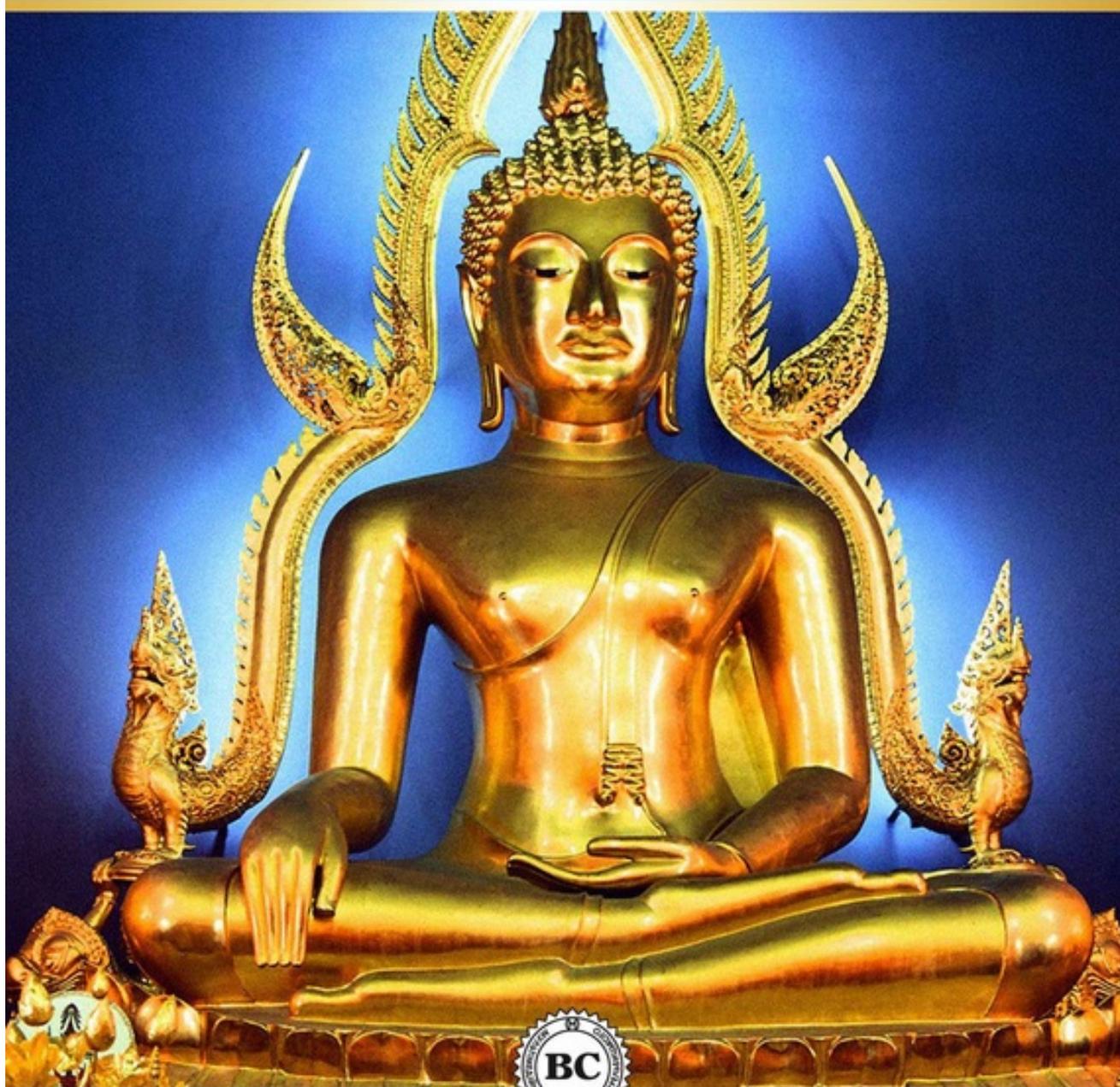


*Роман Доля*

# Три высших закона кармы



## Annotation

Книга Романа Доля «Три высших закона кармы» – путеводитель в океане бесконечных возможностей бесконечного существования. Это путь, приводящий к жизни в согласии с самим собой и окружающим миром. Это правила игры, установленные Высшим Разумом для всех существ необъятного космоса. Озвучены они несколько непривычными для нашей ментальности образами и преломлены под авторским углом видения. При осмыслении законов кармы требуются соответствующие комментарии и формирование своего понятийного аппарата об устройстве мира. Прикосновение к подобному осознанию жизни часто вызывает психологический шок, затем отторжение и лишь спустя время – восторг.

---

### Annotation

Книга Романа Доля «Три высших закона кармы» – путеводитель в океане бесконечных возможностей бесконечного существования. Это путь, приводящий к жизни в согласии с самим собой и окружающим миром. Это правила игры, установленные Высшим Разумом для всех существ необъятного космоса. Озвучены они несколько непривычными для нашей ментальности образами и преломлены под авторским углом видения. При осмыслении законов кармы требуются соответствующие комментарии и формирование своего понятийного аппарата об устройстве мира. Прикосновение к подобному осознанию жизни часто вызывает психологический шок, затем отторжение и лишь спустя время – восторг.

Роман Доля

Об издании

**Роман Доля**

**Три высших закона кармы**

Физика преобразования

**Об издании**



Електронна книга издає «Мультимедійним Видавництвом Стрельбицького»  
(<sup>TM</sup> Авалон-Альфа), г. Київ

С нашими виданнями електронних і аудіокниг Ви можете познакомитися на сайті  
[www.audio-book.com.ua](http://www.audio-book.com.ua)

Желаємо приємного читання!

Пишіть нам:

[audio-book@ukr.net](mailto:audio-book@ukr.net),

[dmytro.strelb@gmail.com](mailto:dmytro.strelb@gmail.com)

Ця книга захищена авторським правом.

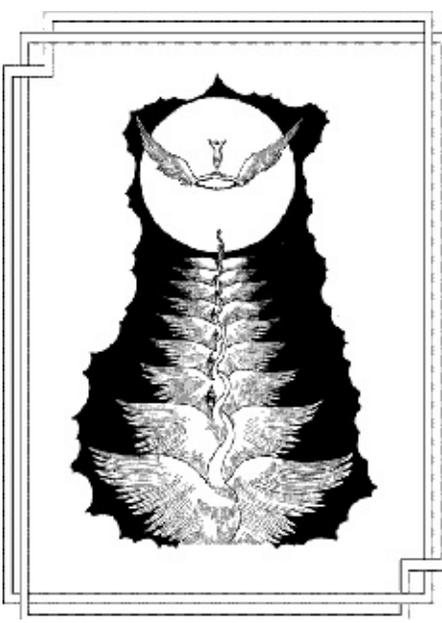
Всі права на це виробництво належать «Мультимедійному видавництву  
Стрельбицького». © 2013

Ні яка частина цієї публікації не може бути вироблена або поширена в  
будь-якій формі або будь-якими способами без попереднього письмового згоди  
Видавець.

Будь-які спроби порушення закону будуть переслідуватися в судовому порядку.



## Предисловие



...

О мудрец, боги, демоны и человеческие существа неотличны от космического океана сознания, известного как Брахман. Это верно, все остальные размышления неверны. Они (боги и все другие существа) имеют неверное суждение: «Я не являюсь Абсолютом», – и, таким образом, накладывают на себя ограничения и чувство неполноценности. Хотя они существуют бесконечно в этом космическом океане Сознания, они видят себя отделенными от него, но в этом они заблуждаются. Хотя они вечно чисты, они видят себя нечистыми, это семя всех действий и их последствий, таких как счастье, несчастье, невежество и Освобождение.

Среди всех существ некоторые чисты, как Шива и Вишну, другие немного заблуждаются, как люди и боги. Некоторые находятся в глубоком заблуждении, как деревья и кусты, или ослеплены невежеством, как черви. Кто-то далеко-далеко ушел от мудрости, а кто-то достиг состояния Просветления и Освобождения, как Брахма, Вишну и Шива.

Ты освобождаешься в одно мгновение от вращения в колесе невежества и заблуждений, как только обнаруживаешь истину великой мудрости.

Из них ни те, кто, подобно деревьям, хорошо укоренился в непонимании, ни те, кто совершенно разрушил свое непонимание, не нуждаются в изучении Писаний. Писания были написаны Просветленными существами для помощи тем, кто пробуждается от беспокойного сна невежества после того, как их невежественная природа и ее выражение прекратились, чей интеллект склонен искать наставлений в Писаниях.

«Йога Васиштха»

Главное – вновь научиться мечтать! Мне сложно заставлять себя мечтать. Рациональный ум обязательно объяснит, зачем мне этого не следует делать. Там – у выхода из пещеры, меня поджидает саблезубый тигр. Только я вкушу запах свободы, как он плотно мною пообедает. И именно здесь у него есть мощнейшие помощники – страх и голод. Страх, что у меня ничего не получится и не хватит сил выдрать ему клыки. Голод – тяга к своей истинной природе. И тогда всему вопреки я заставляю себя придумывать безумные мечты. На безумные мечты у меня еще нет цензуры – сверхсознательных запретов на развитие, пришедших от мамы, папы, дедушек, бабушек, пра-пра-прабабушек, пра-пра-прадедушек и гипноза окружающих людей. Они, еще не приобрели «ценный» опыт в этом вопросе, а потому и не соображают, как мне помешать. Все дело в безумстве идеи и скорости ее воплощения. Здесь и саблезубый тигр становится союзником! Мои «доброжелатели» не успевают создать заслон, как я начинаю действовать. Главное – решить, что мне это точно надо! Дальше все

*отстраивается само собой. Все, что я считал для себя безумными мечтами еще десять лет назад – я уже воплотил в жизнь.*

Странствия души в сансаре [1] по бесчисленным мирам и ее перетекание из одной формы в другую обусловлены тягой к совершенству и самопознанию. Так мы выходим на массу вопросов касательно самих себя: «Кто мы? Откуда пришли? Куда идем? В чем смысл жизни?» Пробуя искать на них ответы, человек пробуждается ото сна неведения и раскрывает в себе **осознающее** сознание [2]. Далее ему уже не следует забывать, кто он, откуда пришел и куда идет.

Пробуждение – это стремление познать правила игры, по которым собирается картина мира. Оно обусловлено желанием стать создателем своей игры, что заложено в каждого индивидуума свыше. Однако чтобы стать творцом своей собственной вселенной, важно отыграть свою роль в своем спектакле талантливо, безупречно и с удовольствием. Лишь тогда откроются те заветные двери к высшей реальности, о наличии которой я смутно подозревал, но даже и не мечтал о встрече с ней.

При работе над книгой, я поставил для себя задачу как можно доступнее осветить базовые законы кармы, а также найти практические рекомендации, как сделать свою жизнь ясной и гармоничной.

Рассматривать книгу следует как систему поиска знаний, освобождающих от разрушительных – навязанных социумом и нашим эго – сомнительных ролей и преград. Как систему пересмотра жизни, возвращающую нас к естественной простоте и мудрости бытия. Систему, включающую механизмы сознательного творения своей жизни, тонкого понимания любви, красоты и гармонии. Я рекомендую сочетать изложенную информацию и практики с предшествующими книгами, в частности «Русский дзэн», «Геометрия Бога», «Сборник молитв и покаяний для нового времени», «Учебник целителя».

Закон причин и следствий на Востоке называют **Законом кармы**. Под кармой понимается прессинг бессознательных напряжений, наслоений заблуждений, страхов, ограничений и неведения. Все это порождено запутанностью ума, потерей ориентиров и привязанностью ума к своим ограничениям. Под кармой понимается и удивительное хитросплетение причинно-следственных связей, вызывающих к жизни нечто совершенно непрогнозируемое. Ум держится за свою иллюзию, за свою картину мира, что и порождает все виды страданий. Так человек отпадает от вселенского потока благоденствия, где страдание – это плата за неведение.

Если эта книга в ваших руках, то у вас уже есть инструменты к ее пониманию. Следовательно, вы уже накопили духовные заслуги – потенциал к самоанализу и поиску своего направления движения. Рассматривайте ее не как литературное произведение, а как пособие к исследованию и восприятию своей тонкой природы. Пособие не дает понимания истины, оно лишь помогает отстроить свое направление поисков.

Ни одна строчка в этом труде мне не принадлежит, как ничто и никогда не принадлежало. Даже если я говорю от своего имени и с позиции своего опыта. Все наши знания заимствованы. Тем не менее и я вложил немало сил и времени на создание этой книги. Моя подпись лишь адрес, по которому можно предъявить свои права на знание своей правды. Даже потребность сесть за компьютер и трудиться над рукописью, а по сути – над своим усовершенствованием, есть садхана [3], или поклонение Высшей Природе.

## **Глава 1. Спасение**



...

*Тот , кто видит, что Сознание есть всё, наслаждается бесконечным блаженством. Достигается это понимание изучением Писаний и в обществе мудрых. Это первый шаг. Размышления и вопрошание – второй. Непривязанность, или психологическая свобода , – третий. Четвертый – это обрывание оков тенденций и обусловленностей.*

*Счастье от осознания – шаг пятый, здесь человек живет будто бы в полусне. Самоосознание – это шестой шаг, в котором мудрец погружен в океан блаженства и живет словно бы в состоянии глубокого сна.*

*Седьмой шаг – трансцендентальный, это само Освобождение, в нем есть прекрасное единство и чистота, помимо этого оно вообще неопишимо.*

*Первые три состояния – это состояния бодрствования, сна со сновидениями, сна без сновидений. Четвертое – состояние турья.*

*Пятое – состояние глубокого самадхи, потому, что оно состояние блаженства.*

*Шестое – состояние недвойственного осознания.*

*Седьмо е – вообще ни словами сказать ни пером описать.*

*Тот, кто достиг такого состояния, становится чистым Существованием вне субъективно-объективных разделений.*

*Для него безразлично: жить или умереть.*

*Он един со всем, свободен от индивидуальности.*

*«Йога Васиштха»*

**Для чего?**

*Удивительно все происходит, каждый слышит только то, что может слышать. Причем слышит лишь то, чего на самом деле не желает слышать. Человек хочет, чтобы ему говорили о любви, а сторожа подсознания ищут обратного подтверждения. Страх, что я недостойн или меня не любят, самым неожиданным образом выпрыгивает на поверхность и вместо притяжения в жизнь любви в ней прорастает гнев, обида и борьба за свои права. Даже там, где это не надо делать, даже там, где нас по-настоящему любят, и даже там, где нас и не думали любить. Маленький намек или повод – и вот лавина накопленной по Роду агрессии все сметает на пути. Ум обязательно докажет своему хозяину его правоту. Он сделает все, чтобы я ни в коем случае не изменился; сделает все, чтобы хозяин остался в сетях своего ложного эго.*

Если жажда или тоска по истинной реальности захватила вас всего целиком, то двигаясь по одному из ее «притоков», вы рано или поздно доберетесь и до самого Источника. Источника радости, вдохновения, творчества, любви и неиссякаемого блаженства. Это путь к своему духовному пробуждению. На нем путнику, ищущему высшую справедливость, обязательно встретятся организованные формы религии. Это те формы, которые подтверждают существование Источника и то, что перед искателем уже прошли толпы страждущих. Они обязательно предложат карты или приблизительные маршруты к осветлению своей затемненной – эгоистической природы.

Продираясь сквозь пустыни и джунгли всевозможных троп, дорог, хитросплетений религиозных догм, противоречивых повествований, толп священников и бизнесменов от духовности, сложно не заблудиться. Подняться над безбрежным океаном духовных устремлений, метаний, поисков и пролить свет на все это многообразие можно лишь одним методом – выйти за пределы того, что волнует и отравляет жизнь. Это возможно сделать через многократное усиление своего стремления и фокусировку сознания на Высшей Реальности.

Следует сжечь все, что мешает нам постичь истину, все без остатка. Только тогда придет умиротворение души и утонченное упоение бытием. Это вне одной религии или Писания. Бесплезно ограничивать неограниченное одним Писанием или одним взглядом на Истину. Только тогда мы окажемся на празднике жизни, неподвластные внешним и внутренним воздействиям низшей природы. Только тогда мы будем друзьями Будды, Кабира или Иисуса, а не их последователями.

Однако понимая, что мир справедлив и ничего само по себе не происходит, всегда возникают вопросы: «Почему праведников гонят, а откровенных негодяев терпят?», «Почему талантливые люди прозябают в серости, а бездарные ими помыкают?», «Почему одни счастливы, а другие не могут выбраться из постоянных депрессий, претензий и борьбы за свои права?». Все эти вопросы следует заменить на один: «Для чего? Для чего все это происходит, и прежде всего со мной?» Человеку, ищущему Истину или себя настоящего, потребуются разобраться с причинами, вызывающими тот или иной ход событий. Если они повторяются, то нечто или некто явно обучает своего подопечного. Вселенная бесконечно добра и справедлива!

После постановки себе этого вопроса жизнь круто меняется. Из потерпевшего человек неожиданно превращается в исследователя и творца своей жизни. Чуть-чуть изменили акценты, и все изменилось.

Тем не менее ответы на уже поставленные вопросы лежат в области нашего бессознательного или того, как мы закодированы и собраны. Эту сложнейшую конструкцию нашего сознания можно назвать машиной ума, привычками сознания, эго, или матрицей, механически собирающей лишь свою картину мира. Другой человек собран уже по-другому и будет обладать своим – индивидуальным – пониманием себя и мира. Естественно, что у меня ничего нет, кроме своего мировоззрения и мироощущения. Это то, что, с моей точки зрения, неизбежно и правильно. И если я хочу утвердиться в правильности своей картины мира, то как мне удастся вместить в себя мир другого человека? Это возможно только через выход за пределы своих представлений или того гипноза, в котором я живу. Но это равносильно смерти! Это выход на *Пурушу* истинное сознание.

Машина нашего индивидуального сознания мчится по неизвестной нам траектории и часто к сомнительной цели. Машина имеет свой тормозной путь и не может развернуться на сто восемьдесят градусов сразу, даже если мы этого захотим. Она обладает силой инерции к любым изменениям.

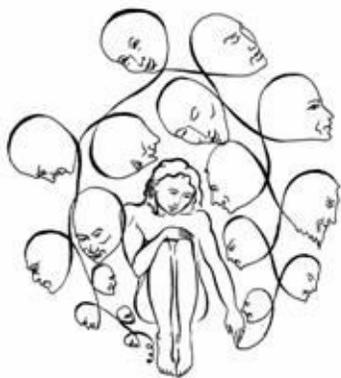
Для того чтобы реально перестроить машину своего сознания, требуется системная работа, понимание, в какую сторону следует крутить руль, как нажимать на газ и как выжать из нее

сверхусилие. Потребуется выпрыгнуть за пределы ограничений своего ума, а это достигается силой. «Царствие небесное силой берется». И здесь мы сталкиваемся с тем, что в наш мир врывается генетическая память предков и память прошлых жизней. В наш мир врывается подсознательный опыт, а иногда и прапамять.

Накопленный в бесчисленных странствиях, опыт души является бессознательным фундаментом нашей психики, формирующим вкусы, пристрастия, вождения, способности, приоритеты, предназначение, болезни, повторы кармических ситуаций и всего того спектакля, который мы понимаем под словом «жизнь». Именно опыт души определяет направление развития нашей личности. И хотя мы все физически находимся в одном материальном мире, наша индивидуальная предрасположенность создает для каждого из нас совершенно неповторимую индивидуальную картину бытия.



В монастырь или духовную школу осознанно послушник приходит лишь для того, чтобы отстроить совершенно не свойственные его сознанию конструкции. Однако большая часть людей приходит в них из бессознательных – сугубо эгоистических – желаний. Кто-то – чтобы отсидеться в стороне от шторма кармы, кто-то – чтобы утвердиться в своей картине мира, 19 кто-то – в надежде, что, совершая внешнюю обрядовую форму поклонения, он обретет спасение, а кто-то – от полной безнадежности. Войдя в новый коллектив, ученик вместо послушания будет делать все, чтобы отстоять свою модель мира. Его послушание будет носить формальный характер, тогда как его энергоинформационное поле будет разрушать гармонию.



Человек осознанный окружает себя людьми раскрытыми и совершенными, сосредоточенными на добродетелях и Истине. Постепенно в более высоком поле сознания дурные наклонности и привычки уступают место новым устремлениям. Эти изменения однозначно гарантированы. Можно сказать, что старые привычки вытесняются – новыми.

Процесс этот чрезвычайно болезненный. На первом этапе он будет напоминать перетягивание каната. С одной стороны сосредоточатся все ограничения и ущербность дедушек, бабушек, мам, пап и среды воспитания, с другой – желание и стремление вырваться из страхов, нищеты, повторов негативных ситуаций и страданий. Без понимания того, что демоны привычек

просто так не отпустят свою жертву, вся духовная работа обречена на полный провал.

Развалить любую духовную школу не представляет особого труда, если пастве удастся набрать негатива больше, чем ее способно нейтрализовать поле гуру. Школу развалить труднее, если она опирается на отстроенного гуру, традицию и костяк людей, переболевших «гениальностью» роста.

Сколько существ – столько и миров, причем все мы находимся в сложной причинно-следственной зависимости друг от друга. Под воздействием обстоятельств личной кармы мы проявляемся в совершенно разных условиях и временах: войны и мира, благоденствия и нищеты, прозябания и славы. Эта многослойная и многоуровневая взаимосвязь всех событий и явлений порождена нашим осознанным или неосознанным опытом, действиями или бездействиями в прошлом. Она относится не только к опыту души в человеческих воплощениях, но и вмещает знания о могущественных силах стихий и первоэлементов, память о пребывании души на всех этажах эволюции от микроба до человека. Я не говорю уже о том, что наше тело отстроено на фундаменте растительного, минерального и животного миров. Каждое событие должно происходить в строго определенное время как в космическом, так и в микрокосмическом масштабах. Всякое взаимодействие между двумя людьми, а значит, и мирами порождает и свои новые следствия. И чем сильнее человек отождествляет себя с происходящими событиями, тем более точно он отображает судьбу.

### **Спасение через самопознание**



...

*Ты – смертное существо.*

*И ты же вечен.*

*Познай себя в свете мудрости.*

*Кроме тебя нет ничего.*

Углубление в духовную жизнь невозможно для людей, стоящих на уровне развития животного или демона. В первом случае это растительно-травоядная жизнь, а во втором – творение всевозможного зла, о чем подобный человек даже и не догадывается. В своем мире он «борется за свои права». Духовный человек поневоле обособляется от низших вибраций, сосредотачиваясь на высшем состоянии неземной радости и внутреннего покоя. Духовный человек свободен от догматизма, эгоизма, фанатизма, кастовых и расовых различий. Весь мир для него – только Истина.

Любая организованная религия фиксирует сознание прихожан на идее спасения. Под спасением понимается загробный рай, обретение состояния святости (просветления) или нирваны. Религии – это важные остановки на отдых для нашего духа, но они базируются на застывших знаниях. В них большая часть паствы удерживается на букве закона, страхе наказания

и надежде будущих преобразований, а также удовольствий в посмертном существовании. **Чувство вины** за свои греховные желания, в буддизме эксплуатируется **идея страдания**, в иудаизме муссируется **богоизбранность** одного народа, в исламе больше **уделяют внимания букве**, а не постижению внутренней сути. Многие люди с головой уходят в философию и психологическое фехтование, другие – через духовные практики – стремятся к обретению сверхчувственных способностей.

Над всеми этими ограничениями поднимаются лишь те, кто уже действительно прикоснулся к реальности и познал Истину. Для этих людей уже неинтересны игры в «свою песочницу». Они знают, что главной основой всех религий является Истина. Им некогда отвлекаться на несущественное; все, что они делают, – это прославляют Бога (Целостность) через вдохновенный труд на благо Целого, через проявление любви, самосовершенствование, творчество, служение.

Этих людей можно назвать одним словом – пробудившиеся. Их цель – раскрывать душу человека до тех пор, пока красота и любовь мироздания не прорастет в них совершенством для выражения Божественной гармонии. Методы и действия этих людей сложно объяснить с позиции земной логики. Именно поэтому они подвергаются гонениям со стороны ортодоксального большинства. Эти люди возвращают в себе свой рай, в котором они испытывают блаженство уже сейчас. Здесь нет места страхам, нищете, обидам и мести. Они понимают, что пока индивидуум не разовьет в себе способность видеть Истину, она для него не существует. По ошибке он будет принимать добро за зло, а зло за добро. Умение оделить одно от другого выгодно отличает мудреца от обычного человека.

Человек есть не что иное, как «самопостижение», а это значит: познающий достигает такой степени осознанности или совершенства, на которой он может познать самого себя. Знать себя – это суметь овладеть своей внутренней природой как в теории, так и на практике. Это понимание тайны своего бытия: откуда мы пришли, куда идем и зачем.



Чтобы достичь ступени настоящего самопознания, требуется совершенство. Знать, что мы созданы по образу и подобию Бога (Высшей Природы), недостаточно. Тогда каждый из нас был бы уже святым. Важно соответствовать своему знанию и преодолеть все стадии постижения, отделяющие человека (проявление) от Бога (Всего Сущего).

### **Мифы о духовном развитии**

*Обретя внутри своего космоса мудрость, наш разум овладевает ею, и его потенция уже достаточна, чтоб создать во внешнем мире то, что нам необходимо для более полного и гармоничного развития.*

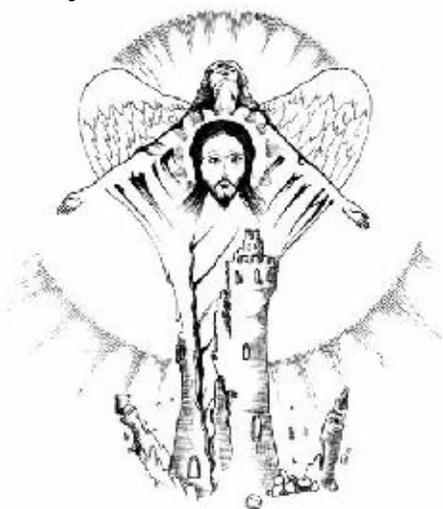
Мотивация к самопознанию возникает по разным причинам. Обычно, когда все ужасно и человек болен физически или душевно, у него рождается страстное стремление к преодолению препятствий, нищеты, неприятностей и боли. Тогда он ищет возможность изменить или исцелить ситуацию, но, зачастую, не самого себя. Это происходит через тренинги, чтение духовной литературы, паломнические поездки, встречи с интересными людьми, занятия по самопознанию, преодолению бессознательных ограничений и страхов.

На этом этапе школы, тренинги, религии, святые выступают лишь как опоры в желании

утвердиться в правильности только своей картины мира. И если они «не оправдали высокого доверия», то должны быть преданы анафеме. Человек будет искать общества тех людей, которые его поймут. Это будет продолжаться до тех пор, пока не произойдет осознание, что менять следует не окружающий мир, а самого себя.

Однако как только интенсивность страдания падает, человек прекращает заниматься. Здесь занятия выступают способом бегства от душевного неблагополучия. Движение же к самопознанию – это стремление наполнить каждый день вдохновением и творчеством. Лишь тогда нет рутины повседневности, а есть живое присутствие.

Существует ряд мифов или стереотипных мнений по поводу занятий духовными практиками. Один из самых распространенных базируется на мнении, что духовными практиками занимаются ущербные люди, а «успешные» ведут комфортную, полную удовольствий жизнь. Этот миф разбивается вдребезги, как только на человека нападает депрессия или случаются сбои со здоровьем. Если человек не проявляет своих талантов, данных от природы, и не видит перспективы дальнейшего развития, его будет съедать глубокая тоска по внутреннему раю и неудовлетворенность своей жизнью. И здесь никакое пиво, друзья и боулинг не помогут.



Дух времени обязательно заставит человека развиваться. Если тот откажется менять привычную картину мира и систему привычек, то дальше еще проще – на переплавку. Воплощение будет признано напрасным. Душа отправится на повторную реинкарнацию, но уже в более жестком режиме воспитания.

Следующий миф – мы достаточно неудачно собраны и нам недостает многих качеств, которые мы можем приобрести лишь в конце жизни после усиленной работы над собой. Многим монахам обещают за преданность и догматизм спасение в загробной жизни или просветление в конце этой. Все это так и не так одновременно. В нас уже есть то многое, что только необходимо обнаружить, раскрыть или развить.

Собственно, нам не требуется копировать других в бесконечной погоне за чужой птицей счастья. Важно проявить то свое и добрать то недостающее, подо что мы заточены на эту жизнь. И это не сетевой маркетинг от духовности, не фитнес, не йога-студия и не организованная религия. Если человек прилагает усилия в раскрытии своих природных качеств в том направлении, под которое он пришел себя реализовывать, то успех придет наверняка.

Миф, что путь самопознания должен быть тяжелым и тернистым, очередная иллюзия. Он не должен быть искусственным – кем-то надуманным или навязанным. Не обязан человек быть распушенным или аскетом в угоду сложившихся представлений о свободе личности или воззрений духовных лидеров. Тогда задача самопостижения – вспомнить себя, понять, что надо именно мне и быть собой! Это не ломка, а естественный рост. Это условия, при которых человек

наилучшим образом реализует себя. Наша жизнь естественна и прекрасна, и в этом процессе мы живем и развиваемся.

Расширение сознания и осознанность подразумевают прежде всего удовлетворенность жизнью, понимание то-го, что я живу так, как этого хочу, и что именно я являюсь хозяином своей судьбы. Возникает понимание причин происходящего, способность планировать будущее, движение по своей линии жизни. Осознанность – это и способность понимать и актуализировать свои эмоции и чувства, умение слышать свое «я», знать предназначение, а также что и как делать в конкретной ситуации и в жизни целом.

### **Причина или следствие**



Мысли вслух Наша жизнь предопределена причинами, по которым разворачиваются все события текущего момента. Эта предопределенность для одних людей фатальна, и тогда они обреченно борются или жалуются на судьбу, тогда как для других – поле активного исследования и преодоления.

Причина, вызвавшая нас к жизни, удивительно милосердна, но всегда остается за рамками человеческого понимания. Все в мире развивается по некому тонкому плану, или Замыслу: от галактик и вселенных до самых мельчайших элементарных частиц. Все стремится к духовному развитию – разнообразию и совершенствованию. Это движение разворачивает спираль Мироздания. Причина порождает следствие, и в свою очередь следствие уже является новой причиной. Так возникает дробление целого на многообразие форм и кажущуюся сложность происходящего. Тем не менее все подчиняется простым и понятным базовым законам, по которым все и происходит. Один раз осознав, прочувствовав и приняв эти знания, человек становится другим, и его жизнь тоже меняется.

Однако не все так просто в понимании этого невообразимого маховика времени и механизма кармы. Простое и истинное не принимается нашим умом и кажется архисложным. Наш ум не в состоянии принимать простые истины, так как не знает, что это такое. Он все усложняет и запутывает по привычке и не видит истинной природы сознания. Все гениальные открытия связаны с особым состоянием сознания – вдохновением или предвосхищением. Это то, что стоит над природой профанного ума.



Каждая причина производит целый ряд следствий, тогда как множественные следствия могут приводить к одной причине. Поэтому так трудно объективно найти причинно-следственную связь того или иного события. Объяснить теорию кармы с позиции физики, биологии, химии и даже психологии практически невозможно. Наиболее близко к объяснению

тонкоматериальной реальности подошла квантовая физика и физика торсионных полей. Однако научные понятия однобоки вследствие своего материализма; одними физическими взаимосвязями или психическими явлениями не объяснишь существование кармы. Полноценная доктрина закона кармы может представлять лишь единую систему причинно-следственных связей, прилагаемую ко всем мыслимым и немислимым формам существования.

В философской мысли Индии по этому поводу существует два мнения: одно мнение утверждает, что причина определяет следствие, тогда как вторая заявляет, что следствие порождает причину. В первом случае работает линейность времени; во втором – нелинейность, или относительность, времени. С моей точки зрения, работают обе системы одновременно. Зачастую я получаю в своих поисках поддержку из будущего; или, работая с будущим, выхожу на задачу настоящего. Тем не менее в книге я буду придерживаться варианта линейности времени, где причина порождает следствие.

## **Закон Кармы**



Веды рассматривают мир как непрерывную эволюцию Сознания, последовавшую в результате Большого Взрыва. Взрыв наступил, когда внутри Единой Реальности, существовавшей в непроявленной форме, возникло чувство обособления. Это обособленное состояние считает себя отделенным от Целого и называется *Пракрити* (Природа). Другая часть Единого несет в себе память о единстве всего сущего и объединяет все сущее. Она – эта часть – называется *Пуруша*.

*Пуруша* – это единое и вездесущее Космическое Сознание, которое устремлено к познанию, осознанию и наблюдению себя. Считается, что *Пуруша* выделяет из себя частички осознющего сознания, которые в процессе эволюции способны воспринимать и познавать своего Родителя.

Каждый атом самого грубого вещества связан с сознанием, и как следствие, – с зачатком самосознания. Сознание эволюционирует и проектирует себя в физические тела, где оно максимально проявлено в людях.

***Тогда смысл человеческого существования заключается в приближении к пониманию этого недифференцированного Сознания.***

**Закон кармы** начинает действовать с того момента, когда *Пракрити* отделяет себя от *Пуруши*. Первое действие порождает все остальные. Вне кармы остается лишь *Пуруша*.

*Пракрити* на первом шаге эволюции превращается в нерасчлененный трансцендентный Разум, или Бога Творца (*Махат*), который распадается на множество индивидуальных сознаний, называемых ахамкара. Ахамкара – это сила, которая проявляется в индивидуальном сознании в виде его «я». Ахамкара переводится с санскрита как «создатель «я»»; она дает всем существам чувство собственного бытия и обладает тремя гунами, или качествами: *саттвой* (равновесием), *раджасом* (деятельностью), *тамасом* [4] (инерцией).

*Саттва* – это субъективное самосознание, которое пребывая внутри существа, стремится

познать мир.

*Саттва*основа ума; от нее происходят десять чувств: пять органов восприятия (слух, осязание, зрение, обоняние и вкус), посредством которых мы вбираем в себя все явления окружающего мира, и пять органов движения, с помощью которых мы даем ответ миру: речь (различные формы общения), руки (конструктивная деятельность), ноги (движение), гениталии (воспроизводство), анус (выделение отходов).



*Раджас*это активное «я», находящееся в постоянном поиске объектов, с которыми можно самоотождествиться. Это обучение и стремление к обучению. Эта деятельность скрывает сознание по мере своего вовлечения в пять объектов чувств: звук, вещество, образ, запах, вкус, через проявление бессознательной индивидуальности. Пять объектов чувств порождают пять великих элементов: *Пространство, Воздух, Огонь, Воду и Землю*. Все они являются строительным материалом всего существующего в проявленной Вселенной, включая физические тела живых существ.

Тогда воплощенная жизнь есть совместное функционирование пяти великих элементов, десяти чувств, мышления (*ахамкары*), интеллекта (*буддхи*) и индивидуальной души, которая является оживляющим началом и отражением космического *Пуруши* в материальном мире.

Кришна в «Шримад Бхагавате» говорит: «Карма – это гуру, карма – это сам Господь». Что преподнесет нам будущее подвластно лишь Богу, да и само будущее многовариантно.

Упанишады выражают эту мысль следующими словами:

«Воистину становишься хорошим хорошими действиями и плохим – плохими» («*Брихадараньяка*», ч. 13). Каждое наше действие или бездействие, в том числе и умственное, рано или поздно даст свои всходы, а затем и плоды. Ничего не останется тайным и пропущенным; все станет явным.

Мудрецы всех времен и народов утверждали и утверждают, что жизнь – это контроль. Контролировать требуется ум, свои бессознательные привычки, вожеления и пристрастия. Правильное восприятие и позиционирование себя распутывает паутину кармических узлов, тогда как неправильное, действующее по привычке, все утяжеляет. Последствия, с которыми мы сталкиваемся и еще не раз столкнемся, это результат наших действий в прошлом. **Разумно отстраиваемое настоящее способно переломить тяжесть запутанности ума (кармических долгов) прошлого.** Результат нашей деятельности уже проявляется в каждое мгновение и является выделившейся, или **созревшей, кармой**. Нечто набрало силу и проявилось в феноменальном мире. Даже мысль – это тонкая материальная реальность, некое семя будущих событий. Даже процесс познания является действием, создающим карму, если ахамкара, сила отождествления, отождествляет себя с ним.

### **Привычка страдать**

*Раскрытие себя – это обретение легкости сознания. Чем легче и утонченнее сознание, тем разнообразнее и интереснее жизнь. Вдохновение приходит как легчайший ветерок. Слышать более высокие сферы значит черпать из Первоисточника все более тонкие элементы восторга и творчества.*

В этом мире все существа живут либо в раю, либо в аду. Все определяют наш ум куда и по каким шаблонам и клише он направляет энергию и какой собирает мир. Мышление позитивное мир позитивен, и если мы нацелены на любовь, то этот мир рай. Без самодисциплины и работы

над собой не освободиться от колеса рождения и смерти. От разных болезней применяют разные лекарства. От неведения и невежества также есть лекарство. Лучшее это страдание. Страдание до тех пор, пока не проснется ясное понимание закона воздаяния закона кармы!

Во всем задействованы тонкие ментальные клише, по которым человек собирает только свое понимание мира. Он так запрограммирован генетически и по прошлым воплощениям. Эти программы есть наши привычки, которым мы следуем механически, даже не задумываясь об их происхождении.

Привычки это сверхтонкие отпечатки наших впечатлений (клише), накопленные в *тонком кармическом теле*.

К ним можно отнести застарелые проблемы, омрачение невежеством ума и неведение. Понимание закона кармы это различение истинного и омраченного ума.

Все люди свободны изначально. Ходить кругами многие воплощения и страдать наша прихоть, наша привычка жить в неведении. И даже если вы читаете эти строки, отвязать вас от привычки жить в страданиях вряд ли получится. Запутанность ума следует распутать посредством мощных практик остановки действия ума. Все это ведет к обретению различающего сознания и возврату к Первоисточнику ясному свету. Отклонения от ясности ума, или природы «буддовости», это наши непреодоленные преграды в прошлом. В них преломились знания о ясности и Истине. В них сокрыт могучий ресурс энергий. Нет смысла бояться испытаний и страданий когда мы их преодолеваем, мы испытываем состояние радости и веры в себя.

Единственный метод развития ясного ума это медитация. *Медитация – это наш меч, тогда как осознанность – щит.* Ум требуется научиться держать в узде. Но люди не помнят своей природы. Фальшивое «я» заслоняет истинную природу внутреннего Будды, Кришны или Христа. И здесь важно в первую очередь разобраться, кто же этот «я». Наше «я» всегда стоит за пределами рождения и смерти. Оно надо всем и одновременно все. Все это зеркало нашего внутреннего мира или то, чем мы окружены. Все есть лишь знаки и проекции нас самих. Лишь самоограничения не позволяют видеть эту истину.

### **Три главных беса осознания**

*Чего я боялся, то и пришло ко мне*  
*Иов*



Карма всегда проявляется через манифестацию страха. Собственно, это и страх – явления одного рода. Это всегда стремится доказать своему хозяину, что он хороший.

Бес сознания «Я хороший» это первая и самая коварная ловушка в нашем уме. Доказывает лишь тот, кто себе и в себя не верит. Тот, кто верит, в доказательствах не нуждается. Проскочить мимо данной ловушки без дисциплины ума не удавалось еще никому. Бес неусыпно стережет свои права и готов без раздумий действовать по любому поводу или даже без повода, лишь бы собрать урожай внимания.

Вторая – не менее коварная ловушка ума – чувство вины или комплекс неполноценности. Этого беса зовут «Бес сомнений». Вот здесь есть где разгуляться. Физиономия этого парня излучает искреннее сочувствие, а манеры поведения – изысканность и утонченность. Если я доказываю, что я хороший, значит, глубоко в душе я боюсь, что все узнают, что я плохой и недостойн любви и внимания окружающих людей. Это только снаружи кажется, что мы ни в чем не виноваты, а внутри – в чем только мы ни виноваты! Бес сомнений обязательно объяснит, почему я этого или того недостойн. Это хорошо простроенные прадедушками и прабабушками конструкции ума, с которыми мы зачастую уже рождаемся или впитываем их с молоком матери.

Третий бес зовется «Бесом иллюзии». Бес иллюзии аргументированно докажет, почему мне не надо изменяться. Его главный козырь – «все само собой рассосется, и все увидят, что именно я был прав!». Это очень образованный и утонченный тип. В его задачи входит умение маскировать первых двух и оправдать бездеятельность своего раба.

Все три беса забирают на себя огромное количество жизненных сил и вызывают стойкое бессознательное напряжение ума и тела. Только после того как мы перестаем контролировать внешний мир и начинаем управлять внутренним, внутри и снаружи возникает естественное состояние гармонии. Ограничения, наложенные личностью на нашу Божественность, исчезают. Гармония возвращает здоровье, умиротворение души и естественную радость от процесса жизни. Мудрые люди говорят: «Все, что ни делает Бог, к лучшему». Природа всегда добра и гармонична по своей сути.

При духовных практиках требуется снять с себя бессознательный сверхконтроль мира. Осознанно это достигается через различные практики, в том числе и через снятие напряжений тела. Напряжение ума вызывает блокировку тех или иных зон коры головного мозга, что в свою очередь ведет к застойным явлениям различных участков тела. Напряжения, приходящие через стрессы и боль, записываются в теле через солнечное сплетение. Все наши негармоничные мысли и эмоции блокируют солнечное сплетение. Все позитивные мысли – его разжимают.

### **Чистое зеркало**



Карма это социум. Социум это возможность наиболее талантливо отыграть свою карму. Требуется распутать свой ум в обратную сторону и взять его эмоциональный аспект под строгий контроль. Карма, по существу, вне социума не существует. Другое дело, что послушнику, даже сидя в затворе, отпустить социум в своем сознании невероятно трудно. Люди коллективные существа. Это равносильно спуску в ад, который у каждого человека только свой.

Однажды один неправильный мистик решил выкурить чилим. Огня под руками не оказалось, и он спустился за ним в ад. Обойдя ад и не найдя и искры пламени, он обратился к местному управляющему:

– Уважаемый, а где здесь геенна огненная?

– Что ты, мы отродясь не слышали о подобном явлении. А что касается огня, то нет его здесь. Каждый приходит лишь со своим.



Основным мерилom индивидуального ада служит совесть. Совесть это совместная весть, которая никогда не дремлет. Это некое знание высших истин для всех существ, так как выработана она именно совместными знаниями всего сущего. Это правила совместного общежития для всех. Этим правилам никто не учит. Они просто в нас встроены. Задача пробудить эти знания и стремиться никогда их не нарушать. Совесть не подведет; она заботится о своем хозяине неусыпно; она подскажет, как избежать еще больших проблем.

Уйти от действия зрелой кармы сложно; срабатывают силы наших привычек: навязывать, доказывать, страдать или жить в нищете. Это своеобразные модели, или клише, поведения, по которым привычно скользит наш ум. Машине сложно выехать из глубокой колеи. Все это бессознательные или автоматические действия подсознания, которое собирает из вселенского коктейля энергий и возможностей наши тела, управляет всеми процессами в нашем сознании и организме. Управляет автоматически.

Подсознание связано со всеми энергиями, знаниями и возможностями Вселенной. И каждый человек через подсознание связан со всеми мыслимыми и немыслимыми силами Единого Сознания, которое можно назвать Богом, Первоисточником или Вселенским Разумом.

Человек, ставший мистиком, уже понимает, что во всех религиях и концепциях нет прочности и единственное, на что можно смело уповать, так это на неизбежность своей смерти в данном воплощении. В этой жизни ни на что нельзя положиться, тем более в материальном мире. Положиться можно только на свою Высшую Природу, где воры не подкапывают и не крадут. Положиться нужно на конечную доброжелательность Природы, и, что самое невероятное, всегда и все происходит настолько разумно, что самая сознательная деятельность человека вряд ли может привести к подобным результатам.

В каждой религии есть знания, что карму можно пережить, уйдя от социума, через техники самоотречения (разотождествления) или наоборот постигая себя через проживание своих несовершенств. Самое простое решение это признание того, что Природа добра и справедлива изначально, что все, что происходит в каждый момент времени, справедливо и служит только во благо. Лишь немногие совершают переход от организованных форм религии к самой реальности.

Возможно, наиболее фундаментальной истиной здесь является то, что жизнь в реальности протекает через последовательное проживание того, что есть.

Тогда техника осознанного *недеяния* станет самой верной и безупречной практикой делания очищения сознания от заблуждений и ложного эго. «Да будет воля Твоя, но не моя». Однако это самая сложная практика, так как разум это движение мысли. А здесь требуется ум остановить, что ведет к слому привычной машины. Сдача на волю Высшей Природы разрешит все наши проблемы самым кратчайшим и наилучшим способом.



Решившись на подчинение на осознанное подчинение *Закону справедливости*, и с каждым шагом убеждаясь в правильности своего выбора, я свожу свою роль в мировом спектакле к разрешению простого вопроса: что, где, когда и как подлежит сдаче. Это неким мистическим образом облегчает отработку кармы, хотя и не ослабевает способность Закона кармы вводить в заблуждение и наводить ужас. ***Логика кармы не становится сколь-нибудь очевидной.***

Все качества сознания, которые мы наработали долгой практикой, сражаясь с демонами подсознания, скрупулезно проверяются окружающим миром. Экзаменаторы беспристрастны. Здесь на весах сам уровень развития сознания. Проверяемый и проверяющий одно лицо. Ничего нельзя скрыть. Если уровень сознания высок, то и уровень жизни высок и интересен. Если уровень сознания на уровне бедности, то и кругом – бедность. Если человек не изжил в себе агрессию, то вынужден будет постоянно бороться за свои права.

Сотворив свою собственную Вселенную со своим грузом кармы и причинно-следственными связями мы не можем удалиться на заслуженный отдых, не вернув все в состояние целостности. Мы вынуждены жить в ней. Все ураганы и штормы нашей деятельности догонят нас, и здесь не укрыться за психологическими стенами религий, сект, внутренних иммиграций, отрицаний и догм. Наше временное прибежище будет разнесено бурей в щепки, заставляя вновь и вновь переживать состояние одинокого бездомного странника. Дух одиночества будет гнать и гнать скитальца, пока он не воссоединится со всеми своими частями и по-настоящему не окажется в родном доме.

### **Сны наяву**

*Всегда лучше жить с реальностью, ибо в противном случае она сама неизбежно явится вам и начнет жить с вами.*

*Агхори Вималананда*

Все наши действия и бездействия зафиксированы нашей памятью. Память – это кинолента записи произошедших событий. Это семена будущих событий. Запись шифруется или кодируется во время сна, когда деятельность мозга усиливается за счет отключения от внешних раздражителей. События дня сортируются и перераспределяются по степени важности в разные блоки, или ячейки, тонких тел. Наиболее тонкая информация откладывается в каузальном теле или, другими словами, теле первопричин.



Вся карма, накопленная человеком, называется *санчита кармой*. *Санчита карма* переводится с санскрита как «сваленная в кучу». Санчита карма беспредельна, ее конечная емкость неограниченна. Ее можно накапливать и накапливать бесконечно. Именно из санчиты кармы выделяется ее небольшая часть, которая определяет наше предназначение и судьбу по этой жизни. Об этом мы подробно поговорим ниже.

Все наши впечатления фиксируются и хранятся как в физическом теле, так и во всех тонких телах и оболочках. Квинтэссенция всех накопленных впечатлений перемещается в каузальное тело. Эта память не стирается со смертью индивида, а сохраняется каузальным телом и переходит из жизни в жизнь. Благодаря нашей рудиментальной памяти нам не надо думать, как переваривать пищу, дышать, противостоять гравитации и ориентироваться в пространстве.

Семена, заложенные нашими прошлыми деяниями, терпеливо ждут соответствующих условий, необходимых для всходов. Здесь время не ограничено; для нашего бессознательного срока давности не существует.

Следовательно, если мы хотим реально влиять на свою судьбу, на что нам дана свобода воли и выбора, то работать требуется с первопричинами. Однако в своем большинстве люди не в состоянии осознавать истинные причины проявления тех или иных событий в своей жизни. Сами причины могли быть образованы в предшествующих жизнях, а также сокрыты в родовой памяти дедушек или бабушек. Доступ к этим файлам открывается по мере развития сознания или нашей готовности разрешать проявляющиеся задачи.

### **Дух свободы**



Размышления над загадкой жизни загнали в тупик миллионы людей. Они – размышления – мало что объяснили. Одни доказывали, что жизнь не имеет смысла, тогда как другие заявляли обратное. С точки зрения целесообразности, все, что мы делаем, совершенно лишено смысла и завтра будет забыто и разрушено. Все наши дела важны лишь для самореализации, для вложения всего своего капитала в свой дух. «Где воры не подкапывают и не крадут». Даже самые великие произведения и шедевры время не пощадило.

Наш дух растет и проявляется посредством духовных состояний. Чтобы исключить возможные спекуляции на тему духовности, заглянем в психологические источники и попробуем расшифровать эту тему. Что же это такое?

*Духовное состояние* характеризуется расширением сознания, активным включением в процесс познания Истины, установлением коммуникационных связей сознания с подсознанием и тем самым резким расширением базы понимания проблемы, энергетической активностью, переключением эмоций с режима блокирования информации на режим энергетической подпитки.

*Духовные состояния* характеризуются гармонизацией личности, устранением противоречий с окружающей средой или блокированием этих противоречий, сосредоточением на познаваемой проблеме, внутренним равновесием, позитивным взглядом на жизнь, высокой концентрацией устремлений, усилением воли и ее контроля со стороны личности.

*Духовное состояние* характеризуется переходом к образному мышлению, а значит, активному взаимодействию с подсознанием, где информация хранится в виде образов и чувственной форме. Образность помогает осмыслить информацию целостно, раскрыть новые отношения, посмотреть на старые – на новом уровне интеграции.

*Духовные состояния* характеризуются высокой продуктивностью воображения, что расширяет информативную емкость нашего сознания. Слова и образы могут переводиться в чувства.

*Духовные состояния* это и мотивационные состояния, порождаемые духовными ценностями, где основная роль отводится вере. Вере в Бога, идею, добро и т.д. Одной из основ духовного состояния является любовь: любовь к Богу, безусловная любовь как состояние. Это высоко избирательное состояние мышления, определяемое духовными ценностями личности. Духовные состояния направлены на духовные устремления: интеллектуальные, моральные, религиозные и т.д. Духовные состояния могут нести с собой чувство превосходства или вины.

*Духовное состояние* это подъем творческой мощи, вдохновение, интуиция, усиление проницательности и ясности ума. Это когда само произведение выше своего творца – оживает прапамять.



В противовес духовному существует **клиническое состояние**. Оно характеризуется жесткой фиксацией на идее, односторонней направленностью мышления и эмоциональной заряженности, сужением сознания. Концентрация на «сверхценной идее» может вызвать параноидальные состояния.

Дух это антимир, чуждый нашей эгоистической природе. Ум обслуживает лишь наш эгоизм. Просветленный ум – это мерность другого мира. Ум ничего не будет делать того, что выходит за

рамки рационального. Требуется поделиться с ближним или отдать по закону десятины? Для ума это – катастрофа. А для духовного преображения требуется делать все наоборот своей эгоистической природе. Требуется быть альтруистом. Ломаются стереотипы – ломка идет и всех конструкций жизни.

## **Нечистый дух**

Мое эго – это моя индивидуальность. Моя индивидуальность ограничена кармой. *Кундалини* [5] это потенция моего эго. Эго не позволяет мне быть разрушенным *Кундалини-Шакти* и одновременно ограничивает мое проявление, что напрягает и не позволяет вспомнить себя. Все, с чем я себя отождествляю, это воспоминания. Это моя память. Благодаря воспоминаниям я думаю, что это я. Поэтому моя индивидуальность живет прошлыми воспоминаниями. Как только эго будет побеждено, я забуду свои тревожные мысли об ушедшем. То, к чему я стремлюсь, находится в будущем. Там – реализовавшаяся личность. В настоящем – самоосознающем сознании, я нахожусь крайне редко. За что и идет беспощадная борьба. Борьба идет за присутствие здесь и сейчас.



Ученые установили, что все проблемы организма вытекают из антагонизма клеток и даже органов по отношению друг к другу. Клетки зачастую просто дерутся друг с другом. Все это вызывает быстрое старение, болезни и деградацию. Причиной подобного поведения служат наши неконтролируемые мысли, действия, спрятанная в подсознание агрессия, чувство вины, страх, потеря надежд и другие проявления нашего эго. Где под эго понимается не личность, а эгоистическая природа человека.

Важно победить (взять под контроль) свой разум, чтобы увидеть свое высшее «Я». Наш разум это могущественный и практически непобедимый министр. И лишь взяв его под контроль, можно увидеть царя – наше высшее «Я», ради кого и чего все вокруг вершится. Если вы увидите хотя бы один раз царя, то министр станет послушным вашей воле. Министр служит только тем, кто увидел и признал царя. Работа эта длинной в миллиарды жизней. От самых примитивных форм жизни до самых высших.

По представлениям древней индийской медицины аюрведы и йогов, источник энергии *Кундалини* расположен в основании позвоночника. Символически изображается в виде змеи, свернутой спиралью в три с половиной оборота, спящей в основании позвоночника (муладхара-чакре). По данным ряда источников, располагается приблизительно в области крестца или в основании туловища. Считается, что активация *Кундалини* связана с опытом физического биоэнергетического феномена, испытываемого практикующим.

Основные признаки *Кундалини*:

1. Переживание «внутреннего огня». Это ощущение особого «духовного жара», которое охватывает все тело. Обычно это состояние крайнего удовольствия, но иногда, в случае сопротивления эго, и мучение.

2. Появление парапсихологических феноменов. Ясновидение, предвидение, телепатия, вещие сны, юнговская синхронность, неожиданное видение ауры, чакр, спонтанное

вспоминание прошлых жизней – обычный феномен Кундалини, внетелесные переживания. Правда, следует сказать, что в каждом конкретном случае активируется что-то свое.

3. Ощущение единства всего со всем. Трудно передаваемое на языке слов состояние расширения сознания, когда человек чувствует себя частью единого потока и это дарует непередаваемое наслаждение.

4. Обострение интуиции. Это тесно связано с пунктом три. Человек, испытавший подъем Кундалини, чувствует, что его ведет некая высшая по отношению к нему сила.

5. Резкие перепады настроения. От абсолютного восторга до крайней депрессии вплоть до суицидальных импульсов, причем переход может происходить в короткий период времени. Потому очень часто признаки Кундалини интерпретируются как маниакально-депрессивный психоз, что, с точки зрения духовных традиций, в корне ошибочно.

6. Изменение сексуального темперамента. Бывает совершенно различным. От полной потери интереса к сексу до внезапного взрыва бешеной сексуальной активности.

7. Переживание всеобщей любви. Более глубокое чувствование духовных текстов, до состояния инсайта.

8. Видение в воображении определенных символов.

К примеру, появление в сновидениях образа змеи иногда может свидетельствовать об активности Кундалини.



9. Согласно некоторым преданиям, Кундалини – энергия, которая побуждает вас пойти на величайшее приключение.

Понятия, связанные с пребыванием Кундалини в седьмой (теменной) чакре:

1. Прижизненное освобождение – понятие в индуизме и буддизме, констатирующее факт того, что человек имел хотя бы однократный опыт удержания энергии Кундалини в седьмой (теменной) чакре. 2. Сиддхи – Сиддха – это человек, достаточно стабильно удерживающий энергию Кундалини в седьмой (теменной) чакре. Вследствие этого у сиддхов возникают, как правило, различные паранормальные способности.

Движение энергии Кундалини по сушумне позвоночника Сушумна – полый канал в позвоночнике, который является путем проникновения энергии Кундалини в мозг, в седьмую (теменную) чакру. Когда энергия Кундалини входит в седьмую (теменную) чакру, то возникает связь с тонким миром, вследствие того что психика человека получает способность излучать сверхкороткие волны. Отсюда возникает возможность напрямую влиять на вакуум и элементарные частицы, переводить вакуум в материю или материю в вакуум. Отсюда и все проблемы с удержанием Кундалини в седьмой (теменной) чакре. Именно из-за проблем

удержания энергии Кундалини в седьмой (теменной) чакре, сам этот факт в большинстве духовных культур называется прижизненным освобождением, что подчеркивает трудности удержания энергии Кундалини в седьмой (теменной) чакре, как практически несовместимые с жизнью.

### «Всё схвачено»

Всю жизнь от начала и конца люди ищут свою целостность. Мужчины – в женщинах, а женщины – в мужчинах. Мы ищем недвойственность и свободу от этого – ограниченной страхами индивидуальности. Ограниченное сознание создает новые ограничения. Так рождаются связи между людьми, которые прорастают через все наши воплощения и сами в свою очередь уже являются причинами новых воплощений.

Мы – люди – путешествуем из жизни в жизнь целыми коллективами. Самые главные наши кармические доноры или должники – это наши родные и близкие. В Евангелиях по этому поводу есть упоминание, что ближние – это самые главные наши враги. Обиды, переживания, страх, вражда, месть, неразделенная любовь, чувство вины, сексуальные вожделения, ревность, тоска – вот самые сильные кармически обусловленные связи, с которыми мы осознанно или бессознательно отождествляемся.

Создавая индивидуальность, ахамкара(рождающая «я») одновременно присваивает прошлую карму и текущие действия этой индивидуальности. Все ранее предпринятые действия и даже бездействия в прошлых жизнях, с которыми наша индивидуальность (эго) себя отождествляла, становятся семенами кармы. События, люди, предопределения проистекают из **связывающего** нас **кармического долга**. Даже мысль является кармически обусловленной, ибо она задает направление движению нашей энергии.



Энергетический импульс, который задается нашими действиями или бездействием, порождает долг, который мы вынуждены будем взыскать, если мы что-либо отдали объекту, или его взыщут с нас, если мы что-либо из объекта извлекли. Эти узы будут притягивать нас друг к другу вновь и вновь, пока мы полностью не обнулится.

*Семена прошлых деяний* лежат в специальных хранилищах нашей памяти и ждут благоприятных событий для прорастания, чтобы в конечном итоге принести плоды. Время над ними невластно. Семена хранятся в каузальном теле – теле первопричин. Когда семена начинают прорастать, вступает в силу предопределение.

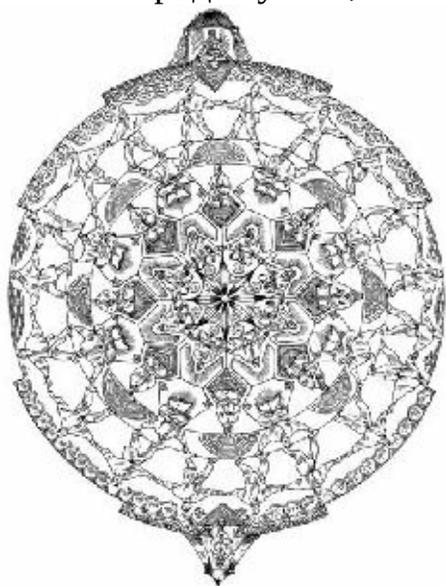
*Созревшие плоды* проникают в астральное тело, которое состоит из сознательного, подсознательного и бессознательного ума, побуждая его к тем или иным пристрастиям и вожделениям. Астральное тело заставляет физическое тело переживать в соответствующем месте и времени приятные или неприятные результаты своей прошлой деятельности. Физическое тело – это отражение прошлого, астральное тело – это настоящее, а каузальное тело – будущее.

*Закон кармы* это не что иное, как закон Ньютона: каждое действие рождает равное противодействие. Есть причина, есть и следствие. Зная причину и обладая прозорливостью, легко предвидеть последствия. И наоборот – зная последствия, легко выйти на причину. При

отсутствии прозорливости – раскрытом духовном видении – все будет представляться лишь в виде «красной тряпки» для быка. Видна тряпка – следствие, но не виден тореадор – причина. На Востоке говорят: «Если вы знаете, какой потенциал скрыт в зернышке яблока, то вы знаете и саму яблоню».

Карму порождает долгсвязь между людьми и событиями. Это свои узы и счеты. На протяжении всей жизни судьба нас будет тянуть к определенному образу жизни, к тем или иным вожделениям и пристрастиям, а также людям, местам и предметам, с которыми мы находимся в причинно-следственных отношениях. В момент перерождения нас автоматически притянет к родителям, с которыми мы находились в кармическом родстве и с кем накоплено достаточно долгов.

Но долг всегда связан с нашим эго – **самоотождествлением**. Если я убил человека и не испытываю к нему агрессии или ненависти (мое эго не отождествляет себя с этими действиями), то это не карма. Убитый убил меня в одном из воплощений и по закону соответствия проявился в моем мире, чтобы оплатить свой кармический долг. Это достаточно примитивная метафора применительно к закону кармы, так как следствие могло быть вызвано тысячами совершенно не связанных друг с другом причин. Русская пословица по этому поводу гласит: «В огороде бузина, а в Киеве дядька». Тем не менее она выражает саму суть кармы.

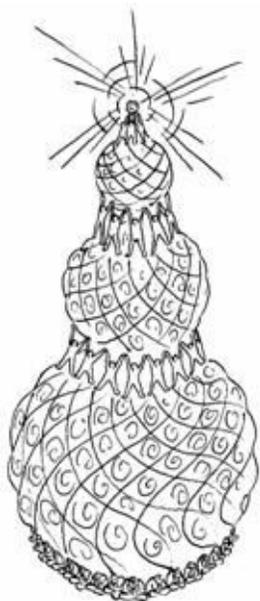


Судьба, созданная из астрономического количества связующих нитей долга, будет снова и снова вовлекать нас в те ситуации, в которых возможна отработка кармических остатков. И здесь дело за нами – за нашей свободой воли и выбора видоизменять или компенсировать создаваемые ими следствия.

*Индивидуальная карма* отдельного человека обязательно влияет на карму других людей. Точно так же как члены семьи и рода делят друг с другом индивидуальную карму и карму, наработанную коллективно. Русская пословица по этому поводу гласит: «С кем поведешься, от того и наберешься». *Пища и секс* вот два важнейших пути, посредством которых происходит передача кармы. Но не только секс и пища, но и вибрация того или иного места в пространстве, коллектива, книги, иконы или энергетически сильного человека способны изменить направленность судьбы человека.

Согласно карма йоге, карма высветляется надлежащими мыслями и надлежащими действиями. Концентрируя свое внимание на высших ценностях, мы постепенно нарабатываем волю, осознанность, успокаиваем возбужденность и тревожность ума. В основе данной практики лежат принципы *ямы-ниямы* (см. ниже), механизм покаяния и поиск истинных – духовных знаний.

**Эффект плацебо или создание нового коридора реальности**



Исцеление души и тела – это изменение мировоззрения. Изменения происходят не так быстро, как бы нам того хотелось. Часто это болезненный процесс. Возврат старых болезней укажет на то, что они были глубоко вытеснены в подсознание. Это можно сравнить разве что с поплавком, удерживаемым под водой. Поплавок всплывает на поверхность, если перестать на него давить.

Вскрытие стрессовых ситуаций и поднятие их на-гора порой приводит в действие защитный механизм психики – человек или забывает то, чем занимается (отвлекается), или засыпает, или его накрывает волна неконтролируемого сопротивления здравому смыслу, или он перестает воспринимать информацию.

Не секрет, что наше сознание легко отождествляется с тем, на что оно настроено. В основном настрои работают автоматически – по привычке или бессознательно. Человек живет в той картине мира, которую собирает своей бессознательной природой. Если картина мира светлая, говорят о чистой душе, если человек путанный, обидчивый и агрессивный, говорят о дурной карме и темной душе.

Для того чтобы создать себе осознанную привычку жить в позитиве, требуется глубокая вера – убеждение, что мы этого заслуживаем. Проблема лишь в том, как уверовать, ведь ум привык во всем сомневаться и докапываться до сути, даже там, где этого делать не требуется. Делать это человек будет так, как его «собрали» родители и социум, где он воспитывался.

Вынырнуть из-под гипноза «сборки» можно только поставив под сомнение «правильность» своей картины мира. Закодировать себя на позитивный взгляд на жизнь возможно лишь тогда, когда удастся снять с себя гипноз своей ущербности. Тогда требуется придумать нечто новое, то, чего еще не было. Тогда новое – это то, что в бессознательном еще не нашло своего направления движения энергий.

Если бессознательное накопило энергию в виде болезней, повторов ситуаций, агрессии, потери смысла жизни, то ей – энергии – необходимо найти иное – разумное применение. Для этого важно отслеживать свои привычные мысли, действия и бездействия, которые укореняют нас в проблеме. Естественно, что мы не враги себе. Все наши действия исходят из привычек. Следовательно, потребуется на ущербные привычки создать исцеляющие привычки. Естественно, что если это делать разово, то ничего разумного происходить не будет.



Требуется создать свою систему ценностей, которую следует постоянно практиковать и в ней укореняться. Подобную систему следует отстраивать гибко и разумно, чтобы не испортить себе жизнь благими намерениями. Особенно разрушительны привычки: во всем сомневаться, не верить в свою результативность, думать, что мы недостойны. Все это создает механизм самоограничения и привлечения из пространства (по закону соответствия) негатива.

Вирусы сознания включаются автоматически, т.е. неосознанно. Если мы это уже понимаем, то стремимся обнаружить, на чем мы бессознательно фиксированы. Если нас гложет проблема, например чувство неосознанной вины, а мы даже не отдаем себе в этом отчета, то просто тупо страдаем. Отследив повторы ситуаций, важно перенаправить весь этот объем энергии на то, чего мы уже по-настоящему желаем. На то, чтобы научиться любить и быть любимыми, а также на радость и удовольствие от жизни.

Даже само осознание, во что я уже могу перенаправить свои ущербные привычки, создает мощнейший импульс к развитию. Те же энергии, которые шли в болезни и самоедство, направляются в здоровье и благополучие.

## **Глава 2. То, что неподвластно смертным**



...

*Вечное недостижимо ритуалами и их исполнением, посещением святых мест или*

богатством; оно достигается только победой над разумом, возвращением Истины.

*Поэтому все: боги, демоны, полубоги и люди, должны постоянно стараться победить ум и обрести самоконтроль, который является результатом мудрости.*

«Йога Васиштха»

### **Перекресток трех дорог**

*Здоровье, творческая активность и ресурс жизненной силы зависят от нашего бессознательного фона, или вибрационной частоты, на которую мы настроены. Если наше бессознательное сконцентрировано на собирании негативных состояний, то они соответственно и собираются. Если наше бессознательное настроено на поиск позитивных эмоций, то они непременно материализуются. Для осознания того, какую картину мира вы собираете, достаточно заглянуть в свою медицинскую карточку или зеркало. Там все довольно точно отражено.*



Иногда совершенно бессмысленно искать в себе причину или вину за те или иные вызовы со стороны близких людей или стечений обстоятельств. Все может быть банально просто: близкие люди или событийный ряд зачастую выступают неким катализатором нашей кармы. Они лишь инструменты подрыва внутренних опор, от которых уже нет смысла зависеть. Они могут выступать и в качестве экзаменаторов, чтобы я перепроверил себя в основных направлениях своего движения: в ту ли я иду сторону? При всем том важно ни при каких обстоятельствах не отдавать поле своей жизни другим людям. Все, что у меня есть, – это моя индивидуальность.

*Проверка проста: все, что препятствует движению моего духа, вызывает депрессию и потерю смысла жизни. Интуитивно нащупав свой путь к развитию и сделав первые шаги в эту сторону, понимаешь, что вновь светит солнце.*

Заблокировав отношения с одним человеком, вдруг обнаруживаешь, что событие повторяется с другим. Ситуация одна, а люди разные. Просто заело пластинку; нет оплаты по счетам.

**На этом перекрестке три пути.**

**Первый путь** – принять вызов и войти в ситуацию с головой. Если есть внутренняя сила и уверенность в своей правоте, то стоять за нее требуется до конца, чтобы в этом брэнном мире ни происходило. Важно понимать, что это голос нашего духа, а не просто амбиции и заблуждения.

**Второй путь** – это отойти в сторону, дав возможность ситуации самой изжить себя. Это самый сложный для нашей природы путь. Он базируется на искренней вере в Закон высшей справедливости; в то, что все происходит вовремя и самым надлежащим образом. Во втором случае важно не отождествляться с ролью, а выступать в качестве наблюдателя. Ответственность осознанно перекладывается на Высшую Природу.

**Третий** путь сделать все наоборот. Например, если я терпеливо жду, когда же моя избранница изменится, то при первом же ее промахе вся сила моего обманутого ожидания обрушится ей на голову. Понимая, что других людей не переделать, я вместо ожиданий работаю над своим эго. Если я меняюсь, то меняется и отношение к ситуации и исчезает внутренняя провокация. Я перестаю своими внутренними конструкциями провоцировать близкого человека на агрессивное поведение.

## Виды кармы

На Востоке условно разделяют причинно-следственные отношения на четыре категории: *санчита*, *прарабдха*, *криямана* и *агама*. Собственно, все наши действия в настоящем мало влияют на *санчиту прарабдхану*, так как те обусловлены предыдущей деятельностью и в каком-то смысле неизбежны.

*Агама карма* это планирование будущих действий. Эта деятельность может быть как сознательной, так и бессознательной. Сознательное планирование подразумевает создание целей и смыслов, которые являются для человека еще недостижимыми.



Семена действий, которыми мы засеяли поле подсознания, рано или поздно дают всходы. Растение, развиваясь, набирает силу и в конечном итоге приносит плод. Плод кармы и есть то настоящее, в котором мы живем.

*Санчита карма* (условный перевод «сваленная в кучу») – это сумма всех действий в прошлом, которые записаны в теле первопричин. Здесь совершенно неважно, помнит ли человек о своих действиях или нет, результат этих сложений практически непредсказуем. Здесь уместно высказывание, что пути Господни неисповедимы. Все эти действия включают также память прошлых воплощений, о которых нет даже воспоминаний, и коллективную карму, в том числе и генетическую. Немаловажную роль играет и воспитание. Все, что мы впитали в себя во внутриутробном периоде и до пяти лет, является фундаментом всей нашей жизни.

*Прарабдха карма* («движущаяся») – это та часть санчита кармы, которая готова уже проявиться в этой жизни. Именно эту карму называют зрелой, или проявленной. Это уже созревшие плоды прошлых деяний. Они проявились для того, чтобы их вкусили. «По делам Здесь *агама карма* можно включить в *криямана карма* засеваемую сейчас семенами наших действий или бездействий, а вместе их можно назвать *вартамана кармой* «текущей», или «живой».

Согласно высказыванию Вималананды, *санчита карма* будет соответствовать собранному урожаю, поступившему в зернохранилище. *Прарабдха карма* это часть запаса, изъятая из хранилища для еды. *Криямана карма* это засеваемый сейчас рис, который даст новый урожай.

## Интенсивность кармы

*Если человек не в состоянии заработать деньги, значит, у него нет определенных базовых качеств сознания, без которых заниматься духовными практиками и тем более медитировать преждевременно. Ведь это чревато полным отключением от социума и потерей всех возможностей для самореализации.*

Карма и судьба не синонимы. Всегда вмешивается закон свободной воли и выбора. Из их взаимодействия и возникает результат – качество человеческой жизни. Совершенно невозможно управлять своей жизнью только в соответствии со своей волей, как бы мы об этом ни мечтали. И никто не следует только своей судьбе. Волевое изменение судьбы зависит от интенсивности влияния *пранабдха*(проявляющейся) кармы.

Если выделившаяся, или зрелая, карма сильна в данном месте нашей жизни, то любые попытки на нее воздействовать приведут лишь к пустой трате сил или усилению страдания. Стремление преодолеть натиск зрелой кармы лишь усилит страдания конкретного человека и других людей, делящих вместе с ним коллективную карму.

Веды выделяют три степени интенсивности кармы: *дридха*, *дридха-адридха* и *адридха*.

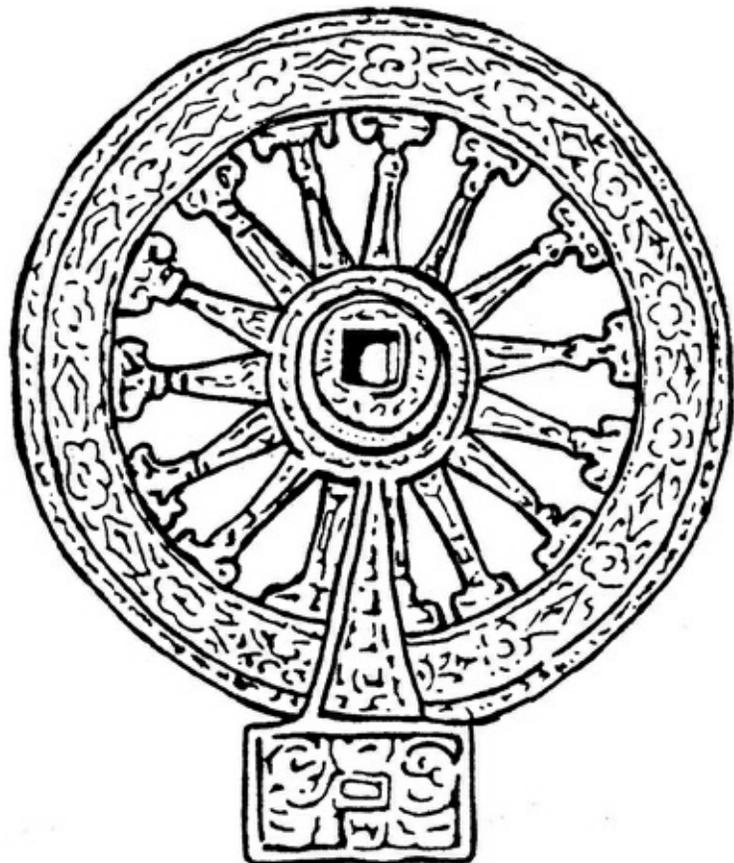
*Дридха карма* это та интенсивность проявления зрелой кармы, которую изменить невозможно. Еще ее можно назвать зафиксированной. События будут носить фатальный характер как в позитивном, так и негативном аспектах. На преодоление предопределения просто не хватит человеческих сил. Можно сказать, что в сознании конкретного индивидуума или сообщества людей еще нет инструментов разрешения стоящей задачи. И как бы человек ни сопротивлялся происходящим событиям, река *дридха кармы* будет нести его по течению.

*Дридха-адрида* карма (зафиксированная-незафиксированная) – это та интенсивность проявления, которая может быть преодолена человеком через силу воли и концентрацию усилий. Если человек не распознает направление приложения сил или проявил пассивность, то проявится запрограммированный результат *дридха-адрида кармы*.

*Адридха карма*(незафиксированная) – это та интенсивность проявления событий, которые легко осознанно перестраивать в любую сторону. Еще *адридха карму* называют незрелой.

Тем не менее на каждом этапе взросления за человеком остается выбор: браться или не браться за то или иное дело, доверять или не доверять тем или иным людям, следовать своему предназначению или нет. Это сравнимо разве что с движением по лезвию бритвы. В любом случае спрос только с самого себя: правильно ли я рассчитал свои силы и способности, верное ли направление выбрал, точно ли рассчитал с какой скоростью двигаться к цели, предвидел, хватит ли у меня веры и воли преодолеть возникшие трудности, чтобы обмануть судьбу. Решающим фактором в определении интенсивности кармы является осознание. Именно оно определяет степень нашего отождествления или разотождествления со своими осознанными или неосознанными действиями. Чем более сознательны и ответственны мы за все, что с нами происходит, тем больше зрелости обретает наша душа. Чем менее мы привязываем себя к результату своих действий, тем более свободен наш дух.

**Дхарма**



### Колесо дхармы (закона)

Слово *дхарма* переводится как долг, как призвание или предназначение. *Дхарма* это универсальный закон, благодаря которому все вещи таковы, какие они есть. Собственно это то, что я должен делать в этом воплощении. Именно для этого я и родился. Определить свою дхарму, или предназначение, достаточно просто – это то, что вам больше всего нравится и где у вас лучше всего получается. Если мы не выполняем своей дхармы, то это уже *адхарма* движение против дхармы, затемняющее естественный поток бытия.

Соответствовать своей дхарме – это идти своим путем и следовать своему образу жизни, который наилучшим образом согласуется с индивидуальностью и тем окружением, в котором мы существуем. *Адхарма* это не зло и не грех, а нарушение гармонии и несоответствие природе вещей. Что касается меня, то я говорю с вами под воздействием дхармы. Это то, что я просто должен делать. Допустим, дхарма собаки – лаять, а кошки – ловить мышей. У вас свой долг или вклад в целое. Моя дхарма для вас будет *адхармой* – полным или частичным отрицанием моего образа жизни и действий. Я связан с вами долгом – дхармой. Читая, вы получаете более тонкую информацию или энергию, чем деньги, – своеобразную плату от меня.

*Долг* – это и есть закон справедливости – вернуть то, что взял. Долг – это нечто долгое и затянутое. Мне требуется за свою короткую жизнь отдать все, что я у кого-либо взял в течение многих воплощений.

Чтобы успешно следовать дхарме, мне следует понять, насколько я обязан соответствовать требованиям, предъявляемым обществом. Если я буду играть не свойственную себе роль, то это уже будет *адхарма*. Поскольку люди – общественные существа, то морально-нравственные законы и социальное общежитие могут входить в противоречие с моей дхармой. Передо мной постоянно встает выбор: либо я поступаюсь внутренними принципами, либо преступаю «закон», установленный другими людьми. Если я не защищаю свой мир, то в него постоянно будут вторгаться чуждые догмы и идеи, отвлекающие меня от своего предназначения. Настоящий мистик никогда не отдает свое внутреннее пространство.

*Дхарма*предопределяет карму. Каждый человек представляет собой тот фундаментальный принцип, на который опирается Вселенная. Каждый из нас – кирпичик в общем мироздании.

### **Что неподвластно смертным**

Сложно разобраться в механизме воздействия кармы и выборе воплощения. Каждое осознанное действие или бездействие порождают свой кармический остаток, который будет состоять из следов – *самскар*(впечатлений) – ведущих к различного рода последствиям. Последствия – *васаны*бывают двух типов: сохраняют воспоминание о совершенном действии и создают *клишесклонности*.

Именно склонности побуждают людей запутываться в сетях кармы, создавая все новые и новые остаточные впечатления. Память прошлых воплощений еще больше запутывает человека, не позволяя ему бескомпромиссно отыграть свою роль в этой жизни. Если человек вспоминает, что его жена была врагом в прошлой жизни, то о какой любви может быть речь. Именно поэтому Природа блокирует память, чтобы мы не отходили от своей дхармы.

После смерти человека его душа вместе со всеми *кармическими*следами, *самскарами*и *васанами*, соединенными в поле сознания индивидуума (духе), готовится к перерождению. Весь этот комплекс и будет определять, в каком месте, социальном слое, в каком теле родится человек, его продолжительность жизни и что он будет испытывать по мере созревания плодов кармы: удовольствие или страдание. Характер этих плодов будет зависеть также от того, насколько наш разум будет отождествлять себя с теми или иными действиями или бездействиями, что также зависит от соотношения трех гун, составляющих индивидуальность.

Когда человек настраивает себя на чистое Сознание и проявляет в себе пространство любви, красоты и служения, то он содействует своему освобождению. Бог, или ясное Сознание, будет высвечиваться в человеке все более ярко по мере освобождения его от кармических пут. Если в человеке преобладает гуна саттвы, то он не привязывается к результатам своей деятельности. Страсть – это раджас. Тамас – это бездумные действия. И только те, кто сосредоточил свой ум на Боге и высших благах, остаются незатронутыми кармой.

Согласно ведическим источникам, есть пять неблагоприятных поступков, которые невозможно погасить (отмолить) в данном воплощении. Это: убийство отца или матери, разрушение духовного течения или ашрама (сюда входит и предательство своего духовного учителя), искажение информации, изнасилование и азартные игры.

### **Трансформация кармы**

#### ***Техника медитации***

Всем сердцем обратитесь к Божествам кармы, Золотому Будде, Духовным Родителям с просьбой помочь в сложной трансформации. Владыки кармы проявляются в **мистическом пространстве сердечного Огня**. Об их присутствии можно судить по внезапно наступившей неземной тишине, по ощущению высшего присутствия, по тончайшему прикосновению прохладной «паутинки».



Теперь сознанием соберите все, что вам мешает жить: суету, нерешенные проблемы, боль, утрат, скорбь, жадность, лень и т.д. Все это сосредоточьте в себе или вокруг тела в некоей оболочке Иллюзорного тела, которую вы мысленно сами и создадите.

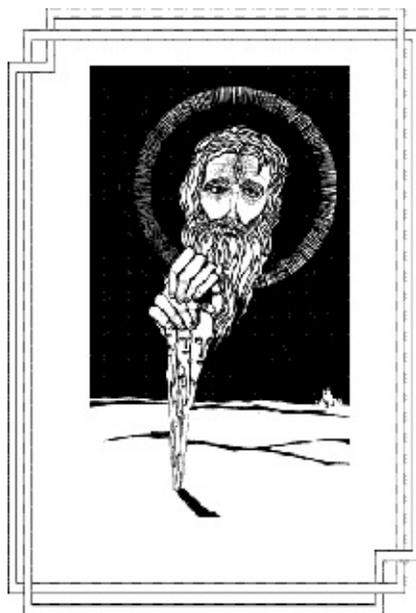
Вновь обратитесь к Владыкам кармы, Золотому Будде или Духовным Родителям: «Владыки кармы (Золотой Будда, Духовные Родители), примите мои несовершенства, проблемы и болезни, пережгите их в огне кармы и возвратите то, что мне необходимо, чистыми энергиями осознания».

После этого Иллюзорное тело сжигается в образе ослепительно-белого Огня кармы, в самой глубине мистического центра сердца. Иллюзорное тело втягивается в сердце и там переплавляется в огонь осознания. Пока идет процесс, наблюдайте за своим состоянием и реакциями тела. На данной стадии физическое тело может испытывать дискомфорт, а может ощущать неземное блаженство.

Как только мистический Огонь кармы переплавит несовершенства, вы можете ощутить неземную легкость. После чего поблагодарите все задействованные силы, Владык кармы, Золотого Будду, Духовных Родителей и Пространство за предоставленную возможность.

*Эффект.* Освобождение по мере готовности от груза кармы, ощущение раскованности и свободы.

### **Глава 3. Законы кармы**



Умственные и физические болезни, так же как проклятия и порчи, не затрагивают разум, который привержен бесконечному Сознанию, они могут затронуть его не более, чем цветок лотоса может расколоть пополам камень своим падением. Поэтому надо стараться разумом направить разум на путь чистоты, самому направить себя по чистому пути. На что настроен разум, то и мгновенно материализуется. Напряженными усилиями он может вызвать в самом себе радикальные изменения, вылечить себя от неверного видения, в котором иллюзия принимается за реальность. Что бы ни делал разум, то он и ощущает как истину. Он заставляет человека ощущать приятный лунный свет как палящий жар, а горящего испытывать комфорт прохлады! Такова мистическая природа разума.

«Йога Васиштха»

### **Справедливая реальность**

Прежде чем что-либо делать, мы должны поставить перед собой ясную и достижимую цель, быть достаточно разумными, владеть необходимыми знаниями, обладать здоровьем и ресурсом энергий, а также верой в результат. Без этих условий достичь своей мечты или цели невозможно.



Мироздание, в котором мы имеем счастье жить, является нашей истинной Матерью. Именно оно воссоздает каждое мгновение видимый и невидимый мир, наши тела, желания, воспоминания и питает силой жизни. Воистину все живые существа и даже атомы являются нашими матерями и связаны на тонком плане Единым Сознанием.

В этом океане жизни царят простые и чрезвычайно важные для каждого существа законы. Следование этим законам дает возможность находиться в едином потоке Единого Сознания, что означает состояние счастья, тогда как их нарушение ведет к страданиям и невежеству.

Запутанный человек искаженно воспринимает окружающий мир и самого себя, что приводит к страданиям, путанице и потере смысла жизни. Это уже несчастье. В разных источниках эти законы называют по-разному: кармические, космические, заповеди и т.д. В материальном мире они также отражены через действие законов физики и квантовой механики.

*Закон высшей справедливости гласит, что все, что с нами или окружающим пространством происходит в данный момент времени, происходит правильно.*

Любое событие – это реакция мира на наши запросы, действия и бездействия в прошлом.

### **Три высших закона кармы**

Три высших закона кармы по значимости для себя я распределил в следующем порядке: *Закон отражения, Закон свободной воли и выбора и Закон изобилия.* Деление это чисто

условное, так как все есть суть одно.

Вопрос понимания хитросплетений *Закона кармы* сложен не только для простых людей, но и для мистиков, богословов и философов. Если обращаться к нему с позиции линейности времени, то мы ничего ровным счетом не проясним. Понимая, что на все есть причина и следствие, начало и конец, мы тем самым отвергнем спонтанное просветление. Хотя спонтанное просветление с людьми происходит не так уж и редко. Оно не выбирает умных или глупых, благородных или злых. Оно просто происходит. Происходит как некое стечение обстоятельств, вдохновение, творческий взлет или спонтанное прозрение, после которого человек неожиданно становится другим.



*Другой* это человек, выпавший из обоймы круговорота повседневной рутины. Другой – это тот, кто осознал, что все события внешнего мира собираются нашей внутренней природой, обусловленной кармической необходимостью. Другой – это тот человек, у которого сила Кундалини, пусть на краткий миг, поднялась в чакру *Сахасрару*. Удержать Кундалини в теменной чакре практически невозможно, так как это несовместимо с жизнью.

Выпасть из круговорота событий – это тоже карма. Это еще не означает освобождения от действий самой кармы. Просто человек временно ощутил свободу от гнета своих привычек и представлений о себе и мире. Это состояние непредвзятости ко всему сущему настолько невероятно, что его невозможно описать ни словами, ни образами. Оно просто настоящее и находится над всеми играми ума.

Считается, что если Кундалини достигла чакры *Сахасрары*, то человек обрел прижизненное просветление. Удерживать Кундалини постоянно в *Сахасраре* нет смысла, да и задача эта практически не решаемая. Просветленный человек – это человек, который понимает, что Бога повторить невозможно. Его знания необходимы для того, чтобы направить все свои усилия на обретение и отстройку высших качеств сознания. Просветление – это только начало осознанной работы над собой.

### **Закон отражения**

Каждый из нас живет в справедливом мире, где все построено по *Закону отражения*: что посеяли, то и жнем. Как мы устроены, то вокруг и происходит. Закон отражения одновременно является *Законом притяжения или зеркала*. Все, чего бы мы ни пожелали (осознанно или неосознанно), рано или поздно сбывается. Иногда быстро, а иногда и очень долго. Все зависит от степени нашей внутренней чистоты, развития и ясности ума.

Другими словами, *Закон отражения* это *Закон резонанса*: подобное притягивает подобное, или: скажи, кто твой друг, и я скажу, кто ты. Деньги идут к деньгам, бедность к бедности, радость к радости, тяжесть к тяжести и т.д. Все, чему мы соответствуем, или то, чего мы стоим, рано или поздно облекается в форму событий, состояний или вещей. Так работает сила *Проявления*, или же – сила *Воздаяния*.

Каждый человек или существо это *индивидуальный магнит*, собирающий из мировой плазмы только свой мир и имеющий только свое звучание. Этот закон в материальном –

дуальном – мире преобразуется в Единство и борьбу противоположностей. Холодное – горячее, мужчина – женщина, свет – тьма и т.д.

Конечно, прежде всего стоит понять, что такое закон. В человеческом – ограниченном – понимании это правила совместного общежития. Понятные правила совместной игры. В природе же это закон *сохранения энергии* закон *совершенства*. Естественный отбор – выживает самый сильный, умный и приспособленный. Природа играет по одним – раз установленным правилам. Стоит только изменить одну миллионную долю любой физической константы, как физический мир распадется на первоэлементы.

С точки зрения высшей целесообразности, закон – это *правила справедливости* правильного (ведания) совместного знания (сознания). К счастью, русский язык еще не утратил образного толкования сути вещей и при определенном осознанном усилии легко понять истинное значение слов. Тогда слово «закон» объяснит заложенный в нем смысл с точки зрения самих основ мироздания. Закон сокрыт за коном, или в другой – невидимой нам реальности. Тот, кто за коном, и есть сам закон.



Мы – люди, не свободны от игры. Свобода за коном. Отыграв свою роль, человек уже не зависит от ее кармического притяжения – он свободен. Следовательно, закон – это то, что не следует никоим образом нарушать на этом кону или круге игры. На следующем все может быть наоборот.

Все, что происходит внутри и снаружи нас, обусловлено законом кармы – причинно-следственными связями. О том, что на все есть причина и следствие, знает или догадывается почти каждый человек. Тем не менее знать, понимать и правильно применять знания на практике оказывается совсем не просто. Это предопределено, опять-таки, кармой – способностью нашего ума *различать Истину* и действовать в соответствии с ней. Знание, как правильно поступить, должно сопровождаться смелостью к действию и пробуждением-накоплением энергии под это действие. Это самый важный момент осознания для каждого человека.

*Причина* что-либо делать всегда порождается *желанием*, а *следствие* это результат усилий к реализации этого желания. Все живые существа стремятся к *удовольствию*, но это стремление почему-то всегда приводит к страданию. Стремясь избежать страданий, человек борется с препятствиями их порождающими. И нет этому края и конца.

Невежественное сознание видит «красную тряпку», а не «тореадора» – истинную причину происходящих событий. Мы видим «плохих» людей и боремся с ними, забывая, что это наши проблемы, отразившиеся в других. Это наша ненависть к самому себе. Но что взять с зеркала? Все, что мы пожинаем сейчас, есть всходы тех семян, которые были засеяны нами в прошлом. Все встречи кармические. Мы засеяли семена в прошлом, потому встретились в настоящем.

*Наш образ жизни – это роль в игре с самим собой.* «В игре с собой, в боях без правил!» Правила, вернее правила, еще предстоит узнать и – научиться ими пользоваться. А посему бьем

вслепую себя наотмашь, так как не ведаем, что творим. Срабатывает метод кнута и пряника. Продвижение на ощупь, оптимизма не вызывает.

Незнание правил, по которым ведется игра жизни, и есть пресловутое неведение и незнание настоящей цели игры и кто мы такие. Будда учил, что все наши страдания от неведения – омраченного ума. *Омрачение* это незнание правил игры под названием «жизнь». Когда мы не знаем правил игры, результат будет всегда не в нашу пользу. К сожалению, так и происходит.

Закон кармы тяжело усваивается только по одной причине – наш ум думает, что он знает правила игры. Наш ум стремится быть полезным своему хозяину и всячески ему помогает. Вот здесь и возникает понимание, что ни одно доброе дело не остается безнаказанным. Наш «добрый враг» спрятался там, где мы его не то что не видим, но даже предположить не можем, что он есть. И вот, два человека создают семью и отстаивают свои правила игры. Результаты – страдание.

### **Закон свободной роли и выбора**

Летопись жизни каждого человека скрупулезно фиксируется внутренним наблюдателем (свидетелем). В состоянии гипнотического транса или в сновидениях память может до мельчайших деталей воспроизвести любую сцену не только из данного воплощения, но и из прошлых жизней. Компьютер управляется программами, которые владельцу внешне не видны. Часть программ передается генетическим путем, другая часть закладывается семьей, кое-что откладывается на уровне памяти народа или расы, львиная доля программного обеспечения, оговорюсь, состоит из памяти прошлых воплощений. Подобные программы могут быть не только позитивными, но и разрушительными.

*Приобретаемый в процессе многих жизней массив переживаний, размышлений, знаний, эмоций и чувств выстраивает физическое тело с его индивидуальными качествами. Точно так же выстраиваются неповторимые энергетические и полевые структуры. Этот комплекс и определяет индивидуальность человека. На Востоке его называют кармой, согласно которой раскрывается своя палитра красок на данное воплощение.*

Мы несвободны от жизни! Самый главный, неоспоримый и могущественный Закон кармы – мы несвободны от жизни! Мы несвободны от Игры. Сбежать невозможно! Мы – в Законе! Выход за кон игры сознательная задача духа (нашей сущности), к которой он упрямо нас ведет. Тогда человек вырывается за пределы своей человеческой природы и становится сам Законом! И уже он устанавливает правила, которые правят свою Игру.

Самая серьезная победа над *ужасающей манифестацией кармы* это победа своего смертного сознания. В христианстве это «...смертью смерть поправ». Стоит только один раз прикоснуться к своему бессмертному сознанию, как иллюзия смерти исчезает. Человек понимает, что он несвободен от жизни! Он во власти могущественного Сознания, вызвавшего его к жизни.

Все, кто убеждался, что за пределами физической смерти жизнь лишь начинается (как правило, через переживание стадий умирания), отбрасывают все омрачающие сознание привычки и становятся целенаправленными людьми. Их цель – воссоединение с самим собой, или со своим Духом.

### **Росток**

#### ***Упражнение на пробуждение сознания***

Для занятий выберите себе хорошо проветриваемую и тихую комнату. Старайтесь выполнять свои практики всегда в одном и том же месте, на своем коврик для медитаций и в удобной одежде для занятий. Если нет возможности быть дома, то практикуйте в любом месте,

мысленно представляя себя в своей комнате. Здесь важно не прерывать занятия ни на один день.

Данное упражнение хорошо сочетается с утренними практиками и послужит дополнительным стимулом для пробуждения. Упражнение помимо расширения сознания дисциплинирует ум, укрепляет волю и бесстрашие к любым жизненным ситуациям.

Положите на ладонь зернышко пшеницы и крепко его сожмите. Закройте глаза и сожмите кулак так, чтобы ваше зернышко слышало ваше ментальное и физическое сверхусилие. При сжатии представляйте, что вы зернышко и волна инерции давит вас с невероятной силой. Давление создается страхами, вредными привычками, заблуждениями, суетой, тревожностью, вожделениями, иллюзиями, пристрастиями, завышенными обязательствами и всем, что только может вас давить.



Вы понимаете, что то, чем обросло ваше сознание, не дает вам свободно дышать и гармонично общаться с собой и миром. Все, что давит на зернышко, настолько привычно, что даже нет мысли вырваться на свободу. Год за годом наше сознание копило слои защит, пока наша душа – зернышко – не оказалась в тюрьме самогипноза. Но внутри самого маленького зернышка сокрыта вся сила жизни.

Пришло время ощутить в себе эту силу. Эта сила бессмертна и безгранична; перед ней бессильны даже самые идеальные замки. Вы – зернышко, способное прорасти сквозь все преграды. Вы накопили в себе силу, которую требуется отдать в мир. Когда вы почувствуете, что зернышко пробудилось и готово выбросить росток, сконцентрируйте все свое внимание на его силе роста. Росток легко раздвигает толщу асфальта. Точно так же он должен разжать вашу ладонь. Ощутите и впитайте в себя эту силу, это торжество жизни.

Это ваша бессмертная суть.

### **Закон изобилия**

Основной закон Вселенной – это *Закон изобилия*. Из рога изобилия можно взять столько, сколько вмещает наше сознание. Вмещает много – возьмем много, вмещает мало – возьмем мало.

Все, что мы собой представляем, и все, что вокруг нас происходит, – результат нашей деятельности и *настроя*. Преобладающий настрой индивидуального сознания бессознательно создает *ментальный и эмоциональный фон*, в котором мы живем. Этот фон незаметен для своего владельца, так как он в нем живет. Вот по этой причине в своем глазу бревна не видно. В соответствии с этим фоном (кармой) один человек собирает негативную картину мира, тогда как другой – позитивную.

Того, кто живет в позитивной картине мира, принято называть *счастливым человеком*. О таком человеке говорят, что у него позитивная карма. Тот человек, который живет в *негативной картине мира* – собирает негативный урожай, и соответственно у него негативная карма.

*Общий бессознательный настрой человека* определяется воспитанием, памятью прошлых воплощений, генетической памятью и определенными условными рефлексам на различные

ситуации, выработавшимися в течение уже данной жизни. *Ментальные конструкции, ставшие бессознательными привычными впечатлениями и привычками, притягивают из пространства по Закону резонанса подобные события, окружение и состояния.*

Мир, который мы вокруг себя собираем, собирается по *матрицевнутренней* схеме нашего сознания (матрицы или машины). Мы – магниты, и все вокруг имеет магнитную природу. Чем сильнее наш *магнитный потенциал*, тем больше событий мы привлечем в свой мир. *Сила нашего магнита называется личной силой, или верой в себя.*

В свой мир человек не может привлечь больше денег, удовольствий или событий, чем его личная сила. Это уже наработанные – автоматические качества сознания.

Человек, живущий в позитивной картине мира, отзывчив, гибок, оптимистичен, целеустремлен, прост и ясен. Его жизненный девиз – *служение ясности, красоте, любви и гармонии.*

*Секрет обладания силой* любыми благами заложен в нашем преобладающем настрое и способе мышления. Осознанно перестраивая и расширяя границы индивидуального сознания, мы способны изменить свою картину мира или создать ту, которую хотим.



Для человека пробужденного – вышедшего из-под гипноза коллективной картины мира, или социальной кармы, – *ясность, любовь, красота и гармония идеализируются.* Такой человек посвящает все, что он делает своей Высшей Природе, а для Бога требуется все делать безупречно. *Подобное служение приближает подвижника к совершенству и делает более живым и осознанным.*

*Бог, или Высшая Сознательная Природа, – это кристальная ясность, любовь, красота и гармония Первоисточника.* Наполненность этим состоянием Вселенной является дыханием Бога, или Святым Духом в христианстве. *Это состояние пронизывает все сущее. Единое Сознание, Бог, Высший Разум, или Дух, это суть одно.*

Все, чего мы ожидаем или хотим, рано или поздно исполняется. Здесь работает закон: многое притягивает еще большее. Справедливо и то, что потери ведут к еще большим потерям. С чем *сонастраивается* наша матрица сознания, то и материализует Высший Разум.

### **Закон развития, или жертвы**

*Ведическая философия построена на знаниях и мудрости великих риши – бессмертных мудрецов, которые изложили правила, по которым надлежит жить людям. Соблюдая и ведая эти истины, человек уходит от неприятностей и страданий. Согласно этим знаниям, люди железного века отягощены неведением и слабо ориентируются в распознавании истины. Для них были составлены специальные наставления и заповеди, автоматическое следование которым создает благоприятное стечение обстоятельств в будущем.*



Основная проблема, мешающая нам осознанно перестраивать свою жизнь, это *сила инерции*. Согласно закону сохранения энергии, каждому действию всегда есть равное противодействие. Любое действие, событие, изменение происходят только тогда, когда наше сознание их уже *способно вместить* в себя. То, что материализуется, – это *зрелая карма*. То, что материализуется, уже есть внутри нас.

Все, чего я достиг во *внутренней садхане*, – это то, что по-настоящему мое. Это мое сокровище – это мой свет ясности. Эту драгоценность так трудно обрести, но так легко потерять. Стоит только потерять бдительность, как несовершенная природа моего эго по инерции увлечет меня вниз. Собственно, мои *заслуги* есть та духовная защита от влияния тонкоматериальных существ и паразитов невидимого мира, которые только и ждут от меня падения. Конечно, мир наполнен миллиардами ангелических существ, буддами и бодхисатвами, но они помогают нам лишь тогда, когда мы делаем шаги в их сторону. О *сновной закон космоса* – не мешать! Не мешать получать свои уроки.

*За все требуется платить*. И здесь очень важен для понимания *Закон жертвы*. Закон жертвы еще называют *Законом развития*. К нему можно отнести и *Закон десятины*. Прежде чем что-либо получить требуется что-то отдать. Закон десятины предусматривает частичную оплату своих кармических долгов через добровольное служение миру.

К осознанию этих истин еще необходима готовность. Все происходит в меру понимания на данный момент времени и *внутренней готовности* к преобразованиям. Если я уже осознаю, что не надо так поступать, например обижаться, но еще не могу справиться со своими эмоциями, это может породить чувство вины и усугублять мои страдания. Внутренняя готовность к чему-то новому или преобразованию старого отстраивается не сразу. Интенсивность кармы или внутренние сопротивления изменениям зачастую перевешивают по силе волю и потенцию к освобождению.

Если я, жертвуя для мира нечто, допущу сомнение, закон жертвы не работает. Я зря старался и лишь сильнее привязал себя к стихии жадности. Но еще лучше, чтобы никто не пришел и не потребовал мой долг; важнее, чтобы я сам пришел и предвосхитил требования. А вот с этим бывают большие проблемы. Важно и здесь понимание меры разумной достаточности. Чтобы и карму закрыть, и на хлебников не вырастить. Бывает и так, что нам дают, а мы не можем принять – нет права брать или нечем. Зачастую один человек любит, а другой терпит его любовь.

### **Памятка**

1. Жизнь – это контроль. Осознанность – это щит, а медитация – меч. Тот, кто не контролирует свои эмоции и мысли, обрекает себя на страдания. Теряются ясность и понимание происходящего. Потеря понимания приводит к увеличению тревожности и потере веры в

созидательные силы Вселенной.

2. Тот, кто отдает управление своей жизнью в чужие руки – обречен на вторые роли.

3. Сила сконцентрирована не снаружи, а изнутри нашего сознания. Если внутри нас гармония и порядок, то и снаружи – гармония и порядок.

4. Гармония во внешнем мире определяется нашей способностью контролировать эмоции и мысли и умением направлять их в созидательное русло.

5. Жизнь – это постоянное засеивание поля бессознательного (мыслеобразами) – новыми мечтами, идеями, ожиданиями, надеждами и – одновременно – прорастание и сбор урожая прошлого.

6. Без четкого понимания, чего же я хочу, поле жизни засеивается семенами неясных ожиданий, смутных надежд и иллюзорных результатов.

7. Страданий можно избежать, лишь генерируя в себе оптимизм, смелость, надежду, энтузиазм, ясные цели, доверие и веру. Опора на перечисленные качества позволит обрести ясность ума, полет фантазии, веру в свои силы и практические навыки для осуществления своей мечты.

#### Глава 4. Физика перемен



...

*Как выкорчевать дерево ума? Постоянными размышлениями о собственной истинной природе: «Кто я?». Такие размышления – это огонь, в котором полностью сгорает семя и корни дерева, известного как «ум»... Я – есть чистое блаженство совершенной свободы. Я есть изначальная жизнь в вечности. Я есть вечный свет бессмертной истины. Я есть сущность всеобъемлющей беспредельности. Я единое дыхание всей природы. Я вечность, бессмертие и бесконечность. Я один без другого, единое всё и всё во всем. Я есть наитончайшее из наитончайшего и воплощение самой недвойственности. Я сияю в солнце, луне, звездах и во всей Вселенной. Я сияющее Солнце солнц.*

*Я кристально чистый свет в солнце и девственная чистота в луне. Я мерцающее сияние в звезде и поддерживающий принцип гармонии в мироздании. Я весь во всем – луне, звездах и целом космосе. Поистине я сам Брахман, неизменный. Я живой океан экстатического восторга, неистово врывающийся и вздымающийся, проносящийся бурей и умиротворяющий землю и небеса. Одну за другой я постоянно посылаю эти волны невыразимого экстаза в мир, тонущий в хаосе разрушительных мыслей...*

Если вам повезло и у вас большие духовные заслуги по прошлым воплощениям, ваш гуру найдет вас. Но не обольщайтесь – это может быть начальник, ваша жена или ребенок. На каждом этапе вашего обучения гуру будет менять лицо. Он подведет вас к границе того, что вы способны вынести, и даже за предел ваших возможностей, чтобы заставить идти еще дальше. Он подвергнет вас таким испытаниям и до тех пор, пока вы не решите, что больше не в силах выносить этого издевательства. Но это и есть стоящая работа, так как по завершению ее вы проникнетесь вкусом к тому, что вечно, но не имеет ценности для этого временного мира.

В этом хитросплетении причинно-следственных связей (*рнанубандхан*) и разблокировке все новой кармы, скучать вряд ли получится. Здесь все гуру: животные, ребенок, каждый встречный человек, каждое событие. *Все есть знаки о нас самих*. И в каждом из них проявлена *Пракрити – Мать*. Весь мир и все существа – это Мать, которая меня создала, любит и бережет.

Внутри каждого человека есть связь с *Первоисточником*, а значит, и различие Истины. Истина – это то, что не требует доказательств. Ты просто знаешь, а откуда знаешь, не знаешь. Это знание настолько естественно и неоспоримо, что не нуждается ни в каких доказательствах. Понимание Истины приходит с очищением сознания от путаницы ума и отвлечением его на несущественные вещи. Эталон знаний вмонтирован в каждого человека, и к нему можно прорваться. «Царствие Небесное силой берется». Обретение *внутреннего учителя* это возможность получать информацию напрямую из Первоисточника.

От гуру требуется совершить всего три вещи. Первое – *убить подвижника* удалить его от бессмысленного неосознанного существования. Второе – *содрать с тела кожу* устранить причины омрачений, стереть все бесчисленные рождения, оставившие след, а также растоптать ложную индивидуальность. Третье – *предать тело и сознание огню трансформации*, чтобы приготовить вкусное блюдо – просветленное существо.

*Моя цель в этой жизни не бороться со своими желаниями и не уничтожать свое тело и индивидуальность. Моя задача – развить свою индивидуальность до неограниченной самоограничениями (кармой) личности. Это мой путь через реализацию своего образа жизни, своей роли в игре, своих истинных желаний. Мои желания рождаются в том месте и том количестве, где я еще не познал себя. Как только я наигрался – желание отбрасывается – роль выучена. Повторы неинтересны.*

### **Природа ума**

Вдоволь настрадавшись и набив синяков и шишек, человек пробует как-то из-под этого выбраться. В природе есть структура, а не принцип – мертвый ум. *Думание* есть подтверждение. Ум не слышит реальность. Реальность воспринимается через *восприятие*. Требуется развивать не ум, а *слушание и слышание*. Восприятие в чистом виде есть реальность. *Свидетель* это природа ума. *Понимание* функция ума. Задача практикующего – из ума сделать союзника в развитии чувствительности или сверхчувственного восприятия (слышания). Для слышания своей сверхчувственной природы важна особая утонченность.



Чтобы ум стал союзником, а не обезьяной с гранатой, сознание человека требуется очистить от ментальных и эмоционально-чувственных шлаков (тенденций и привычек обижаться, во всем искать подвох, излишне во всем сомневаться, спорить и т.д.). И вот здесь важны системные методы работы над собой. На Востоке способы очищения сознания называют *Бодхициттой*. Где *Бодхиум*, а *читтасознание*.

Они подразумевают:

- *не делать*(самадхи) – я на территории свидетеля;
- *делать противоположное карме*, для ее нейтрализации;
- *объекты и субъекты человека уже не цепляют*– это выход из западаний.И вот здесь важно понять, где же наше я. Я – это то, что не я. *У чистого сознания нет качеств – это я.*Есть лишь тенденции, по которым мы стираем или накручиваем карму. Следует создавать тенденции к самопознанию и не западать на своих несовершенствах.

### **Законы внутренней и внешней чистоты**

Законы внутренней чистоты подразумевают борьбу с отрицательными привычками, или внутренними демонами. Они включают в себя контроль чистоты помыслов, эмоций и чувств. Прежде всего это запрет: на ложь, сквернословие, негативные мысли, самокритику и просто критику, самоедство, желание спорить и доказывать истину, желание обижать и обижаться, утверждать и самоутверждаться, присваивать чужое (даже в мыслях), завидовать, льстить.

Прежде чем принимать лекарство, больной должен скрупулезно изучить инструкцию по его применению. Другими словами, *проявить бдительность*. То, что все люди однозначно больны, сомневаться не приходится. Найдите хоть одного человека на этой Земле, кто не был бы больным. Для этого лишь внимательно присмотритесь к тому, чем люди занимаются.

Как уже было сказано, в основе всех страданий лежат желания. Даже наше физическое тело есть продукт желаний разума. До принятия духовного лекарства важно применять профилактические меры контроля ума. Они будут включать в себя *надлежащие действия* или *бездействия*, при помощи которых мы будем стремиться не накапливать проблем. Речь идет о внешней и внутренней чистоте, или некой безупречности. Это прежде всего *правила Ямы* и *Ниямы*. Что они собой подразумевают?

*Яма*в индуизме бог смерти. Правила Ямы просты: все, что мы делаем по привычке (неосознанно) и все, что приводит нас к разрушению, следует отбросить. Все, на чем мы заикливаемся или к чему жестко привязаны – нас будет разрушать. Следовательно, мы должны побороть в себе страсти и дурные привычки: обижаться, агрессивно защищаться, отдавать управление своей жизнью в другие руки, лениться, ожидать, что кто-то возьмет за нас ответственность, чувствовать себя неуверенно, экономить на себе и других, впадать в

невежество, бояться и чувствовать себя виноватым.

*Жизнь – это строгое соблюдение правил против западаний.* Они достигаются ясным осознанием и внешним обетом. Я понимаю, что вот это я больше не буду делать никогда.

*Ямав* индуистской мифологии был первым человеком, который умер, впоследствии став богом царства мертвых. Он встречает души умерших людей, попавших в царство смерти, и ведет каждую душу в специально отведенное ей место. Пять правил Ямы – это предостережения и указания людям, каких действий и внутренних состояний следует опасаться и избегать, если они хотят хорошо прожить свою жизнь.

Правила Ямы являются аналогами смертных грехов в христианстве. Любая религиозная и духовная традиция говорит об этих же правилах, указывая людям путь к счастливой жизни.

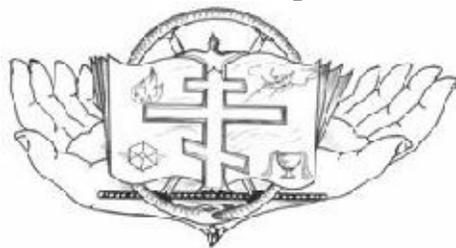
- *Правило первое – «ахимса» [6] запрет на причинение вреда, насилие, убийство.*
- *Правило второе – «брахмачарья» – воздержанность и умеренность во всех проявлениях, особенно это касается чувственных удовольствий.*
- *Правило третье – «астея» – неворовство, запрет на присвоение чужого.*
- *Правило четвертое – «сатья» – искренность и правдивость по отношению к себе и к другим людям.*
- *Правило пятое – «апариграха» – непринятие даров, необладание, запрет на желание обладать.*

Правила Ниямы. Это, наоборот, указания человеку на то, что следует включить в свою жизнь, каких правил придерживаться, как строить внутреннюю систему ценностей.

- *Правило первое – «шауча» – соблюдение внешней и внутренней чистоты.*
- *Правило второе – «сантоша» – удовлетворенность; довольство тем, что есть; пренебрежение к неудобствам любого рода.*
- *Правило третье – «тапас» – самодисциплина, накопление внутренней энергии и направление ее к высшему.*
- *Правило четвертое – «свадхияя» – постоянное самообразование, самообучение; развитие ума, интеллекта; поиск новых знаний.*
- *Правило пятое – «Ишвара пранидхана» – посвящение себя и своих дел Богу.*

### **Лекарства по преодолению неведения**

Рассматривая предшествующий материал, мы плавно подошли к извечному вопросу: «Что делать? Что делать, чтобы совершенствоваться и не сбиться с истинной дороги?» Все духовные пути можно свести к трем основным действиям.



- Чтение Священных Писаний и духовной литературы, а также пребывание в обществе духовных людей – мягкое лекарство от неведения и омрачения. Это 50 % успеха.
- Тантра, йога или самопознание – это то, что не находится на территории ума (думания). Йога – это мягкое лекарство по преодолению тупости (неведения). Это 25 % успеха.
- Аскетизм и ритритные практики – жесткое лекарство. Это 25 % успеха.

Читать священные тексты вовсе не значит, что у читающего есть понимание. Но если вы их читаете, то обязательно обнаружите место, которое объяснит вам, где вы заблудились. Для понимания текстов требуется духовный опыт или сверхчувственное знание.

Без пробуждения Кундалини нет духовного развития. Само духовное развитие начинается с

соблюдения законов Ямы и Ниямы. Это практика на всю и многие другие жизни. Она базовая. Она доступна и необходима абсолютно всем людям и проявляется через совесть. Мы всегда знаем, что делать следует, а что нет. Что мешает совместному веданию и служит Целому во вред, а что нет. Этому нет смысла обучать.

Совместная весть (совесть) доносит до нас правила игры. Другое дело, что люди в основном не верят в себя и тем обманывают себя. Вот здесь важно договориться с собой, а что я уже больше не желаю, чтобы со мною происходило. Я принимаю обеты внешней и внутренней чистоты и отказываюсь от действий, ведущих меня на кладбище. Отказываюсь от вредных привычек, бессмысленного времяпровождения, дурных поступков и мыслей. Это – внешние правила от западаний. Далее я ищу своих внутренних демонов: духовную лень, жадность, ограниченность, страх перемен. Методом обуздания ума (желаний, эмоций и чувств) я устремляюсь к совершенству.

Это очень простые и понятные правила. Самое интересное то, что многие люди интуитивно, на подсознательном уровне, понимают их, и если задаться вопросом о причинах этого внутреннего закона, почти все говорят, что так поступать нехорошо, не по-человечески, и чувствуют, что нарушение этих правил таит в себе какую-то опасность.

### **Заливка**

Собственно это то, с чего желательно стартовать в любых духовных практиках.

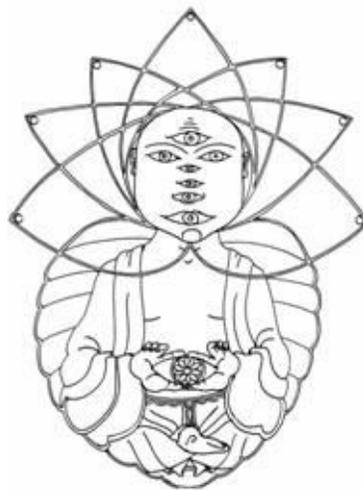
Встаньте прямо, ступни параллельны и расставлены на ширину плеч, колени чуть согнуты, спина прямая, руки свободно висят вдоль туловища. Подбородок немного оттянут вниз, шея тянется в сторону макушки головы, глаза закрыты, взгляд направлен во внутреннее пространство.

Далее полем сознания начинаем выравнивать между собой внутреннюю плотность левой и правой сторон тела. Плотность будет определяться субъективно. Первое, что человек обнаруживает, это то, что одна сторона тела легче, чем другая. Задача – своим полем сознания уравновесить левую и правую сторону. Это называется заливкой, хотя до заливки еще далеко. В это время ваше сознание должно контролировать весь процесс со стороны затылочного родничка. Собственно, из этой позиции мы можем воспринимать мир сразу всем телом, а не его частями.

Следующее, что потребуется сделать, это выровнять по плотности верх и низ. Далее – переднюю и заднюю стороны. Ваша работа приведет к удивительному балансу всех видов энергий и информации в организме. *Эффект.* Это и есть уравнивание ума! В это время наступает автоматическое состояние умиротворения, так как все сознательно сбалансировано и находится под контролем ума.

Вас не будут дергать эмоции и мысли о необходимости куда-то бежать и что-то доказывать. Тревожность исчезнет как дым. Состояние умиротворения мягко станет перетекать в блаженство. Ум полностью сосредоточится на удержании внутреннего баланса. Далее с человеком практикующим будет происходить примерно следующее: возникнет ощущение растворения границ тела, проявится состояние неземной легкости, безусловной любви и своей целостности. На внутреннем экране произойдет высветление внутреннего пространства до ровного неоновое свечения – своеобразное просветление сознания.

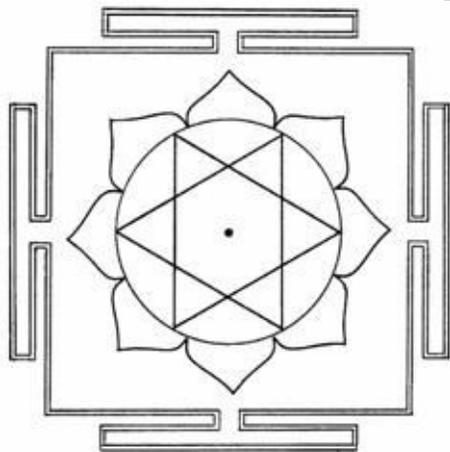
Еще нельзя будет говорить, что человек стал светлым: это лишь временное явление, но что человек стал временно *Просветленным* однозначно. В идеале свет будет менять оттенки и приобретет сверкающее бело-бирюзовое свечение невероятной бездонной глубины. В это время практикующий находится на высших центрах сознания. Собственно это и есть любовь Бога к самому себе – своему творению. Она проецируется на все, что нас окружает, и человек теряет



двойственность. Он вспоминает, кто он такой!

### **Сила любви**

Все мы знаем, что *без любви жизнь невозможна*, но мало кто понимает, а что же это такое – *любовь*? Жизнь определяется *общением* обменом идей, чувств и эмоций. Если мы внимательно присмотримся к тому, что происходит на Земле, то *общение – это основное занятие людей*. Общение – это и есть жизнь. Борьба идет за *вниманиесамый* ценный продукт нашей Вселенной. Общение – это театр. У каждого человека есть своя вселенная, которую он материализовал. Мы все маленькие боги в своих вселенных. *Наш образ жизни – это роль в игре в общей мистериине* этом кону. Общась, мы все стремимся обогащать друг друга идеями и расширять просторы своей вселенной. *Это главное правило игры*. Общению мешают страхи, злоба и агрессия.



### **Янтра любви**

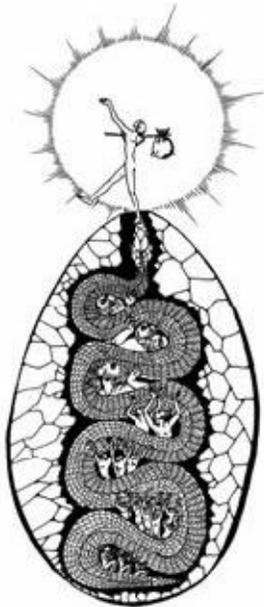
Через общение решается любая задача. Если общение происходит по правилам и с взаимным обогащением, то каждый из участников получает приз – удовольствие. Тогда можно сказать, что реальность участников общения состыковалась к взаимному удовольствию. *Реальность* это соглашение участников игры о ее правилах. Тогда как *действительность* это то, что уже действует и его можно наблюдать. Для любого общения необходимо пространство, или территория расположенности. Любящие люди стремятся сократить пространство между собой до минимума. Следовательно, расположенность – это пространство любви. Общение возникает тогда, когда есть расположенность и соглашение о правилах общения (*реальность*), что дает возможность понимания. Если все три фактора – общение, реальность и расположение – выстраиваются гармонично, то рождается понимание и, как следствие, – *любовь*! Любовь – это творческое отношение человека к человеку. Любовь просто так не приходит. Любви надо учиться!

### **Слом ритмов**

Разотождествление – это один из главных выходов из ловушек ума. Это одна из самых мощных практик дешифровки нашего подсознания. Мы должны сделать то, чего бессознательно боимся и никогда не делали. Я прыгаю с парашютом, чтобы побороть страх уничтожения и высоты. Я иду общаться к тем людям, которых боюсь или позиционирую как своих врагов. Я учусь есть левой рукой, чтобы побороть привычку делать все механически. Я возвращаюсь домой другой улицей. Вместо вилки я использую палочки. Там, где я обижался – я прощаю. Там, где я ограничивал себя, я разрешаю себе. Если мне сложно представить, что еще я могу делать наоборот, я выворачиваю одежду задом наперед и хожу в ней с полным осознанием того, что жизнь бурно меняется, но по моему вызову. Если раньше мой ум фиксировал все мои неудачи и промахи, то я тренирую его видеть во всем позитивную составляющую.

### **Физика перемен**

Все самые потаенные и неосознанные наши желания, природы которых мы даже можем не осознавать, являются мощными инструментами к их материализации.



Любое изменение в нашем сознании происходит либо эволюционно, либо революционно. Изменения – это создание новых инструментов сознания, при помощи которых мы обретаем новые возможности.

Мы не можем уничтожить свое прошлое, но можем не позволять ему обращаться с нами как с куклой, поскольку мы можем менять свое будущее действиями в настоящем.

Новые инструменты и возможности – это более тонкие вибрационные частоты нашего сознания. Чем тоньше вибрация, тем мощнее наш потенциал жизненной силы, а значит, и возможности.

Инструменты сознания действуют автоматически, и их уже не требуется обретать. Для того чтобы более высокая и совершенная частота вибраций сознания стала для нас автоматической, или бессознательной, требуется ее создать, а затем накопить. Иначе говоря, по Павлову, нам требуется создать новый условный рефлекс, или реакцию на те или иные события.

Жизнь – это раскрытие, а не безобразное расползание вширь и вглубь.

### **Тезисы**

Во Вселенной есть только одно Сознание, способное мыслить. Уплотненные мысли, облеченные в образы, создают материальный мир. Человек является частью этого Сознания. Все разумы суть один Разум.

Это Сознание обладает всеведением, всемогуществом и вездесущностью. Оно никогда не

рождалось и не умирало. Именно Сознание дает жизнь всему живому. Поскольку человек является частью этого *Единого Сознания*, то в нем потенциально присутствуют все его качества и свойства.

Способность человека мыслить – это способность воздействовать на разум и проявлять его. *Высший Разум* статичен по своей природе. Мысль – динамическая энергия. Мысль – это вибрация, образующаяся при переходе статической фазы в – динамическую.

Следовательно, *каждая мысль есть причина, а каждое состояние – следствие*. Любая мысль обязана рано или поздно воплотиться в форму.

Понимая вышеизложенное, приходим к выводу, что необходимо контролировать свои мысли, чтобы создавать только нужные нам состояния. Процесс творения картины мира происходит изнутри нашего естества по схемам и чертежам, созданным нашим разумом в прошлом.

*Внутренний мир – это причина, внешний мир – следствие*. Чтобы изменить картину мира, требуется воздействовать не на следствие, а на причину.

\* Рисунки Андрея Страхова, размещенные в книге, сами по себе являются темами к созерцанию, размышлению и источниками сверхчувственной информации пространства. \*\* Основные справочные данные и ссылки взяты из Википедии.

Примечания

1

**Сансара**, точнее – **самсара**(

संसार samsāra санскр. переход, череда перерождений, жизнь) – круговорот рождения и смерти, одно из основных понятий в индийской философии: душа, тонущая в «океане сансары», стремится к освобождению (мокше) и избавлению от результатов своих прошлых действий (кармы), которые являются частью «сети сансары».

2

**Сознание** в йоге – то, чем мы действительно являемся; то, что осознает и разум, и тело. Человек осознает свое тело и способен чувствовать и видеть его предельно ясно. Однако он – не тело, а нечто другое. Также человек осознает свой разум и его деятельность, но он не разум. Согласно философии йоги, наше сознание нельзя смешивать ни с разумом, ни с телом. Сознание есть знание, которое не подразумевает и не требует чего-то или кого-то, кто знает. Расширенное сознание – измененное состояние сознания, выводящее на процессы озарения, просветления, кристальной ясности, благодати. На Востоке эти состояния называют нирваной, сатори, самадхи. Термин «расширение сознания» подразумевает преодоление сверхсознательных и подсознательных программ, граничающих знания, мешающих пониманию сути явлений и получению удовольствия от жизни.

Осознающее сознание – это природа Ясного Света, которая присутствует во всем проявленном и не проявленном мире изначально. Если человек открыл это состояние в себе, то он может выделить его в хаосе всевозможных мыслей, наполняющих наш ум, и сосредоточиться на нем. Тогда мысли обретают удивительную – кристальную – ясность. «Я знаю, но откуда знаю, я не знаю!» Знания, приходящие через осознающее сознание, не нуждаются в проверке или коррекции. Они – сама истина.

3

**Садхана** санскритский термин, которым в индуизме и буддизме называют духовную практику и который также можно перевести как «средство для достижения чего-то». Садхана включает в себя ряд духовных дисциплин различных индуистских и буддийских традиций. Садхане следуют ради достижения разных духовных и ритуальных целей, ради духовного очищения и прогресса в духовной жизни. Целями садханы могут быть достижение духовного

просветления, чистая любовь к Богу, освобождение из цикла сансары, обретение благословения какого-либо божества или формы Бога. Садхана, как правило, заключается в регулярной, ежедневной медитации, повторении мантр (часто с использованием четок), совершении поклонения божеству, проведении жертвоприношений. В определенных учениях, частью садханы может быть самоистязание или совершение определенных практик в местах кремации умерших. В индуизме и буддизме садханой занимаются под руководством гуру. В некоторых традициях получение от гуру духовного посвящения является одной из стадий садханы. С другой стороны, часто садхану практикуют без особого руководства, индивидуально и без участия в каких-либо религиозных группах. Человека, посвятившего себя садхане, называют термином «садхака» (мужчину) или «садхвика» (женщину). Этот термин близок по значению с такими словами, как «йог» и «йогиня».

4

**Тамас**(санскр.), или **тамо-гуна**гуна невежества. Одна из трех гун, или качеств материальной природы, в индуизме. Термин также используется в буддизме. Каждая гуна (саттва, раджа, тамас) обладает своими собственными отличительными особенностями и утверждается, что материальный мир состоит из комбинации этих трех гун. Тамас представляет собой самое низшее, негативное, грубое, медленное, или инертное, качество материальной природы, подобное камню или куску земли. В нем отсутствует энергия раджаса и чистота саттвы. Основными характеристиками тамо-гуны являются: тьма, смерть, разрушение, невежество, лень и безумие. Лень имеет отношение к смерти, а невежество – к тьме. Тамас также иногда переводится как «безразличие», которое в определенном контексте считается одним из признаков влияния тамо-гуны.

Тамасу нельзя противостоять тамасом – это возможно сделать с помощью раджаса (действия) и постепенно возвыситься до уровня саттвы. Прямой переход от тамаса к саттве неосуществим.

Результатом влияния тамаса на индивида является деградация в низшие формы жизни в круговороте рождения и смерти – самсаре.

Тамо-гуна – полная противоположность саттва-гуны. В тамо-гуне люди не понимают сути вещей. Человек в тамо-гуне очень ленив и совсем не интересуется духовной жизнью. Он лишен активности, присущей раджа-гуне. Такой человек спит больше, чем необходимо. Утверждается, что для функционирования здорового организма достаточно шести часов сна, но люди, находящиеся под влиянием тамаса, спят по десять-двенадцать часов в сутки. Такие люди постоянно подавлены. Они привязаны к интоксикациям и сну. Любая деятельность, которой они заняты, не приносит блага ни им, ни окружающим.

5

**Кундалини** означает «свернутый кольцом», «свернутый в форме змеи», также «локон возлюбленного». С Кундалини связано эзотерическое представление об определенном рода энергии, сосредоточенной в основании позвоночника. Существуют различные методы и практики, цель которых «пробудить змею», осуществив подъем энергии по позвоночнику.

Из опыта древней и сакральной йоги пробуждение Кундалини может произойти в результате духовной практики восточных традиций. В представлениях западного оккультизма пробуждение Кундалини может вызвать сильный психологический шок, состояния влюбленности или медитации – психологической работы над собой. Особенное значение Кундалини придается в индуистской тантре.

6

**Ахимса**(санскр.) – поведение и образ действий, при которых первым требованием является ненападение вреда – ненасилие. Ахимса определяется как поведение, ведущее к уменьшению зла

в мире, поведение, направленное против самого зла, а не против людей, его творящих (отсутствие ненависти).

Ахимса состоит в неубиении, ненасилии, непричинении вреда всему живому (людям, животным, растениям) никогда и никаким образом – ни мыслью, ни словом, ни делом.