имеет в виду вас, как Сыновей Божьих, как Сознание, то есть внутри сознания находится Царствие Божье. Не вы находитесь, как тело, внутри Царствия Божьего, а Царствие Божье находится внутри вас в том смысле, что вы являетесь Сознанием, которое содержит в себе весь объем воспринимаемых объектов, и в этом смысле Царствие Божье находится внутри вас. Но он говорит о том, что «Я Сын Божий», то есть Сознание - это еще не Бог Отец, это еще не Источник, это то, что проявлено из Источника. В эзотерическом христианстве Бог Отец и Первопричина - это одно. Отец - это То, что предшествует и Сознанию и творению, и Творцу и творению.

В этом контексте реализация - это устойчивое, постоянное знание, убежденность в том, что вы не являетесь ни полем сознания, в котором все происходит, ни объектами, которые двигаются в поле сознания. Когда у вас присутствует постоянное, твердое знание себя, как того, что за пределами и самого поля сознания и объектов, и эта убежденность становится самоутверждающей - это не мысль, а самоутверждающая убежденность всех систем в этом, которая длится от момента к моменту, это и есть то, что называют Реализация. То есть вы знаете себя, как То, что не определяется, через сознание и материю.

В связи с этим, когда встает вопрос, какие основные качества присущи природе человека - у этой Первопричины нет качеств. Все качества присущи материи и сознанию. Какие качества? Сознание - это что? Это Сат-Чит-Ананда - Бытие-Знание-Блаженство. То есть оно существует,

оно знает, что оно существует, и оно блаженно. Это качества сознания. Когда вы себя находите в сознании, то вы проявляетесь как эти качества, вы знаете себя, как Бытие-Знание-Блаженство. Но это не форма, да? Это три качества, они не являются формой, они являются просто переживаниями. То есть сознание имеет качества, но не имеет формы. Дальше, материя, объекты - они имеют и качества и форму. Скажем, вода в сосуде имеет какую-то форму и имеет какие-то качества воды, огонь имеет какие-то качества и форму пламени. То есть все объекты во вселенной имеют качества и форму, само сознание имеет качества, но не имеет формы, а Первопричина, то, чем являемся мы, это то, что не имеет ни качества, ни формы. Поэтому это то, что не регистрируется ни как качества, ни как форма. Но при этом каким-то образом возможно, говорят мистики, прийти к Знанию этой первопричины. Потому что с одной стороны она не самоутверждает себя через какое-то качество и форму, с другой стороны - те, кто ее открыл, говорят, что она самоочевидна настолько, что все остальное по сравнению с ней кажется просто тем, что называют сон, иллюзия.

И вот, что мы можем делать? Мы можем создать некоторый энергетический посыл внутри нас. Мы, допустим, услышали эту информацию, и мы доверяем людям, которые ее говорят - мы видим качества этих людей, и мы чувствуем, что эти люди не могут нас обманывать, они не заблуждаются, мы это чувствуем по их состоянию. Дальше, эти люди говорят: поверь нам, что ты не являешься формой, и ты не являешься полем сознания. Ты нечто другое - То, что за пределами и того, и другого. И вот наша убежденность, поскольку мы им верим, создает в нас некоторый вектор поиска. Потому что я понимаю, что я есть, и в то же время я отрицаю себя, как все, что я воспринимаю. И это создает некоторую потенциальность, которая, в конце концов, приводит к раскрытию этой Первопричины. Я есть, но кто я? Я не форма, но если есть поле сознания, то откуда я возник как сознание, то есть откуда я возник, как самоосознание? Я этим вопросом начинаю жить, и это вопрос мне начинает раскрывать мою природу.

Когда сознание понимает, что оно не является объектом в поле восприятия, оно, в свою очередь, задает вопрос: хорошо, я поле сознания, но откуда я возникло? Откуда появилось это самоосознание, где Источник самоосознания? Есть ли Источник, который предшествует самоосознанию?

И дальше Бог раскрывает себя самому сознанию. То есть мы идем от личности к свидетелю, от свидетеля к творцу, от творца к Богу, к Причине. То есть от Духа к Сыну, от Сына к Отцу.

Это коротко, но это должно запасть в душу. Когда человеку говорят это, это или западает в него и начинает там какую-то работу совершать, или не западает, или он это игнорирует.

Эта информация всем говорится, может быть сказана, но кто-то начинает через нее жить, и как-то двигаться, а кто-то просто ее отбрасывает.

Когда Нисаргадату спрашивали: как вы реализовались? Что вы делали? Он говорил: «Ничего. Просто мне сказал мой Мастер, что ты не являешься ни телом, ни сознанием, что ты То, что за пределами, и я просто ему поверил. Я его так любил, что я не мог подумать, что этот человек может меня обманывать. Это запало в душу, я понимал, что он говорит правду, что невозможно чтобы он меня обманул. И все свое свободное время я пытался думать, вспоминать об этом. А потом, мне даже не надо было специально вспоминать, у меня начался автоматический процесс - процесс попытки выяснить что же он имел в виду, когда говорил, что я не являюсь ни телом, ни сознанием, и что я есть То, то что неопределяемо. И я знал, что он меня не мог обмануть, потому что ему не было смысла меня обманывать, ему от меня ничего не было нужно. И вот это доверие и убежденность в том, что он сказал правду, привела меня через три года к Реализации. И я убедился в том, что он был прав. То есть, через три года я понял, что

он говорил правду. И никаких особых специальных техник я не делал, я ничего такого особого не делал, потому что я не знал как мне двигаться, куда. Я просто знал, что это правда и хотел выяснить сам лично. И как-то это развернулось во мне».

Мне кажется, это похоже для каждого человека. Сначала мы это слышим, и дальше... Кто такой ученик? Это человек, который любит Мастера, любит и доверяет. И тогда, когда Мастер говорит, его слова воспринимаются в определенном качестве, так что мы начинаем руководствоваться этим, верить. И на сколько полно мы доверяем Мастеру, на столько мы будем полно вкладываться в это. Ведь если для нас это абстракция: почему мы должны свою жизнь на это тратить, да? Но если это сказал Мастер, то это не абстракция, потому что это сказал человек, которому я полностью доверяю и люблю, то есть я не могу допустить, что он меня может обмануть. Если это для меня абстракция, то значит не с Мастером что-то не так, а с моим восприятием. И я пытаюсь выяснить, что же со мной не так, я все время пытаюсь выяснить, потому что слова Мастера я не ставлю под сомнение, я ставлю под сомнение свое восприятие. Потому что я вижу, что этот человек более проницателен, чем я. И я это осознаю, я отдаю себе в этом отчет. Когда что-то не получается, я что-то не понимаю, я не говорю, что это, может быть, он что-то не то говорит, я всегда знаю, что это что-то с моей психикой, с моим восприятием, с моими идеями неправильно. И я с ними все время работаю.

Существуют две возможности доверия Мастеру. Или через сердце, потому что вы его любите, и чувствуете, что он вас любит, и вы через сердце можете довериться, или через понимание, через аджню, то есть вы видите, что человек что-то чувствует, чего вы не чувствуете. Если ваша аджня (третий глаз) достаточно развита, вы смотрите на человека и понимаете, что он живет в другом измерении, гораздо более высоком и экстатичном, чем ваше. Вы это видите, вас не надо убеждать в этом. Если у вас аджня не развита, то есть вы не видите качество человека, то возможен путь через сердце, вы чувствуете через сердце его любовь к вам, и свою любовь к нему. Вот два способа довериться, или через сердце, или через собственную проницательность, в зависимости от вас, что вам свойственно больше, какой канал. Но если у вас нет ни любви, ни проницательности, то фактически довериться чужому человеку, который просто пришел и что-то вам говорит, невозможно. То есть ум никогда не доверится. Ум - это такая система, которой свойственно сомневаться. Это важно понять. Через ум вы никогда никому не сможете полностью доверять. Поэтому если вы знаете только ум в себе, или эмоции, вы никогда не будете доверять, потому что часть эмоций - это напряжения, а свойство ума - это анализ и недоверие. Пока вы не начнете жить или через сердце или через аджню, у вас не будет канала замыкания, через который вы сможет довериться. Поэтому важно раскрыть в себе хотя бы один из этих каналов. И тогда начинается алхимия между Мастером и учеником.

Сайт Сумирана: <http://sumiran.narod.ru>

www.e-puzzle.ru