

## Учение Гурумаи Чидвиласананды

### Очищение, Обновление, Возжигание...

До тех пор, пока вы не осознаете чувства тяжести в своём теле, в своём пространстве, и в собственном мире, вы не сможете заметить, что день за днём постоянно вычерпываете ил, осевший в самых глубоких и потаённых нишах вашего ума - остатки ваших старых представлений.

Но в один прекрасный день, происходит что-то неожиданное. Это может быть всё, что угодно - какое-то небольшое, едва заметное происшествие, или огромное и значительное событие. В любом случае, это событие переворачивает весь ваш мир вверх дном. То, что вам представлялось правдой по отношению к своей жизни, больше не кажется вам истинным и правдивым. То основание, на котором вы строили свою жизнь, те колонны, которые её поддерживали, становятся шаткими. Вы достигаете предела своих сил и возможностей, вы находитесь на грани срыва.

Но из этого вовсе не следует, что вы неизбежно сломаетесь. Это не означает, что вы должны исчезнуть и раствориться в забвении. Вселенная сужается и расширяется. В ней происходят приливы и отливы. И превыше всего, она щедра и великодушна. Вы должны понять - в тот момент, когда кажется, что у вас всё было отнято, на самом деле, что-то прекрасное просачивается на поверхность в сферу возможного. Оно скоро станет видимым. Начинается удивительный процесс.

Те, у кого есть словарный запас для того, чтобы описать этот процесс, могут назвать его *садханой*. Появляющееся у вас внутри чувство изумления и замешательства побуждает вас предпринять

необыкновенную, и иногда не-слишком-приятную работу, как внутри, так и снаружи. Эта медленная и методичная внутренняя работа называется очищением, и такое очищение... это нечто особенное. Вы встретитесь со множеством трудностей и чудес. Внутри вас будет расти пылкая вера в то, что эта *садхана* ведёт к освежению и обновлению всего вашего существа и возжиганию света в вашем мире - том мире, который вы ощущаете, и том мире, который вы видите.

Здесь совершенно необходимо ваше активное участие в этом процессе. В течение многих лет, я видела, как люди провозглашают, что хотят познать Бога. Они хотят познать Высшее Я. Они желают обладать таким же прекрасным сиянием, как тот человек, которого они считают благочестивым; излучать такую же ауру безмятежности, какую излучает тот, кто участвовал в месячном ретрите молчания; обладать такой же жизненной энергией и дисциплиной, какими, по их мнению, обладает тот, кто постился в течение сорока дней, или даже тот, кто просто постоянно медитирует. Но когда приходит время засучить рукава и *работать* для достижения этой цели - у них неожиданно пропадает всякое желание это делать. Они стараются избежать усилий, которые необходимо приложить. Или предпочитают забыть, что когда-то даже думали о возможности следовать такой цели. Они хотят иметь розу без шипов, они хотят пожать урожай, не сея зерна, а если из земли ничего не прорастает, это их озадачивает. И они отчаянно стараются найти виновных.

На санскрите есть выражение: "*Садьяте ненети садхана*", "*Садхана* - это то, с помощью чего достигается цель". Для *садханы* необходимо действие, усилие, постоянная концентрация внимания и стойкость. Нельзя искать виноватых, как только у вас возникают трудности в *садхане*. Мир не может неожиданно превратиться в место, исполненное горечи и уныния. Вы должны совершенно ясно

осознавать, когда яд, который в вас накопился, воздействует на ваше мышление. Именно поэтому необходимо внутреннее очищение.

Когда вы посвятите себя такому очищению — а также обновлению и возжиганию, которые за ним следуют — то обнаружите, что они происходят во всём вашем существе. Они происходят в вашем физическом теле, в вашем эмоциональном теле, в вашем умственном теле, в вашем духовном теле. Фактически, конечно, всё это составляет единое тело. Всё это - единая сущность. Множество систем этого тела, множество его граней, множество плоскостей, в которых оно функционирует - всё это взаимосвязано. Однако, с точки зрения *садханы* — для того, чтобы лучше понять этот мистический процесс и сделать его выполнимым — мы представляем, что тело разделено на различные аспекты.

Процесс очищения, обновления и возжигания света в каждом из этих тел будет выглядеть по-разному. Он будет ощущаться по-разному. Он будет иметь свои взлеты и падения, свои особенные победы и поражения, свои способы формирования и обновления ваших мыслей, эмоций, энергии, вашего отношения к жизни. Этот процесс также будет отличаться от последователя к последователю; у двух разных людей преобразование будет совершаться неодинаково.

Что бы ни происходило в вашей *садхане*, примите твёрдое решение - пересечь дорогу, которая лежит перед вами. Не оставляйте своих стараний. Я часто рассказывала историю о молодом ученике, который ожидал, что как только он предстанет перед Мастером, немедленно получит от него просветление. Мастер говорит ученику, что ему придется подождать до следующего утра, а тем временем он может поучаствовать в возжигании 108 лампад для вечерней молитвы. Ученик принимает это с усмешкой; он не может постичь, для чего

нужны такие усилия. Тогда Мастер дает ученику другое задание — погасить все лампы перед сном. Ученик проводит всю ночь, пытаясь потушить огонь в лампадах, но пламя никак не желает гаснуть. Наконец, когда наступает утро, он получает глубокий внутренний опыт всепроникающего света.

Ученик в этой истории сначала недооценил значения усилий для достижения того, к чему он стремился. И все же, в конце концов, именно его усилия — его искренние старания следовать команде своего Гуру — привели его к достижению цели.

Если вы будете прилагать усилия в *садхане*, вы почувствуете себя благословлёнными. Чем больше в вас будет расти осознание того, что происходит внутри вас, чем больше и больше вы будете готовы помогать этому процессу, тем больше вы будете изумляться тому, что вам откроется. На каждом этапе этого путешествия, жизненно необходимо практиковать благодарность. И тогда, не возникнет ли у вас неизбежное желание всегда поступать с чувством собственного достоинства? Не захотите ли вы признать, что можете стать себе истинным другом? Куда бы вы ни пошли, вы всегда будете в хорошей компании. Разве это не удивительное чувство?

В Веданте есть история о десяти паломниках, которые пересекают реку. Перебравшись на другой берег, они решают сосчитать, сколько их находится на берегу, с целью удостовериться, что все на месте. Однако, каждый из них насчитывает только девять человек. В конце концов, появляется мудрый человек и объясняет, что никто из них не посчитал себя. Никто из них не принимал в расчёт, что он существует!

Необходимо помнить о собственной ценности, продолжать укреплять свою связь со светом, который вы несёте внутри. Просто скажите себе прямо сейчас, молча или вслух:

“Куда бы я ни пошёл, я нахожусь в своей собственной хорошей компании. Я чувствую благодать. Я чувствую себя легко. Я чувствую, что все происходит правильно. Я чувствую свою силу. Я ощущаю сладость смирения. Я благодарен за то, каким я становлюсь, совершая *садхану*”.

~ Гурумаи Чидвиласананда

