

Сатсанг с Ом Бабой

Что такое Самоисследование?

(отрывок из Сатсанга 12.12.2014, Ришикеш, Индия)

Первый вопрос: Что такое Самоисследование?

Само понятие Самоисследование означает: спрашивать себя о том, что такое мое Истинное Я, искать свое Истинное Я.

Так что Самоисследование подразумевает, что вы задаете себе вопрос о том, что такое Истинная Природа Бытия и исследуете, ищите ответ.

Самоисследование - это процесс исследования, поиска своей Истинной природы, при помощи вопроса об Истинной Природе Бытия.

Если вам так больше нравится, можете назвать это 'моим Истинным Я' и сказать: «Я познаю свое Истинное Я»; или же, если вам нравится иначе, вы можете сказать: «Я познаю Высшее Я, то, что Едино, Вселенское Я».

К счастью, это одно и то же, но мы можем подойти к этому с разных сторон, так, как нам удобнее. Мы можем спросить «Что такое мое Истинное Я?»; наиболее непосредственный для этого способ - это задать себе вопрос «Кто Я на самом деле?».

И собственно в этом и есть смысл всей Духовной Практики. Это и есть сама Духовность. Осознать, кто я есть на самом деле. В этом сама суть Духовности. Для этого мы здесь. Для этого мы родились в теле человеческом.

Чтобы осознать этот вопрос, чтобы постичь Высшее Я, или, если вам так больше нравится, чтобы 'постичь Бога'; используя другую терминологию можно также сказать, чтобы постичь природу Шивы, Иисуса, осознать нашу связь с Иисусом...
...для этого мы спрашиваем: «Как Иисус связан со мной?», «Как Шива и Я связаны?», «В чем, в действительности, заключается эта связь?», «Как я и Высшие силы связаны?», «Каково мое место во Вселенной?», «Как я связан с этим миром?», «Как я связан со всем тем, что я вижу и ощущаю?».

С незапамятных времен философы предлагали нам так много ответов на эти вопросы, на вопросы о том, что есть Жизнь, Вселенная и все вокруг, так много ответов. И некоторые из их ответов были действительно прекрасными, есть лишь небольшое "но" - иногда их ответы противоречат друг другу.

Даже ответы прекрасных людей, по-настоящему мудрых людей, иногда не совпадают, иногда они указывают нам в разные стороны.

И тут возникает путаница, с нашей точки зрения. Потому что если бы все говорили одно и то же, то мы могли бы прочитать одну книгу и сказать: «Ага, теперь я знаю», и затем мы могли бы прочитать другую книгу, читая в ней то же самое, и тогда бы мы сказали: «Хорошо, все подтверждается». Но это не так. Существует много разных теорий, много философов.

В английском есть такое выражение, ‘местечковая мудрость’(‘wise-acting’). Я не знаю, как точно его перевести, но оно означает, так сказать, «философию деревни», когда каждый говорит в соответствии со своей теорией и пытается объяснить все и вся, исходя из собственных убеждений. И поэтому чем больше мы, бедные несведущие существа, читаем подобных вещей, чем больше сталкиваемся с такими людьми в своих поисках Истины, тем больше мы путаемся.

И затем мы встречаем полное сострадания Существо, которое говорит нам: «На самом деле, я не могу тебе рассказать, что есть Истина, для этого ты должен сам заглянуть внутрь себя. Я могу лишь немного указать направление, но ты сам должен будешь заглянуть внутрь себя, тебе нужно будет нырнуть глубоко внутрь себя. Отбрось все прочее, на мгновение. Отбрось все прочие привязанности, все якоря, что держат тебя, забудь про все ремни безопасности, выбрось их и нырни вглубь своего Существа! И ищи свое Истинное Я!»

Это, как Банджи Джампинг или ‘тарзанка’, но без веревки - вы просто прыгаете!

Это и называется Самоследованием.

Нырнуть вглубь своего Существа.

Исследуя свою Истинную Природу Бытия.

И когда эта Истина постигнута, когда получен ответ на вопрос «Кто я?», то ответы на все прочие вопросы придут сами собой - автоматически!

И это больше не просто теория, не то, во что мы *верим*, это не ‘местечковая мудрость’, это не философия, теперь это непосредственный опыт, как фрукт, который вы держите в руках. Вы держите яблоко, кто-то подходит и спрашивает вас: «Что у тебя в руках?», «Яблоко!» - так просто и понятно.

Таким образом, на Духовном пути мы не пытаемся запутаться в Философских теориях, наоборот, мы пытаемся вырваться из сетей Философии (мы и так уже достаточно запутались) и получить прямой, непосредственный опыт.

И иногда, даже когда мы получаем такой прямой опыт, наш старый друг, наш Ум, приходит и говорит: «Извини, у меня есть еще одно сомнение: как я связан с этим Миром?». В этот момент, когда мы каким-то образом слились со своей природой, когда ответом на все имевшиеся вопросы стало чувство наполненности, понимания, осознания...

В этот момент не может быть сомнений, не может быть и тени сомнения, в этот момент нет никаких философских теорий, даже нет никакого намека на философию. Все семена, что могли дать росток философским воззрениям, были сожжены.

Но иногда, даже в эти драгоценные мгновения, когда мы отождествляем себя лишь с Чистой Осознанностью, Ум стучится в дверь и говорит: «Эй! Ты не забыл обо мне? Я - твой старый друг, Ум», и он говорит: «Ты приобрел действительно прекрасный опыт, но ты все еще несовершенно. Ты должен поведать мне еще одну вещь: Какова моя связь с этим Миром? Как я связан с этим? Как я связан с тем?»

И тогда мы думаем: «Ну ладно, пока я не разрешу этот вопрос, мне не достичь состояния Чистой Осознанности».

Но то, что появляется в Поле Осознанности в виде вопроса, пусть даже в форме самого насущного вопроса, является всего лишь объектом. Всего лишь объектом, который может появиться, ничего страшного; он исчезнет так же, как и все остальное.

Что-то появляется в Поле Осознанности, которым мы являемся, в Поле Бытия, которым мы являемся; оно каким-то образом появляется откуда-то, неважно откуда...

Иногда оно задерживается на какое-то время и исполняет свой танец. Иногда оно связано с эмоциями, порой приятными, а порой неприятными, это неважно, оно задерживается на какое-то время, а затем уходит. То, чем является этот объект, что приходит и уходит, неважно.

Важен Тот, кто остается, кто не приходит откуда-то и не уходит куда-то. Это по-настоящему важно!

Будьте предельно внимательны к последним трюкам Ума, когда Ум уже почти побежден, почти полностью побежден, когда он потерял свою иллюзорную силу. В этот момент Ум приходит со своим последним вопросом, с последним козырем, и говорит: «Да, ты действительно молодец, тебе удалось, но не на 100%, осталось последнее задание; просто скажи мне: как ты связан с этим Миром? Ты видишь, птицы летят, как ты связан с этими птицами?» И ты думаешь: «Я не знаю», и каким-то образом ощущение Знания, Ясности, исчезает, и ты думаешь: «Мне все еще нужно узнать ответ на этот последний вопрос, иначе я не завершу поиск».

Комментируя текст «Авадхуты Гиты»:

«Ничем неограниченный с самого начала, во веки веков я свечу.

Неограниченный продолжающейся игрой, во веки веков я свечу.

Неограниченный разрушением всего окружающего, во веки веков я свечу.

Я - знание, упоительное, как нектар, неизменное блаженство, подобно пространству, я повсюду.

*Хотя о тебе могут говорить, у Тебя нет ни имени, ни формы.
Делим ты или неделим, нет ничего, кроме тебя.
О ум, без стыда блуждающий ум, зачем ты так изнуряешь себя?
Я - знание, упоительное, как нектар, неизменное блаженство, подобно
пространству, я повсюду».*

«Ничем неограниченный с самого начала, во веки веков я свечу».

В нашей Жизни было так много всего, сколько разных опытов, и все они имели свое начало.

У каждого опыта было свое начало, даже это тело имеет точку отсчета, каждая мысль, каждая Философская теория, каждая эмоция имеет свою точку отсчета.

У всего, с чем мы сталкивались в жизни, у всего того, что мы когда-либо знали, было свое начало; все начинается внутри Вселенной, и у всего есть свое начало. Это своего рода ограничение.

«Я свечу».

С самого начала я безграничен, я всегда светил, у Меня никогда не было начала. А все остальное имеет начало.

«Неограниченный продолжающейся игрой».

Что-то все время начинается, в определенный момент берет начало: это тело, этот ум, каждая мысль, каждый опыт - все! - берет начало и затем начинает свою 'игру'.

Мысль приходит и начинает свою игру, а затем уходит, и вот новая мысль приходит, тоже немного поиграет и уйдет, и эта игра продолжается до бесконечности.

Я не подыгрываю этому.

«Меня это не ограничивает, я этому не подыгрываю».

Я осознаю, что игра происходит.

«Я свечу».

Я проливаю свет на эту игру, но я в нее не играю.

Я просто знаю об этой игре. Я просто осознаю, что эта игра постоянно происходит.

Что я делаю? – «Во веке веков я свечу».

Он не преувеличивает. Он говорит об Истине, и очень прямолинейно.

«Неограниченный разрушением всего окружающего, во веки веков я свечу».

Для каждого опыта, который мы получаем, приходит момент, когда он заканчивается. На самом деле, каждый день опыт будет разным. Наши повседневные дела могут повторяться изо дня в день, в точности повторяться, и каждый день все будет происходить по-разному - каждый день.

В «Авадхуте Гите» говорится:

Я неограничен этим разрушением, я не подыгрываю этому разрушению. То, чем я являюсь, не имеет начала. Оно не началось в какой-то определенный момент, не развивается тем или иным образом, оно не растет, оно не увядает, оно не растворяется в конечном итоге.

«Я не ограничен разрушением всего окружающего».

Все ограничивается этим законом: в определенный момент все должно закончиться; но не я. Для Меня нет смерти, для Меня нет разложения.

«Во веке веков я свечу.

Я - знание, упоительное, как нектар, неизменное блаженство, подобно пространству, я повсюду.

О ум, без стыда блуждающий ум, зачем ты так изнуряешь себя?»

Здесь в «Авадхуте Гите», Даттатрейя, находясь в состоянии глубокого соединения с Истинной природой своего Бытия, говорит своему уму, он говорит: *«О ум, без стыда блуждающий ум, зачем ты так изнуряешь себя?»* ...зачем ты себя так утомляешь?

Ум продолжает приходить даже к нему, мысли продолжают приходить, такова их Природа, они продолжают приходить, но теперь они не Хозяева, ум больше не Хозяин, ум больше похож на игрушку, или на помощника. Он помогает справляться с повседневными практическими делами, это нормально, это удобно; это хорошо, что ум присутствует, он, как секретарь, у него есть память, он помнит о тех или иных вещах. Он помогает нам справляться с практическими аспектами нашей жизни, это хорошо, что у нас есть ум. Но если он превышает свои полномочия, если вместо того, чтобы быть секретарем, он становится президентом, если он становится начальником, то это очень плохой начальник. Он очень хороший секретарь, но очень плохой босс.

Итак, Ум подвижен, он говорит что-то свое, и Даттатрейя говорит Уму:

«О ум, без стыда блуждающий ум, зачем ты так изнуряешь себя?»

Я - знание, упоительное, как нектар, неизменное блаженство, подобно пространству, я повсюду».

И затем он говорит своему Эго (которое совершает свои финальные потуги):

«Зачем ты плачешь и стонешь, мой друг? Для тебя нет ни старости, ни смерти.

Зачем ты плачешь и стонешь, мой друг? Для тебя нет боли при рождении.

Зачем ты плачешь и стонешь, мой друг? Ничто не может тебя затронуть.

Я - знание, упоительное, как нектар, неизменное блаженство, подобно пространству, я повсюду».

Что же находится внутри нас, что иногда кричит, плачет и стонет, приговаривая: «О, я умру, я умру, пожалуйста, помоги мне, Боже, сжался надо мной, я умру». Говорит ли это тело подобным образом? Нет, у тела нет разума.

Или же это ум? Ум похож на собрание воспоминаний, фантазий, желаний, и так далее. Я бы сказал, что это не ум.

Или это Интеллект? Эта прекрасная способность, позволяющая нам различать, что верно, а что неверно, что полезно, а что вредно, разве это Интеллект? Я так не думаю.

Я думаю, это непосредственно Эго - *это* есть Эго!

Тот странный барьер, из-за которого мы отождествляем себя с чем-то ограниченным, с чем-то, что имеет начало и конец... То, что не ограничено началом и концом, отождествляет себя с тем, что ограничено, т.е. с человеческим телом. Это отождествление, мы можем назвать его Эго, если вам так нравится.

Именно Эго плачет и говорит: «О, я умру».

Даттатрейя продолжает говорить со своим Эго: *«Зачем ты плачешь и стонешь, мой друг? Для тебя нет ни старости, ни смерти».*

Для тебя нет даже старости, не только смерти, но даже старости, для тела - возможно, наступит старость, но ты не тело, поскольку то, чем ты являешься - это *«знание, упоительное, как нектар, неизменное блаженство»* - и для *Этого* не существует старости!

Другие люди плачут и причитают не потому что боятся старости, не потому что боятся смерти, а потому что боятся перерождения. Они думают: «О, это было ужасно, восемьдесят лет я прожил и теперь мне предстоит умереть и родиться заново». Поэтому в последние дни они борются за освобождение, здесь же говорится: «Не боритесь, для вас нет Перерождения. Для того, чем вы являетесь, нет перерождения. Больше не плачьте и не стоните».

Не разыгрывайте драму, хватит драмы!

Он говорит: *«Зачем ты плачешь и стонешь, мой друг? Ничто не может тебя затронуть».*

Тебя невозможно коснуться! Ничто не может задеть тебя, ничто не может ранить тебя, ничто не может причинить тебе вред! Ничто не может причинить тебе боль; ты тот, кто видит боль. Ты видишь боль, находясь на безопасном расстоянии. Как репортер, находясь на безопасном расстоянии, ты наблюдаешь за тем, как случается боль; но боль не случается с тобой. Тебя невозможно затронуть. Ничто на свете не может тебя коснуться!

Он продолжает:

«Зачем ты плачешь и стонешь, мой друг? Сам по себе, ты не обладаешь формой. Зачем ты плачешь и стонешь, мой друг? Тебя невозможно лишить формы.»

*Зачем ты плачешь и стонешь, мой друг? Ты никогда не станешь старым.
Я - знание, упоительное, как нектар, неизменное блаженство, подобно
пространству, я повсюду».*

Почему ты переживаешь: «Сегодня я плохо выгляжу, что же делать? Сегодня у меня морщинки, может надо начать пользоваться каким-то особым кремом или сделать пластическую операцию».

У тебя нет формы. А ты беспокоишься: «О, я набрал пять килограмм, что же делать? О, у меня выпадают волосы, что же делать?».

«Авадхута» говорит: прекрати эту драму! Хватит драмы!

У тебя нет собственной формы.

«Зачем ты плачешь и стонешь, мой друг? Ты никогда не утратишь молодость.

Зачем ты плачешь и стонешь, мой друг? Ты никогда не потеряешь рассудок.

Зачем ты плачешь и стонешь, мой друг? У тебя нет органов чувств.

*Я - знание, упоительное, как нектар, неизменное блаженство, подобно
пространству, я повсюду».*

Многие люди, когда о чем-то сожалеют, чувствуют грусть, говорят: «О нет, я теряю рассудок!». Он говорит: «Не бойся, ты даже не можешь его потерять». Возможно, это было бы очень кстати потерять рассудок, но ты не можешь его потерять.

*«Как ты можешь гнаться за богатством? У тебя нет имущества, которое
нужно поддерживать!*

*Как ты можешь гнаться за богатством? У тебя нет жены (или мужа),
которую нужно кормить!*

*Как ты можешь гнаться за богатством? Ничто не может тебе
принадлежать!*

*Я - знание, упоительное, как нектар, неизменное блаженство, подобно
пространству, я повсюду».*

*«Как ты можешь гнаться за богатством? У тебя нет имущества, которое
нужно поддерживать!»*

У тебя нет имущества, которое надо поддерживать...

Есть прекрасный бхаджан, посвященный Господу Шиве. Я его сразу же переведу:

«Слава тебе, о Всевышний Шива!

Целая Вселенная простирается внутри Тебя.

При этом, у тебя нет даже подушки, чтобы положить Себе под голову».

Все, что существует, зависит от Него, при этом у Него нет ничего собственного. Такова Природа Атмана, Природа Шивы, поэтому вы видите Шиву в образе просящего. У Него ничего нет. Он поддерживает все вокруг, но у Него ничего нет.

Поэтому здесь говорится: «Зачем ты стараешься получить деньги? Тебе ничего по-настоящему не принадлежит. У тебя нет никакой собственности, кроме того груза, который возникает из-за твоего представления, что тебе принадлежит так много вещей и что тебе нужно каким-то образом их поддерживать».

У многих из нас есть такое убеждение: «У меня есть так много вещей, и мне нужно их поддерживать. У меня есть большая машина, дом, красивая одежда. Мне нужно каким-то образом это сохранить. Мне нужно зарабатывать деньги. Мне нужно усердно работать, чтобы заработать на поддержание тех вещей, которые я считаю своими». И это действительно источник огромных страданий.

«Как ты можешь гнаться за богатством? У тебя нет жены или мужа, которых нужно кормить!»

Некоторые люди не так сильно озабочены своими вещами (машина, дом, и т.д.), но они волнуются о своих близких людях (муж, жена, дети, и т.д.). Они думают: «Мне нужно много работать, чтобы содержать их».

Здесь же говорится: «У тебя нет своей собственной жены. У тебя нет своих собственных детей». У тела есть дети, у тела есть жена, но когда ты захочешь соприкоснуться с Истиной своего Бытия, у этой Истины Бытия нет жены. Нет ничего, относящегося к Ней. У Нее нет ни детей, ни мужа, ни отца или матери.

Здесь не говорится: «Брось все свои обязанности и отправляйся в лес!».

Здесь не говорится не это, не поймите неправильно, здесь говорится не это.

Здесь говорится: «Сейчас, на мгновение, давайте все вместе соприкоснемся с Истинной Природой Бытия».

И чтобы это сделать, нам нужно отбросить в сторону наши убеждения и заблуждения. Мы должны отказаться от них на мгновение.

То, чем ты являешься, То, что ты ищешь посредством Самоисследования, у Того, чем ты являешься, нет жены, нет мужа, нет детей, матери, отца, родственников, друзей. Нет ничего, чтобы можно было соотнести с Тем, чем ты являешься. Оно существует само по себе, в Своем Безупречном Великолепии. Оно наполнено само по себе. Ему ничего больше не нужно, чтобы быть завершённым. Само по себе оно наполнено. Само по себе оно идеально.

«Как ты можешь гнаться за богатством? Ничто не может тебе принадлежать».

Не только тебе ничего не принадлежит, но ничто не может тебе принадлежать!

Обычно мы говорим: «Моя одежда, мои книги, мои вещи». Они действительно наши?

Какой тяжкий груз... ничто не может нам принадлежать!

Есть такая поговорка: «Наши владения владеют нами». Нами владеют наши собственные вещи. Мы становимся рабами собственного имущества. Наше имущество становится Хозяином.

Если у нас нет ощущения: «Мне принадлежат вещи»... - это такая Свобода ... знать, что мне не принадлежат вещи, что мне не принадлежат люди, что мне не нужно усердно трудиться, чтобы содержать мои вещи и моих людей.

Итак, здесь говорится: просто шагни за предел своих заблуждений - почувствуй вкус, соприкосновение со своей Чистой и Безграничной Природой. Тебе ничего не принадлежит, тебе ничего не может принадлежать!

То, чем ты в действительности являешься, это Чистое Истинное Я, не может ничем владеть.

У него не может быть своих «собственных людей», у Чистого Истинного Я.

И в продолжении:

«Ты и Я не привязаны к этому миру кратковременных форм.

Лишь бесстыдный ум делит целое на части.

Разделение и неразделение - это одно и то же для нас с тобой.

Я - знание, упоительное, как нектар, неизменное блаженство, подобно пространству, я повсюду».

Святой Франциск Ассизский был одним из богатейших людей в своем городе, под названием Ассизи. В молодости он был очень горяч, очень горяч. Он то и дело устраивал вечеринки, огромные обеды, большие пиры. У него были самые лучшие одежды, его отец, кстати, был торговцем тканями. У него были одежды лучшего качества, чистейший шелк из Франции. У него был очень красивый дом, превосходная пища, лучшие напитки, лучшее итальянское вино. И всем этим он наслаждался в полной мере. Но внутри он чувствовал пустоту.

Его счастье зависело от всех этих вещей, он все же он не мог найти счастья. И поэтому ему требовалось все больше вещей, все больше прекрасных одежд, все больше прекрасной пищи, все больше прекрасных вечеринок, он полагал: «Возможно, сейчас я смогу найти счастье». Но это не срабатывало.

И ему также очень нравились прекрасные дамы. Однажды ему пришло божественное видение, и в этом божественном видении он увидел прекрасную девушку - никогда прежде он не видел ничего, что могло бы сравниться с ней, и впервые в жизни его сердце было по-настоящему тронато, впервые в жизни он влюбился. И он подумал: «Я готов все сделать для этой Божественной Девушки!».

Затем он постоянно думал о ней: «Как мне ее встретить? Где я могу ее найти? Кто она, и как мне ее отыскать?». Ее Красота покорила его. Встретить ее и жениться на ней стало целью его Жизни. Он молился: «Господи, пожалуйста, укажи мне, где я могу ее найти? Я откажусь от всего ради нее!».

И однажды Господь ответил на его молитвы. Эта Девушка вновь явилась к нему в видении, та же самая Девушка, и Господь сказал ему: «Эта Девушка станет твоей Женой». И Святой Франциск сказал: «Правда? Кто она? Где я могу найти ее? Как ее зовут?». И Бог заговорил внутри него и сказал ему: «Ее имя - Бедность, и она станет тебе Женой, и она приведет тебя ко Мне. Она приведет тебя к твоей Божественной Природе, Твоя Жена, *Бедность*».

И Святой Франциск понял, о чем речь, он был готов к этому. Он подошел к окну и стал выбрасывать все свои прекрасные одежды и вещи - он был настолько одухотворен, что выбрасывал не только свои одежды, но и одежды своего отца!

Он отдал все, и абсолютно голым он покинул дом и отправился в лес. И он нашел Счастье; то Счастье, которое дарует Свобода, которое дарует Чистота, которое дарует Свобода от тяжелого груза.

Он обрел то Счастье, даже каплю которого он не мог найти на всех вечеринках, на лучших вечеринках в Ассизи. И он женился на Бедности.

Это - это самое тяжелое имущество, ему требуется очень много поддержки, ему требуется так много энергии и времени. И поэтому даже если мы выкинем из окна всю нашу одежду, нет гарантии, что мы найдем счастье - нам также нужно выкинуть из окна наше 'внутреннее имущество'!

С практической точки зрения нам необязательно выбрасывать одежду из окна; что необходимо, так это отказаться от привязанности, от самой идеи обладания чем-либо: «Это моя одежда, я завишу от нее. Если у меня не будет моих нарядов, я никогда не стану счастливым».

Здесь так красиво говорится:

«Как ты можешь гнаться за богатством? Ничто не может тебе принадлежать!»... так красиво!

Здесь говорится: «Ничто *не может* тебе принадлежать».

Здесь не говорится: «Было бы лучше, если бы у тебя не было привязанности».

Нет! Ничто НЕ МОЖЕТ тебе принадлежать - очень прямолинейно!

Мы может думать, что нам принадлежат многие вещи, но нам не может ничего принадлежать.

Мы должны четко понимать, что ничто не принадлежит нам...

Даже то Знание, которое есть у нас, не принадлежит нам. Даже те слова, что мы произносим сейчас, не принадлежат нам.

Даже те опыты, что мы переживаем, не принадлежат нам.

Это я называю настоящей Санньясой, истинным отречением, самым важным отречением.

Отречением от груза, отречением от Заблуждения.

Мои работы, мои действия, они не принадлежат мне, каким-то образом, они происходят, разворачиваются сами по себе.

Мои мысли, какова моя связь с ними? - у меня нет связи с ними. Они не принадлежат мне; каким-то образом они появились откуда-то, каким-то образом они уйдут.

Все мои слова, моя музыка, моя речь, мои творения, мои рисунки, ничто не принадлежит мне. Это Санньяса. Это отречение. Это Свобода!

Мой Духовной Опыт не принадлежит мне.

Однажды кто-то попросил меня: «Расскажи о своем Духовном опыте».

Я сказал: «У меня нет Духовного опыта».

Он сказал: «Не волнуйся, не волнуйся. В свое время у тебя будет Духовный Опыт!».

Хорошо, что мы не можем присвоить 'авторские права' Духовным опытам.

У нас нет имущества, но у нас есть множество Даров.

Нам было дано множество Даров.

Можем ли мы сказать, что та Тишина, которую мы чувствуем, это имущество? Это моя Тишина?

Как я могу защитить ее, чтобы никто не отнял ее у меня?

Это не имущество, это Дар.

Каким-то образом она была нам дана, но она не принадлежит нам.

В любую минуту она может уйти.

Мы не должны привязываться даже к Тишине.

Это Дар.

Вдохновение - это Дар.

Все, что мы получаем каждую секунду, - это Дар, но это не принадлежит нам.

То, чем мы являемся, не может обладать никаким имуществом.

Если вы хотите заниматься Самоисследованием, этот принцип поможет вам:

«Я не знаю, кто я на самом деле, но, чем бы я ни являлся, Оно ничем не владеет. У меня нет ничего собственного».

Это поможет.

Что *Это*, которое осознает мысли?

Когда приходят мысли, оно каким-то образом знает: «Сейчас протекают мысли!», и иногда ты уходишь в эти мысли, играешь с ними, а иногда ты не играешь с мыслями, но тебе знакомы оба эти состояния.

Ты должен знать: «Сейчас я играю со своими мыслями» или «Десять минут назад я играл со своими мыслями, а сейчас не играю».

Смысл не в том, чтобы остановить мысли. Мы не пытаемся это сделать.

Смысл в том, чтобы просто осознать, что есть нечто, в равной степени присутствующее и когда есть мысли, и когда их нет. И мы пытаемся все больше сконцентрироваться на *Этом*.

Мы пытаемся перенаправить свое внимание: вместо того, чтобы направлять внимание на мысли и объекты, воспринимаемые органами чувств, мы пытаемся направить внимание на *То*, что осознает наличие мыслей и предметов, воспринимаемых органами чувств.

Поэтому Самоисследование означает:

Что *Это*, осознающее мысли, когда они есть?

И что *Это*, в равной степени осознающее отсутствие мыслей, когда их нет?

Потому что мыслям, для того, чтобы они появились, им нужно пространство.

Что является *Этим* пространством?

Когда мысли приходят в *Это* пространство - добро пожаловать - не пытайтесь удержать их снаружи, закрыть двери, это необязательно; они могут прийти, просто осознавайте *Это* пространство.

Если меня спросить: осознавать - это и есть наша Суть?

Я скажу: да, но мы так или иначе осознаем.

Осознание - это не усилие. Нужно это понимать.

Не нужно прикладывать усилие, чтобы осознавать - это было бы неестественным.

Осознанность также присутствует сейчас, в этот самый момент; если бы ее не было, вы не могли бы осознавать тот факт, что я сейчас говорю. Возможно, Осознанность поменяет фокус, направит внимание в другом направлении, и мысли возникнут в вашем уме, и вдруг вы перестанете осознавать мою речь и, возможно, вы погрузитесь в фантазии, но вы осознаете это, вы осознаете наличие собственного воображения.

Осознанность постоянно присутствует!

Это прекрасно понимать!

Что Осознанность сама по себе не может отсутствовать!

Такое понимание является по-настоящему освобождающим!

Даже если мысли приходят, скажите им: «Заходите, заходите в мой дворец Осознанности, добро пожаловать всем». А если вы захотите удержать мысли внутри, у вас не получится, они не могут остаться, даже если вы захотите удержать их, они скажут: «Теперь мне пора идти». Мысли ведут себя таким образом. Они приходят во Дворец Осознанности в свое время и уходят в свое время - но это неважно. Что важно, так это сам Дворец Осознанности.

Не пугайтесь мыслей. Они безвредны, они, как мираж - они могут пугать, но у них нет реальной силы, они не могут затронуть это пространство Осознанности, они не могут нанести ущерб ему. Это очень важное, дарующее свободу, понимание.

Мысли - это как маленький паучок, они безвредны. Паучок - безвреден, его можно тихонько убрать. Некоторым он будет казаться очень страшным, но он безвреден, это всего лишь маленький паучок; и даже ваша самая страшная мысль - всего лишь, как маленький паучок, или как муравей.

Мы же не берем ружье, чтобы убить паука. Это просто не нужно. Мы просто тихонько его убираем.

То же самое с мыслями, мы можем просто аккуратно оставить их там, где они есть.

Но если мы осознаете силу того, кем мы являетесь, мысли не могут нас больше напугать.

И поэтому нам не нужно ружье для мыслей. Это необязательно.

На самом деле, нам вовсе не нужно с ними бороться. Не требуется никакой борьбы.

Нужно лишь задать себе вопрос: «Кто Я?».

Кто этот Я, который осознает, что мысли возникают, играют, а затем вновь исчезают?

Кто этот Я, осознающий эти мысли, чем я являюсь?

Это совершенно невинный вопрос, но когда вы его задаете, все исчезает, все страшные мысли сразу же растворяются.

Это Самоисследование.

Просто спрашивать себя:

Кто этот Я, который знает, что есть мысли?

Кто этот Я, который знает об ощущениях в теле?

Кто этот Я, который знает о наличии боли?

Кто этот Я, который осознает окружающие предметы?

Кто этот Я, который осознает Спокойствие внутри?

Кто этот Я, который осознает, что внутри есть ложные ощущения?

Кто этот Я, который осознает все голоса внутри?

Кто этот Я, который осознает все перемещения энергии внутри?

Кто этот Я, который светит и озаряет все эти движения?

Кто этот Я, который всегда присутствует?

Кто этот Я, который всегда осознает?

Кто этот Я, который всегда в тишине?

Кто этот Я, который свободен от всех принадлежностей?

Кто этот Я, который свободен от всякого Знания?

Кто это Я, который сам по себе является Свободой?

«Я - знание, упоительное, как нектар, неизменное блаженство, подобно пространству, я повсюду».

Shivaya Namō Parameshwara
Shivoham
Shivoham
Shivoham
Sada Shivoham

(Шивайя Намо Парамешвара
Шивохам
Шивохам
Шивохам
Сада Шивохам)

(Еще два вопроса возникли по ходу Сатсанга (вклиниваясь в ответ на первый вопрос), и хотя мы должны были поговорить о них позже, ответы уже были ‘косвенно’ получены:

один вопрос был такой: как Мир связан с моей Осознанностью, как все то, что я воспринимаю из внешнего Мира, связано с тем, чем я поистине являюсь, т.е. с Осознанностью?

другой вопрос звучал так: если мы достигнем состояния Высшего Озарения, должны ли мысли полностью остановиться? Будет ли это полный вакуум? Или же мысли продолжают появляться?)

