

Крийя-йога. Суами [filosoff.org](http://filosoff.org)  
Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке  
<http://filosoff.org/> Приятного чтения!

Крийя-йога. Суами.

## ГЛАВА 1 КРИЙЯ ЙОГА

Крийя йога есть предварительная ступень Йоги, через которую ученику необходимо пройти для изучения и практикования более высоких разветвлений Религии Мудрости.

Религия Запада придает обычно больше значения некоторым действиям, мыслям и желаниям как признакам нравственности и старается глубоко вкоренить в душу молодых учеников этику и нравственность. Грех, как его понимают на Западе, не признается в Восточных Учениях.

Всемирный Дух – это все доброе, истинное и прекрасное, а раз мы – проявления Бога, то, изучая Религию, должны проявлять доброту, истину и красоту в повседневной жизни. Моральный кодекс Расы определяется степенью ее Духовного развития.

Среди некоторых африканских племен убийство врагов считается весьма нравственным поступком, заслуживающим уважение и почет всего племени. То же действие, совершенное в цивилизованной стране, являлось бы преступлением, караемым часто смертной казнью и, безусловно, порицаемым обществом.

Однако же Крийя Йога не касается морали в этом смысле. Нравственность, как таковая, для Крийя Йоги не существует. Он совершает некоторые поступки, потому что они помогают ему достигнуть духовного единения с Универсальным Духом, и он удерживается от тех поступков, которые могли бы препятствовать духовному развитию.

Существуют два рода Йогов: Йоги Правого Пути и Йоги Левого Пути. Оба эти учения имеют много общего, но в то время, как Йог Левого Пути не ел бы мяса, потому что это препятствовало бы ему в развитии Оккультной Силы, Йог Правого пути не стал бы есть мяса не только в силу учения,

но из сознания, что убийство животных ради питания связано со страданием и является жестокостью. Действие в обоих случаях одно и то же, но мотивы различны.

Крийя Йога является разветвлением философии Йогов, обращающим особое внимание на развитие характера.

Ученик должен помнить, что между характером и репутацией существует огромная разница. Репутация есть то представление, которое сложилось о вас у других людей, то, что о-вас думают; характер: это действительно вы сами.

Всякая религия Мира предъявляет свои права на признание ее универсальности, но при изучении каждой религии мы увидим, что она не содержит Всей Истины, а выражает лишь небольшую часть этого основного Принципа.

Так же как солнце отражается во многих лужах, так и Истина отражается во многих Религиях. В мире ошибочно привыкли принимать отражение за действительность – искать тень, а не сущность. Лишь достигнув психической и духовной свободы, человек сможет понять огромное значение, кроющееся в силе положительного мышления, от которой всецело зависит создание характера.

Характер является разменной монетой Духовного Мира.

Американский индейский начальник, имевший замечательную коллекцию бус Вампума, однажды зашел в магазин автомобилей и заявил продавцу, что желает купить себе автомобиль. Продавец сообщил ему стоимость машины в долларах, но начальник индейцев предложил ему свои бусы Вампума, утверждая, что они являются разменной монетой его племени. "Это возможно, – возразил продавец, – но это не есть разменная монета этого государства".

Духовную Силу нельзя приобрести за золото и серебро. Можно быть богатым по мирским понятиям и все же, вступая в Духовную жизнь, при отсутствии характера оказаться беднее самого бедного нищего.

Наши взгляды на Грех и Добродетель подлежат пересмотру. Религия имеет лишь тогда действительную ценность, когда ее можно применить к проблемам повседневной жизни. Мы проводим большую часть времени дома, на заводе, в мастерской, в школе, на улице. Наш характер образуется при помощи мыслей, сосредоточивающихся на обычных жизненных обязанностях, так как мысли это кирпичи, при помощи которых мы создаем Духовную атмосферу; в нашей будущей жизни она будет храмом, в котором Душа сможет проявлять доброту, истину и красоту, или же темницей, в которой Душа принуждена будет признать сделанные ею в земной жизни ошибки и необходимость Духовного Просвещения.

Мы должны всегда помнить, что Мысли суть реальные сущности, обладающие материальной вещественностью; они могут быть взвешены, сфотографированы и вымерены при помощи соответственно тонко построенных научных приборов.

Религия нам необходима при любом жизненном шаге, она представляет из себя итог наших идей и взглядов о высшей силе всего мира – о Боге. Для того чтобы извлечь пользу из Религии, ученик должен сначала добиться

определенных фактов, которые могли бы служить основой его знаний, при помощи опытов и изучения. В этом мире весьма трудно достичь уверенности в чем-нибудь. Лишь в одном мы можем быть вполне и совершенно уверены, лишь одно не подлежит сомнению, и это одно можно выразить в двух словах: Я есмь.

Наивысший идеал всякого человека называется: "Бог".

У святого или грешника, у невежды или ученого, у мужчины или женщины, у дикого или цивилизованного, - у всех высший идеал это Бог. Во всех расах, при всякой степени цивилизации проявляется и всегда проявлялось стремление выделить то, что относится к Духовным потребностям человека, и окружить это теорией и догматами, создавая таким образом на время Религию того Века.

По мере того как человек развивается духовно и достигает более совершенного мирозерцания, меняется и его взгляд на Религию, и его понятие о Боге становится более духовным.

В самом начале истории Религии человек создавал себе понятие о Боге, основываясь на происшествиях повседневной жизни; он представлял себе Бога почти таким же, каким он был сам, наделял его чувством мести и всякими людскими стремлениями.

Бог таких народов был не намного лучше прославленного дикого вождя.

В религиозных писаниях всех народов можно проследить эволюцию их религиозных понятий: сначала люди представляли себе Бога наподобие человека, преисполненного злобы и мести, затем они перешли к более Духовному представлению и в конце концов восприняли понятие о Боге как о Духовной Силе.

При разумном изучении великой истины философии Йогов нам пришлось бы изменить наши понятия о Боге.

Сколько бы ни рассуждали о религии, это не поможет человечеству постичь суть ее, - этого можно достигнуть лишь духовным развитием. Беда в том, что люди так заняты указанием другим людям на то, что есть добро и что есть зло, и на то, что им следует делать и что не следует, что не успевают сами следовать своим собственным советам.

"Занимаясь делами всех, сам не сделаешь ничего".

Изучающему Крийя Йогу будет трудно, даже почти невозможно продвинуться, пока он не научится нести личную ответственность за все свои мысли, желания и действия. Ему придется отказаться от многого, что считается необходимым для светского человека, и принять много такого, что порицается в свете. Ему придется сделать выбор: придерживаться ли одобрения света, порождающего Духовную летаргию, или порицания света, связанного с Духовным озарением.

Тот, кто серьезно относится к Крийя Йоге, не испугается светского порицания и не станет беспокоиться, если его репутация в свете пострадает. Каждой душе придется вступить на Путь, ведущий к Мудрости. Каждой душе придется перенести горькие страдания отречения, так как каждый из нас проходит через собственную Гефсиманию; мы должны выбрать между Миром и Духом, так как мы не можем обладать обоими

Все учение Крийя Йоги можно выразить одним словом - "подготовка". Крийя Йог стремится лишь к одному: стать хорошим человеком, но это надо понимать в гораздо более широком смысле, чем это обычно делается миром.

Поневоле стремишься представить себе какой-нибудь идеал; разница между Крийя Йогом и светским человеком там, что последний представляет себе идеалы согласно понятиям общества, а Крийя Йог видит в Боге идеал и ту действительность, которая является нескончаемым источником вдохновения. Раз ученик решил изучить основные Правила Жизни, включенные в философию Йогов, он должен научиться распознавать то, что способствует развитию Духовного Сознания, и то, что доставляет лишь удовольствие.

По понятиям философии Йогов, доброта не означает светскую, отрицательную доброту. Быть хорошим и добрым, по понятиям Йога, значит: быть верным своему высшему я, выражать это высшее я в красоте, видеть во всем звено, соединяющее человека с Богом и всю жизнь в единое универсальное Братство.

Красота включает в себя, по понятиям Йогов, не только искусство во всех его видах, но распространяется и на все фазы и формы жизни. Крийя Йог видит добро во всех проявлениях жизни, и даже то, что обыкновенным людям кажется отталкивающим, есть для Крийя Йога лишь признак той великой борьбы, которая происходит во всей Природе между Эволюцией и Неоформленностью жизни. Тот, кто вступил на Путь Мудрости, уже не может остановиться. Он должен идти вперед, по направлению к более высокому и совершенному развитию, чем то, которого он уже достиг, или же он должен употребить приобретенные им силы на преграждение другим пути к озарению; тем самым он становится учеником Левого Пути: Черным Магом.

Наилучшим доказательством пользы, приносимой религией человеку, служит то самое, что религия подсказывает ему делать в услугу ближнему. Доброта, Истина и Красота составляют все три стороны треугольника Духовной Жизни. Доброта должна быть деятельной и бескорыстной. Истина должна быть

внутренней, настоящей – Истиной ради Истины, а Красота должна включать в себя и Доброту, и Истину.

Истинная Красота всегда выражает Божественное. Высшая форма Красоты получается из расцвета Души.

При изучении Наук, Искусств или Музыки всегда полезно прибегать к помощи книг или компетентного учителя. Так же и при изучении Религии ученику требуется хорошая книга и учитель, который способен вдохновить ученика наивысшими стремлениями. Одним изучением книг невозможно достичь Духовного развития; это мы видим на деле: при применении заученного о Духовном развитии нас постигает неудача. Мы можем правильно и красноречиво рассуждать о Духовных вопросах, но когда приходится жить Духовной жизнью, то нам чего-то недостает; тогда мы замечаем, что нам требуется нечто для овладения Духом, нечто, влияющее своей силой на наши Астральные тела и тем самым отражающееся в благоприятном смысле на нашей повседневной жизни. Такое действие на нас может оказывать лишь другая человеческая Душа, ибо мы еще слишком погружены во все материальное для того, чтобы воспринять помощь универсального Духа.

При нашем продвижении на Духовном Пути мы воспринимаем все больше и больше Божественного Света, но пока мы этого не достигли, нам полезно быть под влиянием другой, уже продвинувшейся, Души. Такая душа, посылающая ученику столь высокие вибрации и оживляющая своим влиянием Духовное сознание, называется "Гуру", а ученик, находящийся под ее влиянием, называется "Чела".

В этой книге ученику будут постепенно назначены ежедневные упражнения для развития Духовного сознания. Следует регулярно применять их, пока ученик не почувствует в себе стремление к продвижению к высшим разветвлениям Йоги.

Следует ежедневно выполнять по одному упражнению и за неделю пройти все семь упражнений. Затем надо практиковать первое упражнение в течение целой недели и таким образом проделать все упражнения в течение семи недель. Затем следует пожертвовать одну неделю на повторение.

#### ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

Уделяйте каждый день один час на размышление об универсальном Духе. Отгоните все материальные мысли и желания и сосредоточьтесь.

Постарайтесь достичь гармонии с Божественным Сознанием. Выберите какое-нибудь место, где бы ничто не мешало вам при упражнении. Если это только возможно, уединитесь в такое место, где окружающее выражает Божественное сознание. Самым идеальным местом для практикования этого упражнения является такое, где имеются деревья и цветы. Если же невозможно уединиться в такое месте, то сядьте в комнате, где бы вам не мешали, и сосредоточьтесь /ваши мысли на тайне Божественной Любви.

Прочтите любую поэму, любой гимн, возбуждающий в вас Духовные чувства и желания.

#### ГЛАВА II ЙАМА

Крийя Йога разделяется на две части: на Йаму и Нийаму. Йама касается моральных качеств, требуемых для изучения и практикования Йоги, а Нийама касается физических качеств, необходимых для продвижения в изучении этого интересного разветвления оккультизма.

Йог задается целью развить свои тайные психические силы для достижения более правильных заключений относительно жизненных фактов Духовной Жизни.

Так же, как и в других разветвлениях Оккультизма, закон притяжения имеет большое значение в Йоге.

Тот, кто хочет узнать истину относительно великих жизненных проблем, должен быть искренен сам с собой.

Мы упомянули о моральных качествах, но ученик должен помнить, что наша мораль основывается на наших взглядах о том, что есть добро и что не есть добро.

Нравственность народа служит доказательством его духовного развития. Среди некоторых диких племен считается храбрым поступком ударить человека по голове и этим убить его, но тот же поступок считался бы в цивилизованной среде преступлением и потому безнравственным.

Действие в обоих случаях одно и то же, но общественная оценка этого действия делает его морально хорошим или плохим.

Чтобы понять основные принципы Йоги, ученик Запада будет принужден значительно изменить свои взгляды на нравственность.

Цивилизация одобряет многое из того, что люди проповедают и поучают о необходимости быть правдивым, но притом эти же люди в повседневной жизни будут лгать раз за разом, причем они уверены, что этого требует вежливость.

Одинаково грешно не только лгать, но и побуждать другого человека ко лжи или одобрять ложь. Истина должна быть безусловна. Всякая мелкая ложь или

даже намерение обмануть, хотя бы и без слов, – это все же ложь и преграждает продвижение на Пути, ведущему к Мудрости.

Искренний человек не пожертвует Истиной ради светской репутации. Он не скажет знакомым: "Как я рад вас видеть", если он не искренно рад этому. Когда человек достигнет того состояния развития, при котором сознание Души распространяется и охватывает Истину ради самой Истины, то цивилизация, как таковая, уже не будет более существовать, потому что цивилизация есть попытка человека стать независимым от Законов Кармы и Природы.

Нам говорят, что "честность есть наилучшая политика", но для Йога честность не есть политика и он не считает ее добродетелью. Для него это следствие правильного мышления и нераздельно от Истины, потому что ни один человек не может быть правдивым, если он нечестен.

Первый долг человека – это быть искренним с самим собою. Это есть первое проявление Истины. Достигнув этого, правдивость станет для него необходимостью.

Правдивый человек никогда не признает веры или теории лишь потому, что другой человек ему скажет, что она истинна.

"Наши понятия об Истине развиваются по мере развития Души и достигают совершенного понятия – Неограниченного". По понятиям Йоги, честность не означает лишь того, что человек не станет красть; в ней кроется более глубокий смысл: в оккультных учениях слова "Истина" и "честность" имеют одно и то же значение и относятся к Душе при ее сношениях с другими Душами.

Божественное сознание проявляется во всех формах жизни; в минеральном, растительном, животном и человеческом царствах действует все та же жизненная сила. Йог это постиг, и потому он так же бережно относится к низшим видам жизни, как и к людям, и сознательно не обидит ни одно животное. Приношением вреда какому бы то ни было живому существу или одобрением подобного поступка мы проявляем жестокость.

Многие Йоги обладают сильным влиянием над зверями, потому что они постигли принцип, запрещающий наносить вред живому существу. Укротители змей спокойно могут трогать самых смертельно опасных пресмыкающихся, потому что они посредством практикования невреждения соединились с сознанием животного.

Тот, кто серьезно изучает Крийю йогу, должен приучить себя различать самого себя (духа) от не самого себя (личности, разума и пр.); иначе он никогда не достигнет бескорыстия.

Для Йоги бескорыстие означает нечто высшее, чем великодушие. Это означает полное отречение от всех тех мыслей, желаний и прочее, которые задерживают Духовное продвижение.

В Индии обозначают названием "Санниасин" ту одухотворенную личность, которая, отрекшись от "не самого себя", трудится на благо человечества, не задумываясь вообще о результате своей работы.

Постигнув истину некоторых вещей, Душа по Закону Космической Эволюции, принуждена это выразить, не считаясь с тем, признает или отрицает ли мир проявление такого Божественного сознания.

Йог в постепенном развитии человека, когда его духовное сознание начинает преобладать над животными стремлениями и мыслями, он перестает считаться с мнением света.

Ни одно гениальное человеческое изобретение не принесло человечеству столько пользы, как доброта чистой Души, так как наука и изобретения оживляют ментальные силы человека, но не помогают ему достичь Духовного освобождения.

Духовные способности человека пробуждаются лишь тогда, когда он начинает понимать кое-что из Божественного Плана Жизни.

Не следует считать науку и изобретения самих по себе бесполезными – отнюдь нет. Они необходимы для правильного делания Всемирного Плана. Все на свете имеет свое особое назначение и медленно, но твердо ведет человека к осознанию своей Духовной Природы.

На свете существуют сотни религий, из которых многие считают себя единственно истинной Религией, йог признает лишь одну Религию, а именно Истину. Нет Религии выше Истины. Всякое Религиозное Учение содержит часть Истины, но ни одна Религия не включает в себя всю Истину.

Однажды трое слепых пошли в зоологический сад, и их повели к слону. Один из них приложил руку к боку слона. "О! – воскликнул он, – слон похож на стену". Второй слепой ощупал хобот слона: "Нет, – возразил он, – слон напоминает змею". Третий слепой был поднят слонем высоко в воздух. "Вы ошибаетесь, – сказал он, – слон летает, как птица". Затем они стали пространно рассуждать о том, каков слон, причем каждый упорно защищал свое собственное мнение.

Истина – это проявление Бога; она проявляется в различных видах. У каждой Религии свой собственный взгляд на Истину, который она защищает во

что бы то ни стало, не считаясь с фактом, что всякий вид Истины составляет лишь часть всей Истины. Человек может познать Истину лишь тогда, когда он соберет все различные виды ее и представит ее как единое целое.

Красоту, выражающую сознание Бога, можно найти у всех народов и во всех фазах жизни. Это вовсе не удивительно, если вспомнить, что при понятии о красоте цвет имеет большое значение; как будто человек, не находящийся в своей среде того, что привело бы его в состояние Духовного сознания, старается придумать возможность для преодоления ограничений своей среды.

Потому цвет имеет большое значение во всех странах в повседневной жизни народов. Красота – одна из форм Божественного сознания, а цвет – одна из форм красоты.

Семь цветов Спектра вибрируют в гармонии с семью принципами человека, так что преобладание одного особого цвета в окружении человека имеет прямое воздействие на его Астральное тело.

Для Йога искусство не только удовольствие – ментальная радость, но и центр, откуда он может извлечь вдохновение и символ всего, что в жизни есть хорошего, Истинного и прекрасного. Нужно, чтобы красота стала символом наших идеалов, лишь тогда она становится воплощением Духовных сил и атрибутом Бога.

Многое из того, что на свете считается прекрасным, лишено всякой истинной красоты, а многое, что свет считает некрасивым, является поразительным образцом высшего вида красоты, так как красота составляет одну сторону треугольника жизни; Доброта и Истина составляют две другие стороны.

Без трех сторон треугольник несовершенен. Так же не может быть красоты без Добра и Истины. Красота есть Божественное наследие человека. Призвание художника создавать красоту, так что для Йога Бог является наивысшим художником; Его искусство есть Жизнь, и человек есть торжество совершенства в его созданиях.

Чтобы принести пользу человечеству, Религия должна соединять и содержать в себе Добро, Истину и Красоту: Бог есть совокупность Добра; Природа, проявление Бога, безошибочно истинна, а развившийся человек постоянно стремится к проявлению Красоты.

Цивилизация стремится к Красоте, хотя представление о Красоте у человека, к сожалению, не всегда достигает его высшего идеала; вместо того, чтобы создать то прекрасное, о чем он мечтает, что отражало бы Духовное сознание, он создает лишь искаженный образ своего идеала. Это особенно верно по отношению к основным жизненным действиям.

Йог обязан первым долгом избегать рассуждений. Все споры о Боге и Религии совершенно бесполезны: вместо того, чтобы помочь человеку понять Религию и полюбить Бога, они заполняют его ум маловажными различиями и определениями, которые отнюдь не способствуют разрешению проблем Религии.

Никто никогда не видел Бога, и человечество должно еще очень продвинуться, пока оно достигает озарения, необходимого для того, чтобы познать Бога. Как же люди могут рассуждать о Том, Кого они никогда не видели и Кого они не знают?

Конечно, хорошо молиться Богу, но еще лучше служить Ему, служа человечеству. философия Йогов не имеет представления о Боге как о личном Спасителе. Христианство основано на учении Христа, Магометанство – на учении Магомета.

Буддизм основывается на учении Будды. Но философия Йогов не основывается на личности, ни на Божественной, ни на человеческой. Она основана на Принципах.

На Западе практикование религии вытекает из религиозных учений. На Востоке религиозное учение вытекает из практикования.

Много говорилось и писалось об идолах Индии, а Западные народы были поражены количеством Божественных Символов, встречающихся в Религиях Востока. Такое порицание происходит исключительно из невежества.

На Западе тоже много идолов, но люди не считают их таковыми. Набожный христианин, преклоняющийся перед Распятием; влюбленный, хранящий подарок, полученный от возлюбленной; патриот, отдающий честь перед знаменем своей страны – это все идолопоклонники.

Для христианина Распятие есть Символ жертвоприношения. Оно включает в себя все, что есть лучшего в христианстве. Для влюбленного подарок возлюбленной представляет символ их любви. Для патриота знамя родной страны есть символ всего прекрасного на его родине, это – символ самой родины.

На Востоке изображения, посвященные Религии, считаются символами и служат лишь центром сосредоточения. У философии Йогов нет особого символа и нет догмата веры.

Йоги черпают Истину из многих источников и, таким образом, не затемняют

свой разум предвзятыми понятиями.

При изучении философии йогов ученику следует обращать столько же внимания на практикование, как и на саму философию, потому что постижения одним умом недостаточно. Надо постоянно практиковать, так как Йога, главным образом, учение практики.

#### УПРАЖНЕНИЕ ВТОРОЕ

Сядьте удобно, положив руки на колени и выпрямив позвоночник. Закройте глаза и сидите как можно спокойнее. Выберите себе что-нибудь как точку для концентрации. Для этого вы можете сосредоточить ваше внимание на чем-нибудь духовном или материалом, по желанию: главное, чтобы сосредоточение возбудило в вас духовные чувства. Вы можете избрать душевное качество, например: Доброту, Истину, Красоту или Честность.

Лучше всего начать это упражнение, вообразив себе Духовное Качество, которое вы еще не приобрели. Это поможет вам соединиться с Духовным Сознанием, проникающим Вселенную. Постарайтесь почувствовать Божественное сознание при помощи избранного вами для сосредоточения символа.

Будьте совершенно спокойными во время упражнения и постарайтесь войти в гармонию с Духовными силами, которые вас окружают и охраняют. Помните всегда, что Бог недалеко, даже совсем близко. Бог всегда с вами.

Просите мысленно Универсального Духа использовать вас на служение человечеству. Придерживайтесь этой же мысли в повседневной жизни.

Практикуйте это упражнение не меньше четверти часа и не больше одного часа.

#### ГЛАВА III НИЙАМА

Нийама это та часть Крийи Йоги, которая касается физической подготовки, необходимой при изучении высших разветвлений йоги; без нее ученику не следует вообще изучать йогу, а тем более практиковать различные упражнения других подобных разветвлений.

Физическое тело является проводником, посредством которого проявляются другие принципы человеческого сознания, и как таковой он должен быть чистым и чутким; это относится особенно к нервной системе. Всякая мысль, всякое желание и действие влияют на нервную систему: для того чтобы думать, желать и действовать, мы должны передать эти эмоции из мозга нервной системе и затем мускульной системе.

Ввиду этого необходимо, чтобы физическое тело очистилось, потому что Йог должен быть таким, чтобы его индивидуальность искала Параматму или Универсальное Сознание через тело, ставшее совершенным посредством очищения.

Существуют два рода очищения: физическое и психическое и одно с другим тесно связаны. Физическое очищение является следствием ухода и внимания, уделенного физическому телу, обычной физической чистотой, в то время как психическая чистота означает очищение мысли, желаний и намерений.

Никакие хорошие поступки не помогут ученику добиться венца Духовности, если он не будет бережно и благоговейно охранять свои мысли в глубине души, ибо мысли подобны семенам, посаженным в саду, и если семя плохое, то как же вырастающий из него плод может быть хорошим? При наших стремлениях к достижению очищения мы часто совершаем ту ошибку, что сосредоточиваемся на нечистом, стараемся всеми имеющимися в нашем распоряжении средствами избегать его и этим обращаем внимание именно на то, чего мы не желаем. Закон, однако, таков: чем больше мы на чем-либо сосредоточиваемся, тем более мы это самое привлекаем к себе. Вот почему мы в Индии так осторожны в выборе слов.

Слова - символы, выражающие наши мысли, каждое слово есть символ определенной вещи.

В Восточной Оккультной литературе не употребляются слова, как "злой", "нечистый" и др. Зло есть отсутствие Добра, потому мы говорим: "Добрый и Недобрый, Очищенный и Неочищенный". Этим мы не создаем в уме символов отрицательного свойства.

В Хатха-Йоге (то разветвление йоги, которое касается развития физического тела при помощи психических средств) мы не говорим о болезнях, а прибегаем к выражению "нездоровье". Мы сознаем, что невозможно переделать язык сообразно нашим взглядам в этом отношении, и не желаем прибегать к этому. Все же желательно, чтобы ученик, стремящийся стать Йогом, избирал такие слова, которые выражают лишь положительные понятия. Этим он создает в своем Астральном теле крепкие и положительные силы.

Ученик должен первым делом приучиться к сосредоточению мыслей на качествах и добродетелях, которых он желает достичь. Йог рассуждает так: Параматма - это все Хорошее, истинное и Прекрасное; раз все существующее есть проявление Параматмы, то, значит, все содержит известную долю Добра,

Истины и Красоты.

Ученик, стремящийся к очищению, должен видеть чистоту во всем. Нет ничего нечистого. Неочищение проявляется лишь тогда, когда человек искажает Истину, так что Красота затемняется.

Первая ступень Нийамы - физическая чистота.

Надо перебороть гнев, гордость и половые потребности. Для этого лучше всего сосредоточить внимание на Духовной Природе, присущей каждому человеку, и искать соприкосновения с ней при всяком удобном случае.

Йога самая практическая из всех философий, так как она касается главным образом жизненных фактов, Прежнее понятие о Религии зиждилось на поклонении Богу без всякого понимания даже самых основных начал существования, не считаясь с тем, что пока человек живет на свете и проявляется в физическом теле, он обязан признавать физиологические законы, управляющие физическим бытием, и должен им подчиняться.

Люди слишком часто утверждают, что Пол и Половое учение не относятся к Религии. А притом Пол есть один из жизненных факторов, и Крийя Йога его не только признает, но и придает ему большое значение, потому что половой инстинкт и половое желание есть прямое проявление Бога.

Половая энергия проявляется на трех планах - на физическом, ментальном и духовном. Поэт, художник, композитор пользуется этой энергией, чтобы творить на ментальном плане, в то время как ясновидящий, пророк и Йог применяют эту энергию на духовном плане.

Существуют известные психические законы, управляющие претворением половой энергии в психическую силу.

Это подробно разбирается в Райя Йоге, представляющую из себя то разветвление йоги, которое касается Духовного развития человека при помощи психики.

Все - добро, раз все сотворено Богом. Лишь человеческое искажение приводит к "недоброму".

Йог старается возвыситься над ограничениями физического тела посредством упражнений, приводящих к равномерному развитию физических, ментальных и психических энергий. Добрая половина всех мирских невзгод происходит оттого, что люди не развиваются по направлениям, дающим им возможность трудиться одновременно на трех планах бытия.

Одностороннее развитие задерживает течение всего развития.

Цель йога - совершенство, но такое стремление к совершенству не следует смешивать с мирским эгоизмом. Стремление к совершенству хорошо лишь тогда, когда конечной целью его является желание оказать большую помощь человечеству.

Жизнь есть длинный путь, ведущий к Посвящению. Безрассудный человек играет среди цветов, растущих вдоль пути. Мудрый человек упорно шагает вперед, обращая свой взор на звезду Посвящения, представляющую символ конца Пути - цели людских достижений. Изучающий йогу должен забыть понятие о личности: таков закон духовного продвижения, что человек лишь тогда достигает Духовного, когда он отрекся от мирского. Человеческие стремления, чувства и мысли сами по себе не вредны. Но если они вибрируют так, что завладевают умом, то они уже не обслуживают Духовную природу человека.

Всякая попытка изучать Йогу, обращая внимание исключительно на теорию ее учения, окажется неудачной.

Человек может прочесть все книги, хранящиеся в Британском музее, - если он только проживет достаточно долго - и все же остаться необразованным. При всяком изучении предполагается известная доля добросовестной вдумчивости в суть его.

При оккультизме недостаточно одной вдумчивости. Ученик должен применять то, что он познал. Чтением книг, касающихся физической культуры или различного рода спорта, человек не приобретет опытности по этой части. Это физическое учение и требует физического применения. Чтением учебника по математике не станешь математиком; для составления и решения задач требуется известная доля ментального упражнения.

Так и при Йоге, ученик обязан не только читать философию, но и практиковать с целью достичь Психических способностей, которые принесут ему великую пользу при его Духовном развитии.

При изучении йоги ученик вначале должен будет преодолеть многие затруднения; лишь упорные старания помогут ему их осилить. Тот, кто хочет стать Йогом, должен проникнуться убеждением, что ему необходимо физическое очищение.

Крийя Йога есть подготовительная ступень Йоги, ведущая к высшим разветвлениям, без основательного изучения которых продвижение было бы невозможно.

Существуют определенные правила, соблюдение которых обязательно. Существуют некоторые ограничения, налагаемые на "чела", которые хоть и

кажутся излишними, основаны на известных Оккультных фактах.

Всякий вид алкоголя строго воспрещается, потому что алкоголь разрушает нежные ткани нервов и производит нездоровье, вредящее продвижению. Употребление алкоголя возбуждает вибрации, понижающие темп вибрации Астрального тела, что противоречит цели Йоги, стремящегося ускорить Астральные вибрации.

Мы бы не хотели, чтобы читатель считал, что мы порицаем алкоголь. Ничто на свете не бесполезно. Мы лишь указываем, что Алкоголь не требуется при обучении "чела".

Также строго воспрещается потребление табака в каком бы то ни было виде. Курение считается пороком, Индусы ему редко предаются.

Каждый человек окружен тонкой паутиной эфирной ткани, называемой Астральной Паутиной: она охраняет человека от постороннего влияния и служит психическим щитом. От действия табака эта паутина грубеет; развитой человек окружен тонкой, крепкой паутиной. Чем более материален человек, тем толще и грубее его Астральная Паутина. Чем толще она делается, тем хрупче она становится: надо помнить, что Астральная сущность как раз противоположна физической материи.

Постоянное потребление табака приводит к тому, что Астральная Паутина ломается, и через образовавшиеся отверстия могут проникнуть извне низшие существа и пробраться в ум и тело человека.

"Чела" не смеет питаться мясом по двум причинам: мясная пища возбуждает вибрации животного Астрального тела, так что потребитель мяса вводит в свое Астральное тело страх, ярость и желания животного сознания. Вторая причина этого запрета та, что Йог предпочитает из чувства гуманности вовсе не убивать животных для питания.

Ученику внушают чувство глубокого уважения ко всему, что относится к полу. Кроме того, ученик должен посвятить свою половую силу Шиве, обещая создавать лишь добро, истину и красоту. Йог считает половой акт прямой просьбой, обращенной к Универсальному Духу о воплощении другой Души и смотрит на самый акт как на способ снабжения воплощающейся души физическим телом. Впоследствии "чела" возвысится над разделением пола, он постигнет, что у Души нет пола.

Следует еще отметить, что философия йогов содержит Тайное Учение о Поле, которое преподается лишь тому, кто доказал физически, ментально и духовно, что он в состоянии оценить и применять эти познания.

#### УПРАЖНЕНИЕ ТРЕТЬЕ

Сокращайте постепенно количество потребляемого вами мяса, заменяя его впоследствии всецело иным родом питания.

От алкоголя можно отказаться при помощи Силы Воли и решимости. Порешите не потреблять алкоголь ни под каким видом и подкрепите ваше решение Силой Воли.

Потребление табака можно прекращать постепенно, уменьшая потребляемое количество, пока вы не сможете отказаться от него совершенно, но гораздо правильнее, хотя и труднее, порешить, что вы не будете курить, и прибегнуть к Силе Воли так же, как при отказе от алкоголя.

Страстное желание покурить можно осилить постом; если же это трудно провести, то следует есть побольше фруктов, в особенности яблок. Надо помнить, что табак это яд, последствия которого можно лишь постепенно искоренить.

Мятные или кислые средства (например, мятные и кисло-сладкие конфеты) помогают одолеть желание курить; их следует потреблять, пока потребность курения не будет вполне преодолена.

Изучайте физиологию пола по хорошей медицинской книге. Поклоняйтесь Богу, изучая наивысшие жизненные проблемы. Начав практиковать и упражняться, не прекращайте; продолжайте заниматься, пока вы не достигнете желанного результата.

#### ГЛАВА IV ПОКАЯНИЕ

На протяжении всей истории Религии Покаяние имело большое значение. Аскетизм и Религия идут рука об руку; чем больше человек продвигается, чем дальше он ступает по пути, ведущему к Мудрости, тем больше Аскетизма он выявит на Духовном плане.

Философия Йогов, главным образом, аскетична, но существует различие между Аскетизмом и фанатизмом.

О Йоге писалось и говорилось много вымышленного, не основанного на конкретных фактах. Говорят, например, что надо истязать свое тело, чтобы стать йогом. Это не верно. Йог сознает, что его тело ему нужно для эволюции и

что, чем больше он за ним следит и его укрепляет, тем лучше оно сможет



ему служить.

Философия Йогов безусловно признает Покаяние, но Покаяние Йога весьма и весьма отличается от Покаяния фанатика. Неправильно приводить тело в негодное состояние для того, чтобы выдать ошибочное мнение за Истину.

Для Йога Покаяние состоит в добровольно наложенном на себя ограничении или страдании, что не означает обязательно причинение физической боли.

Чтобы принести истинную пользу духовному развитию человека, покаяние должно походить на совершенный грех. Мнение, что Йоги терпят страшные покаянные мучения, создано ошибочно: путешественники, побывавшие в Индии, видели там несколько поразительных феноменов, образующих эзотерическую школу Восточного Оккультизма.

Часть священных обрядов Суфизма (Мистическое Магометанство) состоит в проявлении психических феноменов, которых путешественники с Запада сочли бы за страшнейшие проявления покаяния. При одном обряде неопит (новообращенный) стоит в полукруге, составленном из священнослужителей и Гуру; после пения мантр наступает Молчание.

После долгого созерцания и продолжительных молитв священник, совершающий службу, вооружается жертвенным ножом, которым он пытается нанести новообращенному несколько ран.

Если новообращенный старательно практиковал и умеет применять психическую силу, то он останется невредим; нож не нанесет ему даже царапины, сколько бы священник ни напрягал своей силы.

Вся эта церемония является испытанием психической силы и умения неопита сделать свое тело непроницаемым для телесного повреждения.

Философия Йогов учит, что человек должен побеждать не только свое тело и свой разум, но и свое Астральное тело.

Многие учителя заставляют своих учеников пройти через одно или несколько из четырех испытаний – через Огонь, Землю, Воздух или Воду. При испытании огнем необходимо настолько возвысить вибрации тела, чтобы управление огнем, называемое на Западе медиумизмом, передающимся посредством огненных флюидов, происходило, не нанося физического телу ни малейшего вреда.

Испытание водой ставит в необходимость проявлять способность настолько изменить вибрации тела, чтобы оно могло с полной безопасностью двигаться по поверхности воды.

Испытание воздухом требует способности покорять Духов Мрака (тех, которые применяют оккультные знания и силы для личных целей; недоразвитые Духи и другие).

Испытание землей ставит в необходимость управлять вибрациями "жизни, исходящей из земли", растительного царства. При концентрации психической силы на некоторых семенах можно значительно ускорить прорастание.

Каждое из этих испытаний служит для проверки успехов ученика в практиковании Раджа Йоги. Высшая цель Раджа Йога: быть в состоянии выдержать эти испытания.

Многое из того, что на Западе называют "Покаяние индусов", вовсе не настоящее покаяние, а только проявление психических феноменов.

Основы Покаяния следующие:

1. Покаяние добровольно принимается и исполняется.
2. Оно должно иметь отношение к совершенному преступлению.
3. Оно должно помочь ученику управлять и победить желания низшего свойства.
4. Оно не должно наносить серьезного вреда физическому телу или сделать его неспособным к труду.
5. Оно должно быть выполнено благовейно, искренно, с полным сознанием его святости.

Не обсуждайте предпринимаемого вами покаяния с другими лицами. Считайте его священным и тайным. Оно касается лишь вас и вашего Гуру или, если у вас нет Гуру, вас и Бога.

Во главе о Нийаме мы коснулись некоторых ограничений, свойственных практикованию Крийя Йоги. Их можно причислить к покаяниям, так как они соответствуют основам Покаяния. Если вы злоупотребляете алкоголем и этим наносите вред вашему телу, то вы грешите, то есть – вы задерживаете собственное продвижение и, раз ни один человек не может жить исключительно для себя, ваше действие силой примера затрагивает других, так что вам следует отказаться от потребления алкоголя; этим самым вы совершите покаяние.

Потребление табака в любой форме вредит вашему развитию в Йоге, так что для того, кто предаётся курению, отказ от табака был бы настоящим покаянием.

Те же принципы применимы к питанию мясом.

Все, что преграждает ваше духовное развитие, может считаться грехом; ни в коем случае не допускайте такого влияния на вашу духовную природу.

## Крийя-йога. Суами filosoff.org

В одном из храмов Индии, посвященном поклонению Шиве, написаны следующие слова, взятые из назиданий ученика: "Сила Воли есть хлыст, подгоняющий человечество на пути к успеху".

Пост есть вид покаяния, часто применяемый йогами, ввиду той физической и духовной пользы, которую они из него извлекают. Многие из болезней, преобладающие среди цивилизованных народов, не что иное как последствие чрезмерного употребления пищи.

Человек, который чем-нибудь злоупотребляет, лишен Воли и способности для правильного применения и потому не достоин обладания.

Для человека, предающегося болтовне и злословию, было бы покаянием, если бы его заставили молчать, и это настолько благотворно повлияло бы на духовную природу этого человека, что вознаградило бы его с избытком за принесенный временный ущерб.

Изучая Крийя Йогу, обратите особое внимание на очищение – физическое, ментальное и психическое. Не оставьте ничего, что могло бы послужить звеном цепи, которой вы могли бы оказаться связанным с земными желаниями. Не делайте ничего лишь потому, что другие это делают. Избирайте то, что послужит вашему духовному развитию, и исполняйте это во что бы то ни стало.

Не уклоняйтесь от обязанностей по отношению к самому себе, потому что они трудно выполнимы. Делайте то, что вы считаете правильным, несмотря на то, приятно ли оно вам или нет. Человек слабый следует примеру других, рассуждая, что раз большинство придерживается чего-либо, значит, оно правильно. Он идет по пути наименьшего сопротивления, повинувшись своей низшей природе, предпочитая это перенесению борьбы между его высшей и низшей природой.

Он не старается покорить себя, потому он становится рабом привычки и связан своими желаниями, вместо того, чтобы свободно развиваться духовно.

Человек твердой воли рассуждает самостоятельно и, найдя Истину, твердо придерживается ее, потому что это есть истина. Постороннее мнение его не беспокоит: он знает, что он лично ответствен за все свои поступки, хорошие и дурные, перед законом Кармы. Он сам себе господин, и, постоянно удаляя из своей жизни то, что мешает его продвижению, он развивает свои психические силы, так что он свободно может идти по Пути, ведущему к Мудрости.

При практиковании Крийя Йоги нельзя прибегать к полумерам, – надо или применять ее, или не касаться ее.

Йога отличается от других учений тем, что одна теория ее бесполезна, и в то же время невозможно практиковать феномены, не постигнув вполне ее философию.

Надо изучать то и другое одновременно; это приведет к равномерному развитию ментальных и психических способностей.

Другая особенность Йоги та, что ее нельзя изучать наудачу. Надо непременно начать с изучения Крийя Йоги. В достаточной степени овладев собой, вы можете перейти к изучению Хатха-Йоги, Карма-йоги, Раджа-йоги, Мантра-йоги, Жнани-Йоги и Бхакти-Йоги, в данном порядке.

Верно, что вы можете изучать Хатха-йогу и не стать Бхакти-йогом или же вы можете стать Карма-йогом, не зная ничего о Радже-Йоги, но вы обязаны начать изучение, став Крийя Йогом.

Очищение необходимо, и вы должны приложить все усилия к избавлению себя от всякой привычки, которая могла бы препятствовать вашему практикованию Йоги.

Не бойтесь подавлять даже ничтожное желание: очень часто самые незначительные пороки задерживают духовное развитие и превращают человека в раба своих привычек, вместо того чтобы привести его к обладанию Мудростью.

### УПРАЖНЕНИЕ ЧЕТВЕРТОЕ

Уделяйте периодически известное время для самоиспытания. Старайтесь разобраться в ваших ошибках и попытайтесь исправить их, следуя указаниям, данным в этой главе.

Не будьте удовлетворены, пока вы не вполне поборете ваши желания и не уничтожите скверные привычки.

Если вы привыкли сердиться или любите злословить, или болтать, то практикуйте молчание. Говорите лишь тогда, когда это необходимо.

Приучите себя обходиться без всякой роскоши, без всякого комфорта, к которым вы привыкли.

### ГЛАВА V ПОВСЕДНЕВНЫЕ ТАИНСТВА

О значении религии в повседневной жизни существует много ложных мнений. Всегда замечалось стремление отделять Религию от мирских трудов, причем забывалось, что даже самый материальный поступок есть своего рода таинство.

Правда, не все наши действия приводят к контакту с нашей духовной

природой, но это происходит из-за того, что мы еще недостаточно продвинулись и не можем жить так, чтобы быть в постоянном соприкосновении с Природой.

Крийя йог создает своим разумом Астральное окружение, не только способствующее ему одолеть препятствия, но и превращающее обычный, повседневный труд во внешние символы того общения, которое постоянно происходит между Душой человека и великим Универсальным Духом. Йог постигает власть разума над материей. Он понимает, что даже жизненные мелочи имеют значение.

Все великое малого только комплекс,

А что мелко – зародыш большого.

Все, чему человек поклоняться привык,

То в мельчайшем имеет основу:

Каждый храм из мельчайших фрагментов велик.

Постигнув это, он превращает материальную жизнь в повседневный круг Религиозных таинств. Старомодное воззрение, что надо молиться перед едой, не признается йогой, ибо йог понимает, что питание само по себе необходимое и священное действие. В то время, как светский человек ест, потому что удовлетворение аппетита доставляет ему удовольствие, и еда для него житейское дело, йог постигает духовное значение, скрытое в акте питания, так что для него еда означает средство общения между его природой и Божественным сознанием.

Сон это действие, которое слишком часто считается лишь временным отдыхом от мирской деятельности. Для йога он представляется не только неисполненным тайн и чудес, но и как символическая смерть, после которой он просыпается на следующее утро физически свежим и морально настроенным на высшие вибрации.

Во время сна высокоразвитый оккультист, познавший Законы Природы и психическую силу, видит много такого, что для нас представляет тайну. Мы видим лишь спящее тело. Мы не постигаем чудес, происходящих в психическом мире, в который погрузилось сознание и где оно подвергается многим необычайным переживаниям.

Всякое физическое действие, которое в жизни является физиологически необходимым, считается Йогом за таинство, то есть он смотрит на него как на "внешний признак внутренней милости", как на символ духовного общения, так что для него такое действие становится связью с Божественным сознанием.

При дальнейшем продвижении в Йоге особое внимание обращается на систему правильного дыхания. В особенности, в Райя Йоге это точно указано.

Таким образом, дыхание тоже считается действием, которому йог придает особое духовное значение.

Надо твердо постичь, что всякая попытка возвысить свое собственное сознание настолько, чтобы повседневные действия приобрели значение таинства, должна быть сделана не насильно, искренне и благоговейно.

Индусские Религиозные Учителя отлично знают, что власть Астрального тела над физическим настолько велика, что, приняв определенное положение, при котором придавливаются некоторые центры нервов, становится невозможным испытывать страх, а при другом положении, при давлении на другой нервный центр, невозможно ощутить боль. Теперь очень много слышно о власти разума над материей. Мы, однако же, знаем, что это не столько вопрос влияния ума на тело, сколько вибраций Астрального тела, доходящих до некоторых нервных центров физического тела и вызывающих известные ментальные состояния.

Всякое в достаточно сильной мере испытанное чувство Астрального тела передается посредством ума физическому телу и выражается на материальном плане.

Сознавая это, йог старается выбирать свои мысли с благоговейным вниманием, так что само мышление для него становится таинством.

В Индии такие действия, как купаться, есть, спать, дышать и даже говорить, считаются Религиозными таинствами.

Ученику Запада это может показаться странным, даже фанатичным, но это основано на глубококом здравом смысле.

По определенным оккультным причинам следует обращать особое внимание на правильное дыхание. Учение "Хатха Йога" подробно останавливается на этом.

Достаточно отметить, что вдыхаемый нами воздух содержит не только кислород, очищающий кровь, но и психическую силу, которая в учениях йоги называется Правой. Существуют правильные и неправильные способы направления Праны к известным нервным центрам, через которые она проявляется. Это правильное или неправильное действие зависит от того, как мы дышим.

Таким образом, и дыхание имеет большое значение не только в философии йогов, но на протяжении всего учения индусов.

С оккультной точки зрения мышление является самым главным повседневным таинством: оно не только определяет наши действия, но и образует Астральное

тело, влияние которого сказывается не только на нашем физическом теле, но и на нашем материальном окружении.

Купание само по себе таинство, символизирующее удаление или отмывание всего нечистого, и радостное перевоплощение.

Вода есть материальный символ Астрального Света, который посредством своих вибраций и воздействия на психические центры, способен изменить всю природу человека, возвысив его из человеческого к Божественному. Во многих Религиях таинство омовения символизируется Крещением.

Питание тоже повседневное действие, признаваемое Йогом как таинство.

В Индии повсюду, в доме каждого индуса, на еду смотрят как на действие, имеющее важное религиозное значение.

Общественная "болтовня", которую так часто слышишь за столом на Западе, совершенно отсутствует при еде индусов; те обычно едят в глубоком молчании.

Природное царство производит все нужное для питания мира. Растения пройнкнуты Прапой. Некоторые породы животных питаются растительностью; они в свою очередь служат питанием для других животных, так что скорость вибрации Праны меняется.

Йог пытается собрать возможно больший запас Праны в своем теле. Потому он предпочитает фрукты мясной пище. При еде йог сосредоточивает свое внимание на поглощении Праны из поедаемой им пищи.

При еде надо направить мысли на тот факт, что еда чудесным способом Природы преобразуется в физическом теле в плоть и кровь. При постоянном подобном мышлении получится двойном результат: эти мысли принесут большую пользу при процессе пищеварения, и в то же время они возбуждают вибрации, порождающие большее удовлетворение, чем при поглощении еды лишь с целью насытиться. Рюг ест только тогда, когда он голоден.

Для оккультиста сон имеет большое значение для психического развития; транс – особая форма сна.

На Западе люди часто жалуются на бессонницу; многие перестали бы жаловаться, если б люди наподобие йогов смотрели на сон как на таинство. Чтобы быстро заснуть и извлечь из сна наибольшую пользу, следует выпрямить тело. Голова должна быть на одном уровне с телом или, в крайнем случае, слегка приподнята. Надо сосредоточить мысль на бессознательности, представить себе мысленно полную темноту. Дыхание должно быть ритмически правильно. Глаза должны быть закрыты и внимание обращено на пространство между бровями. Тогда сон снизойдет, как плащ мира, и душа, освободившись от ограничений физического тела, перейдет в невидимое. Йоги обычно спят на полу; если же они ложатся на постель, то они предпочитают самую твердую.

Стоит лишь пожить среди Йогов, чтобы постичь, что речь есть таинство для них. Они так осторожно выбирают слова, так серьезно произносят их, что кажется, будто они обладают свойством разворачивать тончайшую материю "Аказы", скрутившуюся вокруг их магического жезла, приблизительно с такой же тщательностью, с какой мы восстанавливаем какой-нибудь редкий орнамент.

Йог сознает, что слова это претворенные в жизнь мысли; он относится к ним так осторожно, чтобы ни одна недостойная мысль не превратилась в мире звуков в слово.

истина и действительность одинаковые стремления, и слова Йога всегда стремятся их достичь. Йоги придерживаются следующих правил разговора.

1. Произносите лишь хорошие, истинные и прекрасные слова.
2. Не произносите даже хороших, истинных и прекрасных слов, если вы этим можете огорчить другого или ему повредить.
3. Не вдавайтесь в рассуждения.
4. Не повторяйте сплетен или пустую болтовню. Не важно, соответствуют ли они действительности или нет.
5. Не говорите лишних слов. Каждое ваше слово должно соответствовать вашей мысли. Думайте все то, что говорите, но не говорите все то, что думаете. Поступая так, вы не только прослывете за правдивого человека, но вы действительно будете тем, кто всегда говорит правду.

#### УПРАЖНЕНИЕ ПЯТОЕ

Используйте на практике данное в этой главе ученье, предварительно предавшись молитве и созерцанию.

Превратите вашу жизнь в длительную молитву и ваши повседневные действия в Религиозные Таинства.

#### ГЛАВА VI МОЛИТВА

Говорят, что "Молитва представляет из себя самые сокровенные и Божественные убеждения Души", но для Йога она имеет еще более глубокое значение. Это то неопределенное нечто, образующее связь между человеком и Богом.

Молитва Йога не состоит из одних красиво выраженных и правильно произносимых слов: молитва подсказывается желанием, и искренность молитвы

кроется в молчании, а не в словах.

Всякое искреннее, глубокое желание, рожденное людской радостью или печалью, есть сама по себе молитва.

Понятие Йога о молитве ясно выражено в следующем рассказе: "Одна маленькая девочка была очень огорчена тем, что ее брат хотел поймать птиц в западню. На ее жалобу отцу тот ей однажды шутя ответил: "Молись Богу об этом". Впоследствии, заметив, что она очень счастлива, он спросил ее, молилась ли она. "Да, - сказала она, - я трижды молилась: во-первых, я молила Бога не допускать птиц к западням, затем я молилась о том, чтобы западни не поймали птиц; после этого я растоптала все западни на кусочки".

Самое главное в молитве это искренность. Сила молитвы зависит от интенсивности желания, вдохновляющего молитву. Изучение любого оккультного разветвления для приобретения чисто теоретических познаний весьма несложно, но когда ученик начинает применять свои познания и практиковать оккультизм, тогда его путь осаждается опасностями.

Мир делится на два разряда людей: на тех, которые знают кое-что об оккультизме, и тех, которые не знают. Мы в этом случае не подразумеваем ментальные познания, но внутреннее признание, исходящее из пробужденного сознания.

Следует вполне выяснить себе, что Оккультизм не есть Магия и что феномены Йогов намного превосходят простое практикование магических обрядов и церемоний.

Исполнение магических обрядов и церемоний само по себе не отличается от практикования некоторых разветвлений йоги, но психические и ментальные влияния, сопровождающие их, способны возбудить различные Солнечные Влияния. Если желание ученика бескорыстно, духовно и искренно, то он сможет посредством этих желаний и мыслей окружить себя защитительной Аурой, составляющей непроницаемую преграду для всякого влияния всякой силы, которая не хороша, не истинна и не прекрасна.

Следует всегда помнить, что Оккультные силы можно применять не только для творения добра, но и для причинения зла.

При практиковании Йоги надо строго соблюдать известные правила, без которых нельзя достичь успеха. Эти правила следующие.

1. Для изучения и практикования Оккультизма ученик должен по возможности избрать место, где бы он мог быть спокоен и где Астральный Свет не подвергается зловредным влияниям.

2. Перед тем как начать практическое и экспериментальное изучение Йоги, ученик обязан овладеть познаниями по Физиологии, Сравнительной Религии, Астрологии, Числам и Цветам. Рекомендуется также читать произведения, относящиеся к Спиритуализму, Теософии и проч. Ученик ни в коем случае не должен приняться за эти науки, как школьник принимается за латынь. Он не должен пытаться совершенно понять и вполне изучить их: он должен читать их с намерением извлечь из них познания, которые послужат ему основой для дальнейшего изучения и опытов.

3. Перед тем как приступить к практикованию Йоги, надо основательно подготовиться к этому в трех планах: на физическом, ментальном и духовном.

4. Надо искать и создавать полную гармонию.

5. Требуется полное повиновение своему Гуру (учителю). (Если ученик еще не привлек к себе Гуру, то он должен оказывать полное повиновение своей духовной природе.) Ученик ни в коем случае не смеет ослушаться даже мысленно, потому что послушание составляет непоколебимый Закон Оккультизма. По определенным причинам не случается, чтобы ученик не подчинился своему Гуру.

6. Ученик должен ежедневно уделять некоторое время для молитвы и размышления, считая, что это так же необходимо для его духовного развития, как пища его телу. 7. Ученик должен вполне сознавать, что даже мысль о личных правах является проявлением ядовитой змеи, то есть эгоизма. Он никогда не должен считать себя вправе критиковать или осуждать других и не смеет возвышать голос в свою защиту или в свое оправдание.

Универсальное Сознание, проявляющееся во всем, является источником всякого вдохновения. Цветы поворачивают свои лепестки к солнцу, деревья вперегонку стремятся ввысь, к небу, даже собака поднимает голову, воя при луне. Люди, дикие и цивилизованные, всегда обращали свое внимание к небесам, ища власть, могущество - нечто, могущее дать им вдохновение, силу и смелость. Из стремления человека к чему-нибудь, что могло бы дать ему утешение в горе, защиту в опасности, возникло желание высказывать свои самые сокровенные мысли всеосстрадательному Божеству, и, таким образом, создалось таинство Молитвы.

Первоначальное представление о молитве заключалось в жертвоприношениях. По мере того как человечество продвигалось и разум его развивался, человеческое представление о Боге изменилось, и его понятие о молитве

превратилось из простого жертвоприношения в форму молитвы, к которой теперь прибегают некоторые Африканские племена.

Человек стал высказывать 'Богу свои пожелания посредством церемоний. Он представлял воображаемую битву, кончающуюся победой, для того чтобы Бог знал, при виде этого, чего ему хотелось. Если царил голод, то люди изображали сбор обильной жатвы. Они доходили даже до того, что готовились к осуществлению своих желаний в доказательство того, что они ожидают ответа на свои молитвы.

Значение молитвы не в том, чтобы высказать Богу наши вожеления и просьбы, и все же это составляет основу всякой молитвы. Будучи Всемудрым, Бог знает не только, что нам хочется, но и то, что нам полезно. Будучи Всемиловитым, Он даст каждой Душе именно то, что требуется для продвижения и духовного блага этой Души. Потому наши просьбы излишни: нам будет дано все необходимое для нашего духовного развития.

Истинное значение молитвы - выразить искреннее желание Души светить в луче Космического Сознания, выразить частицу Божественной доброты, Истины и Красоты. Молитва возвышает сознание человека с материального к духовному и подает ему надежду. Всякая душа является частью великой Сфера-Души, каплей в океане Духа - искрой Вечного Огня. Чем духовнее человек становится, тем более он это постигает. Такое постижение родит в нем не только желание быть добрым, но и сознание, что он есть добр.

В наше время мир познал, что при людских предприятиях внушение имеет большое значение.

Деловой человек может обанкротиться из боязни разорения, потому что он дал страху до того овладеть им, что дошло до материального проявления чувства страха в банкротстве.

Много добра вовсе не проявляется материально: те, которые им владеют, не сознают свою духовную силу.

Истинный друг дает бодрость духа и уверенность - его слова внушают мир и силу. Такой друг - молитва, ибо истинная молитва отворяет ум навстречу потоку Божественной Милости и соединяет человеческое сознание с Божественным.

Как действует молитва? Этот вопрос возбуждает много научных споров.

Некоторые говорят, что молитва доходит прямо до Бога. Другие считают, что она воспринимается ангелом-хранителем или даже Спасителем и ими передается Богу. Иные уверяют, что молитва сосредоточивается вокруг человека в его Астральном окружении, запечатлеваясь в его сознании до проявления в его жизни.

Йог сказал бы, что существуют три рода молитвы: 1) словесная молитва, 2) ментальная молитва и 3) духовная молитва.

Словесная молитва напоминает молитву дикого, который потрясает копьём и издает воинственный крик, повторно выражая своему племенному Богу желание достичь победы. Такая молитва состоит исключительно из выражения желаний, и такая молитва безусловно может лишь сосредоточиться вокруг Астрального тела молящегося.

Ментальная молитва доходит до сознания человека по-средство!М ума. Всякая искренняя молитва, выражающая сильное желание, приведет Астральное тело в состояние вибраций, которые передадутся физическому телу. Мы подразумеваем под ментальной молитвой не только молчаливую молитву, но всякую молитву, которая исходит из Астрального тела и, проходя через ум, выражается на материальном плане. Большинство молитв - такого рода.

Духовная молитва есть отворение ума человека такому потоку Божественной Милости, который усиливает вибрации Астрального тела и возвышает сознание до высокой степени духовности. В такой молитве нет ожидания, безусловно, нет просьб, ибо она - общение человека с Богом.

Многие теологи пытались учить человека, как следует молиться; на протяжении всех Веков, во всех Религиях много рассуждений о пользе молитвы.

Для Йога молитва состоит не столько из слов, как из горячего желания, наполняющего все его существо и проявляющегося на Астральном плане в виде мысленных волн мощной силы.

Лучше приносить Богу молитву в виде мощных волн чувств и желаний, чем в форме слов, которые являются лишь оболочкой и лишены чувств. Ученик должен помнить, что молитва приносит пользу только в том случае, если она глубоко чувствуется, рождается из искреннего чувства и упорного желания.

Молитва, предназначенная к принесению пользы другим, зря растрачивается при выражении ее словами.

Чувства - молитвенник Природы; желания - ее четки.

Ум развившегося человека представляет из себя колесо молитвы, в котором вращаются чувства и желания.

Некоторые люди никогда не обращают взоры к Высшему, пока их не сломит болезнь.

Так же, как пища необходима физическому телу, а наука уму, так молитва необходима духовной жизни человека. Человек, не знающий как молиться, не понимает, что значит общаться с Богом. Владение молитвы принадлежит по праву Бхакти-Йог, тому разветвлению философии йогов, которое указывает ученику, как достичь совершенства посредством любви к Богу. Действия молитвы настолько пространны, что они проникают во все сферы жизни, в каждую сферу мысли. У людей странные взгляды на молитву: или они твердят молитвы, как попугаи, каждый вечер и каждое утро, или они молятся лишь тогда, когда они больны или в горе.

Йог постиг, что необходимо молиться ежедневно. Для него это не есть привычка, а действительная необходимость; таким образом, он привыкает молиться ежедневно и ум его отворяется к восприятию высшего духовного влияния. Со временем то спокойствие, которое является последствием созерцания и молитвы, не покидает его еще долгое время после окончания молитвы, так что он действительно вносит с собой в мир силу и мир, извлеченные им посредством молитвы из Космического Сознания.

Не считайте, что молитва есть нечто, имеющее особое назначение. Молитесь ежедневно, но молитесь только тогда, когда вы почувствуете, что ваша духовность хочет проявиться.

Йог молится двумя способами: настраиваясь к восприятию универсального сознания и запечатлевая в своем уме Мантры, которые проникают через Астральное тело и проявляются в повседневной жизни.

Мы приводим несколько таких Мантр для размышления.

1. О Ты, Безграничный и Вечный Дух, Ты, не имеющий ни начала, ни конца. Ты, Непроницаемый для копья, Несгораемый в огне, Неразрушаемый землей, Неосушаемый воздухом, Нетопимый водою, подари мне осуществление моего единения с Тобой.

2. Дух Безграничный, Источник всего добра, всей истины, всего прекрасного, помоги мне посредством послушных Тебе Духов создать из моих мыслей звена для слияния души с душой в единое великое Братство жизни.

3. О Ты, Универсальный, который Добр, Истинен и Прекрасен, войди в мою жизнь, преисполни меня желанием быть добрым, истинным и прекрасным. Сделай, чтобы мой язык произносил лишь правдивые слова, чтобы мои руки творили лишь добро, чтобы мои мысли всегда были прекрасны для того, чтобы я мог притягивать людей ближе к Тебе.

4. Дух Неограниченный, Ты - Центр, из которого все вытекает, научи меня при помощи Твоих ангелов, чтобы мои мысли стали звеньями, которые соединяют человечество в одно великое братство, не различая Веры, Сословия, Цвета и Пола.

В жизни йога нет места для страха, сомнения и забот, ибо если сознание настроено в положительном смысле, то восприятие отрицательных вибраций становится невозможным. Вся жизнь составляет лишь план; человек есть неделимая часть его, и каждой душе на нем предназначена свгя миссия. Жизнь, которую мы знаем на земле, есть лишь часть, очень незначительная часть, того великого ряда сознаний, которые для ясности называют жизнью.

Вибрации астрального ума, образующие незримое окружение человека, вновь и вновь проникают в физический ум человека. Продвигаясь в учении Йоги, ученик познает многое об этом замечательном плане; там ему предстоит много необычайных испытаний и много тяжелого труда.

Йогу нельзя изучить одним умом; изучение Йоги означает тоже практикование йоги, для которого ученик должен быть чист телом, силен умом, с Душой, постоянно стремящейся к добру, истине и красоте.

#### УПРАЖНЕНИЕ ШЕСТОЕ

Сядьте на пол, скрестив ноги (наподобие портных). Вдохните глубоко, задерживайте дыхание как можно дольше и затем медленно выдыхайте. Повторите это и пытайтесь настроить вашу духовность на Божественное сознание во время задерживания дыхания. Заучите наизусть и повторяйте часто Мантры, приведенные в этой главе. Вложите в них смысл, чтобы выраженные в них мысли со временем стали частью вашей повседневной жизни.

Прислушайтесь к голосу вашего духовного Я и слепо повинуйтесь ему.

#### ГЛАВА VII МЫСЛИ ДЛЯ МЕДИТАЦИИ

Каждый день приносит новые, важные открытия. Некоторые из них доказывают правильность учений, которые оккультисты давно признали, но мир осмеивал и не хотел признать.

Одним из двух главных жизненных факторов является окружение; вторым - сущность, живущая в окружении. Они взаимно воздействуют друг на друга.

Сущность процветает только в том случае, если ее воздействие соразмерно ее окружению; упущение приводит к ее упадку и под конец к гибели. Многие

формы жизни исчезли с лица земли, потому что не сумели измениться при изменении окружения. Они не сумели приспособиться к тем новым условиям, в которых они очутились.

В растительном царстве происходит постоянная борьба между сущностью и окружением. Многие виды рыб доживают до значительного возраста, потому что они приспособляются к водному окружению, но если пруды засохнут, то и рыба погибнет, так как она не может приноровиться к новому окружению.

Существуют, однако, такие рыбы, которые сумели приспособиться к своему новому окружению, и помаленьку Природа снабдила их легочнообразным строением.

Просматривая древнюю историю мира, мы находим следы особого принорования рыб к совершенно новому окружению, так что из рыбоспособного создания развилось млекопитающее. Другое окружение, а именно – усиливающаяся стужа, принудило животный мир подвергнуться любопытному превращению: под воздействием окружения пресмыкающееся животное стало расти и заменило свою чешую шкурой или, говоря о птицах, перьями. Огромные млекопитающие доисторического века, исчезнувшего с лица земли, не сумели приноровиться к изменениям своего окружения, происшедшим при появлении человека.

Это произошло не потому, что человек стал физически сильнее их, а потому, что он сумел возвысить свое сознание к более высокой вибрации, так что оно стало действовать на ментальном плане. Это была победа "ментального над материей".

Каждый человек принужден приспособиться к изменениям его окружения. Мы повсюду видели такие изменения. Лошадь заменена автомобилем, гусиное перо пиущей машиной, и даже сам человек медленно, но верно подвергается изменению: как все другие существа, он должен реагировать на ментальные влияния или же он будет уничтожен.

Современные научные исследования доказали, что существует много сил, которые нельзя различить физическим зрением, но тем не менее они составляют важную часть нашего незримого окружения.

Обыкновенный человек есть раб своего окружения; он вечно старается изменить его себе на пользу, причем постоянно разочаровывается. Йог управляет своим окружением; он пользуется им для своих целей тем простым способом, что приноравливается к нему. Этим он пользуется всеми преимуществами и ни одним недостатком этого окружения.

Наше незримое окружение несравненно больше нашего материального мира. Йог пытается изучать наставления, вписанные в Книгу Жизни, посредством внимательного изучения Природы, так как он знает, что Природа есть проявление Бога – того самого Бога, которого ищут все люди всего мира.

Зримое окружение охватывает лишь несколько октав вибрационных множеств и только бытие трех измерений, а незримое окружение охватывает бесчисленные октавы вибрационных множеств и бытие более чем в трех измерениях.

Йог так хорошо знаком с бытием незримого мира, проникающего внутрь физического мира и действующего в нем, что он не только творит и мыслит в соответствии с его Законами, но и придает ему главное значение в своей жизни.

Йог понимает, что сила мысли является одним из вибрационных множеств незримого мира.

Прежде при начале своего существования растение кактус обладало листьями, как всякое другое растение, но при изменении окружения, когда почувствовался недостаток воды, кактус стал обходиться без листьев и придал своим стволам иную форму, чтобы они могли вмещать в себя воду. Таким образом, он продолжал жить и расти, в то время как другие растения не перенесли изменений окружения.

Впоследствии кактус отрастил себе колючки, чтобы защитить себя от млекопитающих.

Так же и человек должен возвыситься над окружением, чтобы расти и процветать. Человек не может управлять окружением, но он может приспособиться к нему таким образом, чтобы пользоваться им для своей выгоды.

Все существующее берет свое начало в незримом мире Духовных сил. Астральная сущность постоянно проникает сквозь физическую материю, и ученик, желающий возвыситься над своим окружением, должен трудиться в этом направлении.

Недостаточно пользоваться умением, знанием, благоприятным случаем; надо владеть Волей, энергией и решимостью и прежде всего обладать Внутренней Силой, тем священным "нечто", составляющим часть универсального сознания. Высокоразвитые оккультисты, развившие в себе способность исследовать Астральный мир, сообщают, что все, существующее на физическом плане, существует в точной копии в Астральном мире и все, живущее в физическом



мире, после смерти живет некоторое время на Астральном плане.

Проявляя практические познания оккультизма, ученик должен первым делом быть свободным от предрассудков и предвзятых взглядов, а также быть преисполненным желанием достичь единения с жизнью.

Пространство занято бесчисленным количеством существ, всегда готовых повлиять на человека, чтобы таким образом испытать земную жизнь.

Подобно столбу света, бесчисленные мысли окружают человека, стараясь пронзить броню его Воли и проникнуть в его сознание, чтобы выразиться в действиях.

Многие планетарные влияния действуют и воздействуют на Астральное тело, придавая ему такую форму, которая произвела бы астрологические изменения в его жизни.

Всякий подвержен известному влиянию. Даже достигнув озарения, человек воспринимает различные, психические и материальные влияния, которые могут привести к значительным изменениям в его жизни в том случае, если он им поддается.

Влияние, которому мы подвергаемся в повседневной жизни, настолько сильно, что казалось бы невозможным преодолеть его, если бы не существовало много примеров торжества Воли над окружением.

О Законе Кармы и о договоре Перевоплощения уже много писалось. Универсальное Сознание есть начало всего; с продвижением эволюции оно проявляется в человеческом царстве.

Сначала такое сознание ненамного превышает животный уровень. Затем, после земной жизни, во время которой оно много познало на опыте, оно переходит через ворота Смерти в Астральный мир. Там оно познает кое-что об ограничениях физического тела и обрабатывает большую долю своей дурной Кармы (Карма есть плод поступков, хороших и скверных, творимых на земле) в ожидании воплощения в физическое тело. Если индивидуализированная душа хорошо использовала свою земную жизнь, то при следующем земном воплощении ей представляется больше благоприятных случаев поступать так, как ей раньше следовало бы поступить, и на опыте различать добро от зла.

По окончании этой земной жизни душа через ворота Смерти снова перейдет в Астральную жизнь и испытает там много переживаний, которые приведут к проявлению всего хорошего, развившегося в физическом теле.

При каждом земном воплощении Душа приносит с собой зародыш, таящий в себе квинтэссенцию прежде накопленного опыта: все земные переживания души кристаллизуются в психическое нечто, составляющее часть сознания; это - "Внутренняя Сила" всех живых существ.

Человек создает свое окружение посредством мыслей и ответственен перед своей высшей природой за ограничения, налагаемые на него таким окружением.

Мысль подобна семени, посеянному в Саду Души. Из нее вырабатывается действие, и, подкрепляемое повторениями, она вырастает в дерево Привычки (хорошей или дурной), к которой человека приковывают его желания.

Религиозные Учителя всех Веков придавали большое значение чистоте мысли, считая ее необходимой подготовкой к чистоте действий. Восточная психология ясно доказывает, что Астральное тело человека содержит в себе семена удачи и неудачи и что развитие и внесение с собой на физический план того или другого зависит от степени духовного развития.

Правдивость мысли исходит из врожденного стремления проявлять Истину, так что слова должны соответствовать искреннему желанию, а не так, как принято на Западе, где сильные желания стараются согласоваться с условными словами, плохо выражающими искренность желания.

Первым шагом на Пути к Мудрости является умение в совершенстве владеть своим физическим телом: только владея телом и возвышаясь над ним, человек может осознать ту огромную силу, которой он, будучи Душой, владеет.

Наука достигла много чудесного, но Наука не может препятствовать ходу Законов Природы. Наука не может создать то нечто, что мы называем "сознание". Биологи уверяют, что физической основой жизни является Протоплазма и что при смерти она образует Углерод, Кислород, Азот, Фосфор и Серу, но Науке не удалось сделать анализ Протоплазмы, потому что она есть "живая сущность", а жизнь есть проявление Бога.

Рассказывают, что некий ученый нашел способ приготовления искусственной пшеницы. Он созвал земледельцев всего округа и сообщил им о своем открытии. Земледельцы предложили ему положить свою искусственную пшеницу рядом с настоящей или же смолоть из нее муку. Ученый исполнил их просьбу, и весьма успешно. В конце концов один из земледельцев предложил ученому посеять искусственную пшеницу, чтобы семя могло пустить ростки. Этому ученый не мог сделать, так как его искусственная пшеница не обладала семенем.

Человек может создать внешнюю оболочку, но не может создать "сознание", ибо сознание есть жизнь, а жизнь есть Бог.

Разум не должен допускать предрассудков и предвзятых взглядов; мысль

Крийя-йога. Суами filosoff.org

должна придерживаться понятий о добре, истине и красоте.

У души нет Пола, ибо Пол есть лишь вибрация космического Сознания; как все обладает собственной вибрацией, высокой или низкой, или средней, так же все обладает проявлением Пола.

Истина никогда не меняется, Красота всегда существует, и Добро есть цель всего.

Зло есть неправильный способ выражения добра.

Человек, ищущий Мудрость, всегда встречает безумца, но безрассудный, ищущий безумие, часто находит Мудрость.

Не рвитесь к Небу, не старайтесь отказаться от земли, прицепляясь обеими руками к Духовному Миру, но стойте обеими ногами твердо на земле, дотянитесь и завладейте Небом, сделавшись звеном между Небом и землей.

Если безрассудные люди, окружающие вас, насмеются над Богом, придерживайтесь тем тверже собственных взглядов на Религию и вашего понятия о Боге.

Если другие в вас сомневаются, имейте веру в себя, ибо вы составляете часть Универсального Духа.

#### УПРАЖНЕНИЕ СЕДЬМОЕ

В этой главе встречаются необыкновенные изречения, из которых каждое выражает Оккультную Истину и приведено для того, чтобы ученик привык размышлять.

Прочтите внимательно всю главу и изберите себе мысль. Сосредоточьтесь на ней, пока вы не постигнете ее сокровенного значения.

Ученик, который не может управлять своими мыслями и посредством сосредоточивания познать скрытую истину мысли, еще не научился размышлять.

Помните, что мысли суть реальные сущности, обладающие материальной вещественностью.

Мир Универсального Духа да пребудет с вами.

Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке

<http://filosoff.org/> Приятного чтения!

<http://buckshee.petimer.ru/> Форум Бакши buckshee. Спорт, авто, финансы, недвижимость. Здоровый образ жизни.

<http://petimer.ru/> Интернет магазин, сайт Интернет магазин одежды Интернет магазин обуви Интернет магазин

<http://worksites.ru/> Разработка интернет магазинов. Создание корпоративных сайтов. Интеграция, Хостинг.

<http://dostoevskiyfyodor.ru/> Приятного чтения!