Автор: Doberman
31.05.2022 00:00 - Обновлено 31.05.2022 06:41

СУТЬ ЙОГА-СУТР | ВВЕДЕНИЕ НА ПУТИ В ЙОГУ
ИЗ ЦИКЛА "РАСШИФРОВКА ТАЙНЫХ ЙОГИЧЕСКИХ ТЕКСТОВ"
ЙОГА-СУТРЫ ПАТАНДЖАЛИ ЯВЛЯЮТСЯ САМЫМ АВТОРИТЕТНЫМ ТРУДОМ ПО КЛАССИЧЕСКОЙ ЙОГЕ.
Они служат своеобразным мерилом, эталоном.
Другие тексты о йоге рассматриваются в сравнении с йога-сутрами, и суждение об их ортодоксальности опирается на сравнение с этим текстом.
Йога-сутры созданы более двух тысячелетий тому назад.
Патанджали собрал существующие в то время йогические методики и выстроил их в одну систему.
ОН ОПРЕДЕЛИЛ ПУТЬ — ЙОГА ДАРШАНУ, ПУТЬ К БОЖЕСТВЕННОСТИ И БЕССМЕРТИЮ.

Этот путь обозначил в виде «дорожных знаков» — лаконичных сутр, понять которые очень трудно без комментариев УЧИТЕЛЯ. Подразумевается, что йога-сутры — это нечто вроде конспекта для учителя, опираясь на который тот может излагать йогу ученику.
Язык сутр так сжат, что невозможно их понять без комментариев.
Самый известный комментарий сделал некто Вьяса примерно в четвертом веке. Этот комментарий (бхашья) стал неотъемлемой частью йога-сутр, так что принято изучать работу Патанджали вкупе с работой Вьясы.
В девятом веке некто Вачаспати Мишра создал фундаментальный и весьма авторитетный глоссарий к «Вьяса-бхашье». Это комментарии на комментарии йога-сутр, и труд носит название «Таттва-вайшаради».
Есть еще авторитетные комментаторы: Виджнанабхишу, король Бходжа, Шанкара,

Вивекананда.
Я постараюсь пересказать сутры для понимания человека третьего тысячелетия, не стану перегружать читателя расхождениями в мнениях этих комментаторов.
Мы рассмотрим Йога-сутры как бы с их общего согласия, в том ракурсе, в каком их разные мнения совпадают.
Кроме того, я постараюсь, чтобы мое видение вопроса совпадало с упанишадами и Гитой.
Плюс к этому, я буду опираться на собственный двадцатилетний опыт и дам некоторые советы по практике йоги.
Текст начинается так:
— ИТАК, наставление о йоге.
Согласно комментаторам (Вьясе и Мишре), первое слово сутры «итак» (атха) указывает на то, что начинается систематическое изложение предмета — ЙОГА ДАРШАНЫ.
Патанджали намекает, что не является автором излагаемой системы, а лишь ее систематизатором.
Он собрал существующие до этого в разных текстах и школах медитативные технологии, систематизировал и пересадил на метафизику санкхья.
Эти технологии существовали с незапамятных времен.
Это знание передавалось от учителей к ученикам, и поколение за поколением мудрецов экспериментировали с собой, проверяя действенность этих методик и совершенствуя их.

Я хочу, чтобы читатель уяснил важность только что сказанного.
Ведь ни одна отрасль знания, ни одна наука не может похвастаться таким опытом.
В течение тысячелетий целая каста арийского общества ставила самопознание ЕДИНСТВЕННОЙ ЦЕЛЬЮ.
Само арийское общество было структурировано так, чтобы создать наиболее благоприятные условия той своей части, которая занималась самопознанием. Конечно же, на протяжении тысячелетий появлялось невероятное многообразие философских направлений и религиозных конфессий.
Но Патанджали собрал именно медитативные технологии — то общее, что наблюдалось среди столь разнообразных направлений индийской мысли.
Приступая к изучению йога-сутр, мы ясно должны понимать этот момент.
Перед нами не какое-то религиозное воззрение отдельного человека или группы, а те технологии самонаблюдения и самоконтроля, которые накопились с незапамятных времен в касте браминов.
Продолжение следует...
777
Sage Yoga
https://www.facebook.com/sage.yoga.37

ВВЕДЕНИЕ НА ПУТИ В ЙОГУ

Мы живем в глубокой иллюзии. В иллюзии надежды, будущего, завтрашнего дня.
Человек, такой как есть, не может жить без самообмана. Ницше где-то говорит, что человек не может жить с истиной. Ему нужны мечты, нужны иллюзии, ему нужно лгать, чтобы жить. И Ницше прав. Человек, такой как есть, не может жить с истиной. Это нужно очень глубоко понять, потому что без понимания этого, вы не можете войти в такую область познания, как йога.

Необходимо понять принцип функционирования ума — ума, нуждающегося во лжи, разума, нуждающегося в иллюзиях, ума, неспособного жить в реальности, ума, нуждающегося в мечте. Вы грезите не только ночью. Вы грезите, бодрствуя, грезите непрерывно. Вы можете созерцать меня, вы можете внимать словам моим, как прежде, увлекаемые потоком грез. Ум непрерывно порождает грезы, образы, фантазии.
Сегодня ученые считают, что человек может жить без сна, но не может жить без снов. В старое время понимали, что сон — это необходимость, но современная наука говорит, что сон не становится действительной необходимость. Сон нужен для того, чтобы видеть сны. Сны — это необходимость. Если вы лишены возможности спать и видеть сны, утром вы не почувствуете себя свежим и бодрым. Вы будете ощущать такую усталость, словно вы не спали всю ночь.
Ночь делится на периоды — периоды глубокого сна и периоды сновидений. В ней есть ритм, схожий с ритмом дня и ночь, некий четкий ритм. Поначалу вы погружаетесь в глубокий сон, который длится приблизительно сорок, сорок пять минут. Затем наступает вторая фаза сна — фаза сновидений. За ней опять следует сон без сновидений, и затем снова сновидение. Так продолжается всю ночь.
Когда по утрам нарушается ваш сон, в котором не было сновидений, вы не ощутите никакого дискомфорта. Но если утреннее пробуждение наступает в тот момент, когда вам что-то снится, вы почувствуете себя совершенно обессиленным и истощенным.
По внешнему виду спящего человека можно определить, снится ему сон или нет. Во время сновидения он будет непрерывно вращать закрытыми глазами, так, словно он что-то видит. Когда он крепко спит, его глаза не вращаются; они неподвижны. Если нарушается утренний сон спящего, у которого вращаются глаза, он почувствует себя обессиленным. Если нарушается утренний сон спящего, глаза которого неподвижны, он не ощутит никакого дискомфорта.
Многими учеными доказано, что мечта поддерживает человеческий разум, она необходима, ибо создает абсолютную иллюзию. Мечта возникает не только во сне: она продолжает воздействовать на ваше сознание днем, когда вы бодрствуете. Грезы то затуманивают ваш разум, то покидают его.
Грезя, вы начинаете действовать, как бы отсутствуя при этом. Мечта переполняет вас изнутри. Например, когда ваш ум глубоко погружается в состояние грез, вы будете вслушиваться в мои слова, не улавливая смысла, ибо сознание ваше будет перегружено. Преодолев состояние грез, вы начнете улавливать смысл моих слов.
И днем и ночью наш ум, как обычно, сначала устремляется от не мечты к мечте, чтобы затем завершить круг движения от мечты к не мечте. Это не значит, что мы лишь непрерывно мечтаем, мы также проецируем мечты нашей жизни на будущее.
Настоящее — почти непрерывный ад. Вы можете продлить его только надеждой, спроецировав ее в будущее. Вы будете жить сегодня благодаря будущему. Вы будете надеяться на то, что завтра что-то произойдет — что завтра перед вами распахнутся некие врата рая. Они не распахнулись сегодня, но когда наступит завтра, оно придет иначе, чем сегодня. Но оно наступает так, как наступает сегодня, и путь движения разума не будет завершен. Вы будете по-прежнему двигаться вперед: а это и означает мечтать. Вы не едины с реальностью, которая рядом, поблизости от вас, которая здесь и сейчас, ибо вы в иной реальности, и вы продолжаете двигаться вперед, вы продолжаете скачками двигаться вперед. Ибо этому завтра, этому будущему вы дали множество имен. И если кто-то называет его небом, а кто-то — мокшей, значит, оно

всегда в будущем. Кто-то мыслит категориями изобилия, но это изобилие наступит в будущем. Кто-то мыслит категориями райской жизни, но этот рай наступит только после вашей смерти — в отдаленном будущем. Вы растрачиваете свое настоящее на несуществующее: но это и значит мечтать. Вы не можете быть здесь и сейчас. Быть в данное мгновение для вас, не доступно.
Вы можете жить в прошлом, ибо это тоже означает мечтать — это память, это воспоминание о том, чего больше не существует. Или вы можете жить в будущем, и это будущее есть проекция, это будущее, творящее некую реальность из прошлого. Будущее — не что иное, как вновь спроецированное прошлое, и оно стало еще красочнее, еще прекраснее, еще приятнее, это более совершенное прошлое.
Вы не думаете ни о чем другом, кроме прошлого. Будущее есть только вновь спроецированное прошлое, ибо и будущего, и прошлого нет. Настоящее есть, но вас никогда не будет в настоящем. Это и означает мечтать. Ибо прав Ницше, когда говорит, что человек не может жить вместе с истиной. Он нуждается во лжи; он живет благодаря лжи. Ницше говорит, что мы, заявляя о стремлении к истине, вовсе не нуждаемся в ней. Наша так называемая истина — не что иное, как ложь, прекрасная ложь. Никто из нас не готов взглянуть на обнаженную реальность.
Наш ум не готов вступить на путь йоги, ибо йога есть способ вскрытия истины. Йога есть способ достичь разума, не способного мечтать. Йога есть наука быть здесь и сейчас. Йога означает, что сейчас вы готовы отказаться от движения в будущее. Йога означает, что вы готовы отказаться от надежды, от желания совершить скачок в будущее. Йога означает столкновение с такой реальностью, какая она есть.
Итак, человек может вступить в йогу, на путь йоги только совершенно разочаровавшись в своем уме, как таковом. Если по-прежнему вы надеетесь на то, что сможете чего-то достичь благодаря своему уму, значит, йога не для вас. Необходимо полное разочарование — доказательство того, что этот ум, который проецирует, бесполезен, что ум, который надеется, бессмыслен, что он никуда не ведет. Он делает вас слепым, закрывая вам глаза; он отравляет вашу душу; он не допустит, чтобы реальность раскрылась перед вами. Он защищает вас от реальности.
Ваш ум — это лекарство. Оно против того, что есть. И если вы еще не разочаровались совершенно в своем уме, в своем способе существования, способе существования до сегодняшнего дня, если вы можете безоговорочно отречься от него, значит, вы готовы вступить на путь йоги.
И хотя многие проникаются интересом к нему, однако очень немногие вступают на него, ибо интерес нередко обусловлен типом вашего сознания. Возможно, вы мечтаете сейчас о том, что достигнете чего-то благодаря йоге, движимые надеждой, что йога сделает вас совершенным, что вы достигнете блаженства совершенного бытия, обретя единство с Брахманом, приобщившись к сатчитананде. Воодушевившись надеждой, возможно, вы проникнетесь интересом к йоге. И тогда едва ли путь ваш когда-нибудь скреститься с тропой, именуемой йогой, ибо его направление будет совершенно иным.
Йога означает отсутствие надежды, отсутствие будущего, отсутствие желаний сейчас. Человек готов познать то, что есть. Ему не интересно то, что может быть, что должно быть, что обязано быть. Ему не интересно это! Ему интересно только то, что есть, ибо только реальное делает человека свободным, только реальность может дать свободу. Необходимо полное отчаяние. Будда называет его дукха. И если вас постигло несчастье, не обольщайтесь надеждой, ибо ваша надежда может лишь продлить его. Она

приблизит вашу смерть, и больше ничего. Все ваши надежды лишь приблизят вашу смерть. Они приведут вас только к смерти.
Утратив надежду, вы утрачиваете будущее. Это трудный момент. Возмужав в нужде, вы смело смотрите в лицо реальности. И такой момент наступает для каждого, раньше или позже. Такой момент наступает для каждого человека, когда он в полном отчаянии. Все становится абсолютно бессмысленным для него. Что бы он ни сделал, будет бессмысленно, куда бы он ни пошел, он придет в никуда; жизнь его утратит всякий смысл — лишится надежды, лишиться будущего, и вы, наконец, обретете гармонию с настоящим, впервые взглянув в лицо реальности.
И если этот момент пока не наступил для вас... Вы можете по-прежнему выполнять асаны, принимать различные позы; это не йога. Йога — это внутреннее превращение. Это тотальный поворот. И если вы остановились в своем движении в будущее, если вы остановились в своем движении в прошлое, ваше движение будет продолжаться внутри вас — ибо вы существуете здесь и сейчас, но не в будущем. Вы присутствуете здесь и сейчас; вы можете войти в эту реальность. Но тогда и разум должен быть здесь.
Этот момент упоминается в первой сутре Патанджали. Прежде, чем приступить к толкованию первой сутры, необходимо понять кое-что другое. Во-первых, йога не религия — помните это. Йога не индусская, не мусульманская наука. Йога — такая же чистая наука, как математика, физика или химия. Физика не христианская наука, физика не буддийская наука. И если законы физики были открыты христианами, это также не значит, что физика — христианская наука. То, что христианам удалось открыть законы физики — чистая случайность. Но физика, все-таки, остается наукой. Йога тоже наука — индусы открыли ее чисто случайно. Это не индуистская наука. Это математика внутренней жизни в чистом виде. Значит, мусульманин может быть йогом, христианин может быть йогом, джайн, буддист может быть йогом.
Йога — чистая наука, а Патанджали — величайшее имя в мире йоги, уникальный человек. Нет другого имени, которое можно было бы сравнить с Патанджали. Впервые в истории человечества этот человек возвел религию в ранг науки: он сделал религию наукой, положив в ее основу простые законы и отказавшись от веры.
Все так называемые религии нуждаются в вере. Одна религия отличается от другой только характером веры. У мусульманина своя вера, у индуиста — своя вера, у христианина — своя вера. Разница между религиями состоит в вере. В йоге нет ничего от веры; йога не учит верить. Йога учит опыту ощущений. Если наука учит экспериментировать, йога учит опыту ощущать. Эксперимент и опыт суть одно и то же, но у них разное направление исследования. Эксперимент означает нечто такое, что делается снаружи; опыт означает нечто такое, что делается внутри. Опыт — это внутренний эксперимент.
Наука говорит: не верьте, сомневайтесь до тех пор, пока это возможно. Но не будьте скептиком, ибо неверие — опять-таки разновидность веры. Вы можете верить в Бога, вы можете верить в идею не Бога. Вы можете сказать, что Бог есть, заняв фанатическую позицию; вы можете сказать совершенно противоположное — что Бога нет, точно с таким же фанатизмом. Атеисты, теисты — все они верующие, а вера - не сфера для научных исследований. Наука — это познание на опыте того, что есть; оно не нуждается в вере. Помните еще вот о чем: йога экзистенциальная, экспериментальная, эмпирическая наука. Она не нуждается в вере, она не нуждается в вероисповедании — но она нуждается в мужестве, чтобы познавать. Однако ей недостает именно мужества.

Вы можете легко и без труда посвятить себя вере, потому что вера не будет принудительно трансформировать вас. Вера есть что-то поверхностное и внешнее, что-то дополняющее вас. Ваша жизнь не изменилась; вы не проходите через какие-либо мутации. Если вы индуист, вы можете стать на следующий день христианином. Вы просто-напросто станете другим, поменяв Гиту на Библию. Вы можете поменять ее на Коран, но человек, который раньше следовал Гите, а сегодня придерживается Библии, остается прежним. Он лишь меняет свою веру.
Вера похожа на одежду. Ничто вещественное не трансформируется; вы остаетесь прежним. Вскройте индуиста, вскройте мусульманина, и вы увидите, как они похожи внутри. Индуист посещает храм; мусульманин ненавидит храм. Мусульманин посещает мечеть, индуист же ненавидит мечеть, несмотря на то, что внутри эти люди совершенно идентичны.
Верить легко, ибо вера не принуждает вас делать что-то конкретное; достаточно соблюдать внешнюю форму одежды, которую в любой момент можно снять. Йога не вера. Вот почему ее бывает трудно, а подчас и невозможно понять. Ее подход экзистенциален. Вы приходите к истине, но не через веру, а через свой собственный опыт, через свое самоосуществление. Это означает, что вы должны измениться целиком и полностью. Ваши взгляды, ваш образ жизни, ваше сознание, ваша психика должны быть полностью разрушены. Они должны полностью обновиться. Только обновление позволит вам установить контакт с действительностью.
Поэтому йога — это одновременно и смерть, и новая жизнь. Вы должны умереть таким, какой вы есть, однако, пока вы живы, новое не может быть рождено. Новое скрыто внутри вас. По отношению к нему вы семя, которое падает в почву и поглощается ей. Семя должно умереть; и лишь после этого новое возникает в душе вашей. Ваша смерть даст вам новую жизнь. Йога есть смерть и одновременно новое рождение. Если вы не готовы умереть, вы не можете быть рождены вновь.
Йога не философия, Полагаю, что йога не религия; полагаю, что йога не философия. Она не может быть объектом вашего размышления. Она есть нечто, чем вы должны стать. Ваш мозг находится в процессе непрерывного мышления. Оно не касается глубинных корней вашего бытия, оно не тотально. Оно только часть, функциональная часть, которая поддается тренировке. Ибо, вы можете логично рассуждать, вы можете рационально мыслить, но сердце ваше останется прежним. Ваше сердце — это ваш глубинный центр, ваше сердце — это только ответвление. И если вы можете жить без головы, вы не можете жить без сердца. Ваша голова — это не главное.
Йога охватывает всю вашу жизнь, со всеми ее корнями. В ней нет ничего философского. Давайте не будет вместе с Патанджали думать, размышлять. Попытаемся вместе с Патанджали познать первичные законы бытия: закон его трансформации, закон о том, как умереть и как родиться заново, законы нового порядка жизни. Вот почему я называю ее наукой.
Патанджали — редкий человек. Он просветленный человек, подобно Будде, подобно Кришне, подобно Христу, подобно Махавире, Мухаммеду, Заратустре, но он в одном отличается от них. Будда, Кришна, Махавира, Заратустра, Мухаммед — никто из них не был ученым. Все они — великие основатели религий. Они преобразовали всю модель человеческого разума и его структуру, но их подход не был научным.
Патанджали напоминает Эйнштейна в мире будд. Он феноменальная личность. Подобно Эйнштейну или Бору, Максу Планку и Гейзенбергу, он мог быть награжден Нобелевской

премией. У него точная научная позиция, выверенный научный подход. Он не поэт; но Кришна-поэт. Он не моралист; но Махавира-моралист. В основе своей он ученый, мыслящий в категориях закона. Он пришел, чтобы вывести абсолютные законы человеческой жизни, основные законы функционирования человеческого разума и действительности.
Ибо, следуя за мыслью Патанджали, вы поймете, что он столь же точен, как математическая формула. Делайте то, что он говорит, и вы достигнете желаемого результата. Результат гарантирован, он не менее достоверен, чем формула: дважды два — четыре. Взгляните для сравнения на воду, которую вы нагрели до ста градусов — она начинает испаряться. Вера не нужда: вы совершаете действие и познаете. Необходимо совершить действие, для того, чтобы познать. Вот почему я говорю о невозможности сравнения. На этой земле никогда не существовало человека, подобного Патанджали.
Высказывания Будды поэтичны, и это естественно. Нередко Будда, выражая ту или иную мысль, облекает ее в поэтическую форму.
Сфера экстаза, сфера высокого познания так прекрасна, искушение столь велико, что становится поэтичным, красота столь незабываема, благословение столь блаженно, что человек начинает говорить поэтическим языком.
Но Патанджали пытается устоять против искушения. Это очень нелегко. Еще никому не удалось устоять против него. Иисус, Кришна, Будда — все они говорят поэтическим языком. И если прекрасное нашло свое место в душе вашей, она будет петь, она будет танцевать. Вы познаете состояние человека, влюбленного в целую вселенную.
Патанджали пытается устоять. Он не хочет прибегать к поэзии, он не хочет пользоваться поэтическими символами. Он не хочет иметь ничего общего с поэзией, он не хочет оперировать понятиями красоты. Он предпочитает пользоваться математическим языком. Он хочет быть точным, предлагая вам максимы. Эти максимы суть формулы того, что подлежит использованию. И он не впадает в экстаз, он не говорит того, что не может быть сказано, он не пытается совершить невозможное. Он пытается заложить фундамент; ступив на фундамент, вы взойдете на вершину. Он точный математик — помните это.
Ошо / Йога — сила духа / Книга 2

Автор: Doberman
31.05.2022 00:00 - Обновлено 31.05.2022 06:41

Автор: Doberman
31.05.2022 00:00 - Обновлено 31.05.2022 06:41