

12+



Наталья Блакитная

7 ШАГОВ ОТ ИДЕИ ДО ВОПЛОЩЕНИЯ

Как прийти к полной самореализации
через раскрытие чакр

Наталья Блакитная

7 шагов от идеи до воплощения

«ЛитРес: Самиздат»

2019

Блакитная Н. А.

7 шагов от идеи до воплощения / Н. А. Блакитная — «ЛитРес: Самиздат», 2019

Каждому человеку свойственно двигаться в направлении собственного предназначения. Каждый хочет найти тот неведомый путь к глубочайшему удовлетворению от самого процесса жизни, а также найти себя и свое место в этом мире. Эта книга – ваш путеводитель в область самореализации. С помощью практик, изложенных в ней, вы пройдете путь через чакры, от состояния закрепощения и страдания, к освобождению и блаженству. И от рождения идеи вашего желания, до его воплощения в жизнь.

© Блакитная Н. А., 2019

© ЛитРес: Самиздат, 2019

Содержание

1. Шива и Шакти	5
Освобождение и Воплощение	5
Вечное притяжение	7
2. Шива	8
Шива – чистое сознание	8
Опыт пробуждения	9
Конец ознакомительного фрагмента.	18

1. Шива и Шакти



Освобождение и Воплощение

Вселенная содержит в себе 2 аспекта: активная жизненная энергия, образующая материю – Шакти, и чистое непроявленное сознание, которое олицетворяет Шива.

В индуистской мифологии слияние Шакти и Шивы формируют Вселенную.

Шакти – мать Вселенной, представляющая материю. Шива – мужское начало, сознание, не имеющее формы. Шакти даёт жизнь, Шива одаряет ее сознанием. В следствие их вечной любви появляются миры.

Шива и Шакти существуют в каждом человеке, поскольку каждый из нас – маленькая Вселенная. Шива направляет человека к просветлению, к осознанию вечного блаженства. Шакти ведёт личность к реализации с помощью формы, и побуждает, развиваясь как индивидум, творить свою судьбу.

Говоря простым языком, Шива может привести вас к абсолютному блаженству, к безусловному счастью от проживания жизни. Шакти поможет вам реализовать образы, данные в виде желаний, и создать свой мир.

Каждый человек нуждается в развитии двух аспектов – и сознания, которое представляет Шива, и энергии – Шакти. Шива без Шакти – непроявленное блаженное сознание, не имеющее формы. Шакти без Шивы – энергия, не осознающая себя. Шива – вечное чистое пространство, пустой экран. Шакти – энергия, рисующая жизнь на этом экране.

Это первая проявленная дуальность в мире, первое разделение. И одновременно первое, вечное притяжение, стремление к единению разделённых половин.

«Шива без Шакти есть шава (труп)». К этому часто забывают добавить, что Шакти без Шивы это безумная, не приложенная ни к чему и не центрированная сила, часто саморазрушительная. Шива сказал: «О Богиня, без Шакти Я [был бы] всегда подобен трупу (шава). Когда

Я соединён с Шакти, Я – Шива. ...Я – Шива лишь благодаря единению с Шакти. Если успех (сиддхи) не достигается пребыванием с женщиной, тогда, о Всевышняя, [всё], что Я говорю – бесполезно... Следует оставить все святые места и, во что бы то ни стало, идти в общество женщины. [Ибо] сказано Мною: успех достигается лишь в обществе женщины и не иначе». Гуптасадхана-тантра 5.10–17)

©Анодея Джудит «Чакры. Полная энциклопедия для начинающих», 2017 год

«Мужской принцип, Шива, отождествляется с чистым непроявленным сознанием. Он олицетворяет блаженство и изображается как бесформенное существо, погруженное в глубокую медитацию. Шива – это пассивная божественная потенция, равная чистому сознанию и отделенная от своих проявлений. Иногда его называют «разрушителем», поскольку он – сознание без формы, он разрушает форму для освобождения сознания. Считается, что Шива сильнее всего проявляется в верхней чакре.

Шакти – женская противоположность этому пассивному сознанию. Она подательница жизни, создатель всего и Мать вселенной. Шакти, создавая мир, порождает *майю*, которая обычно рассматривается как иллюзия. Раньше в санскрите слово «майя» обозначало магию, искусство, мудрость и сверхспособности. Майя – это сама материя проявленной вселенной, хозяйка божественного творения. Майя является проекцией сознания, но не самим сознанием. Сказано, что, «когда карма созревает, Шакти жаждет творить и покрывает себя собственной майей». (Лизель Рэймонд «Шакти: духовный опыт»)

Корень *так* означает «иметь силу», «мочь». Шакти – это жизненная энергия, которая дает силу для зарождения жизни. Через единство с Шакти, Шива спускается в мир и наделяет вселенную (Шакти) Божественным Сознанием. Среди смертных женщины рожают детей, но только благодаря семени мужчины. Так же и Шакти рождает вселенную, но только благодаря сознанию, исходящему от Шивы.

Вечное притяжение

Каждое из этих божеств стремится к другому. Шакти, поднимаясь от земли, описывается как «божественное стремление человеческой души», в то время как Шива, спускающийся сверху, – это «непреодолимое влечение божественной благодати», или воплощение. Они находятся в вечных объятиях, занимаются любовью и не могут существовать друг без друга. Их вечные отношения создают и мир видимый, и мир духовный.

Шива и Шакти находятся в каждом из нас. Нам нужно только придерживаться определенных правил, чтобы эти силы объединились и дали нам пробуждение от завесы майи, осознание того, что сознание скрыто в так называемой иллюзии. Когда это случится, мы получим, как о том говорит старое значение слова, искусство, мудрость и силы для творения.»

Шива проявляет себя в верхней, седьмой чакре, Шакти пребывает в корневой, первой чакре. Шива и Шакти – это Освобождение и Воплощение. Двигаясь вверх, в направлении седьмой чакры, мы будем освобождаться шаг за шагом, очищая пространство каждой чакры. И затем, спускаясь вниз по очищенному пространству, будем проходить вместе с энергией по всем чакрам, проводя идею нашего желания к его воплощению в проявленной форме.

2. Шива



Шива – чистое сознание

Шива – чистое сознание. Вечный источник неиссякаемого блаженства. Магнит для всех ищущих, жаждущих свободы и безусловного счастья. Долгие поиски привели Будду к состоянию чистого сознания, и полному освобождению от страданий.

Состояние будды, то есть пробужденного, может достичь каждый. Единственное, чем должен обладать ищущий – это жажда знать, и жажда быть свободным. Именно жажда, а не желание. Желание может быть сегодня, а завтра исчезнуть. Жажда – это непреодолимое влечение, это движущая сила, которая будет вести ищущего до тех пор, пока он не найдёт то, что искал, и не утолит её.

Для того, чтобы возникла жажда, ищущий должен познать всю глубину страдания. Только тогда в нем будет гореть неутомимое стремление к освобождению, желание познать истинную природу, которой и является безусловное счастье, а правильнее было бы сказать – блаженство бытия.

Если в глубине души у вас есть тонкое ощущение неудовлетворенности от жизни, если вам кажется, что в ней не должно быть столько страданий – вам не кажется. В глубинах вашего подсознания хранится память о состоянии чистоты, безмятежности, тишины и покоя, существующих вечно в бесконечном пространстве.

Истинная природа бытия – блаженство. И, если вы все еще страдаете, ищите путь. Не упускайте жизнь, не упускайте возможность наслаждаться каждым ее мгновением.

Опыт пробуждения

Существует множество различных путей к освобождению, но в описаниях опыта пробуждения есть много общего. Рассмотрим некоторые из этих опытов.

© Экхарт Толле "Сила Моента Сейчас", 1999 год

Вплоть до моего тридцатилетия я жил в состоянии почти не покидавшего меня чувства беспокойства и тревоги, перемежавшегося периодами суицидальной депрессии. Сейчас я воспринимаю это, как если бы я говорил о своей прошлой или даже вообще не о своей жизни.

Однажды ранним утром вскоре после моего двадцатидевятилетия я проснулся с чувством жуткого, абсолютного страха. Со мной и раньше такое случалось: я бывало и раньше просыпался с подобным чувством, но на этот раз оно было сильным как никогда. Ночная тишь, расплывчатые очертания мебели в темной комнате, далекий шум проходящего поезда – всё казалось каким-то чужим, враждебным, и настолько лишенным смысла, что пробуждало во мне глубокое отвращение к миру. И самым отвратительным из всего этого был факт моего собственного существования. Какой был смысл продолжать свою жизнь с грузом такого страдания? Зачем надо вести эту непрерывную борьбу? Я чувствовал, что глубокое, страстное желание к избавлению, стремление к несуществованию, теперь становится гораздо сильнее, чем инстинктивное желание жить.

– Я больше не в силах жить сам с собой.

Эта мысль настойчиво повторялась в моем рассудке. И вдруг, совершенно внезапно я сообразил, насколько необычной и оригинальной была эта мысль.

– Я один, или меня двое? Если я не в силах жить сам с собой, то тогда меня должно быть двое: "Я" и тот самый "сам", с которым я не могу больше жить. А что если только один из нас настоящий? – подумал я.

Я был так потрясен этой странной догадкой, что мой разум как бы застыл. Я продолжал оставаться в полном сознании, однако при этом у меня не было ни одной даже крошечной мысли. Потом я почувствовал, будто втягиваюсь во что-то наподобие энергетической воронки. В начале движение было медленным, потом оно постепенно ускорилось. Меня охватил ужасный страх и тело начало трясти. Я слышал слова "не сопротивляйся", будто бы исходившие из моей груди. Я чувствовал, что меня засасывает в пустоту. Было такое ощущение, что эта пустота находится скорее внутри меня, чем снаружи. Внезапно страх исчез, и я ощутил себя в этой пустоте. Больше я ничего не помню. Я не помню, что было дальше.

Я проснулся от пения птицы за окном. Никогда раньше я не слышал такого звука. Мои глаза оставались закрытыми, но воображение рисовало образ драгоценного бриллианта. Да, конечно, если бриллиант может издавать такой звук, значит, он и должен быть таким. Я открыл глаза. Сквозь занавеси просачивался первый свет утренней зари. У меня по-прежнему не было никаких мыслей и я чувствовал, я точно знал, что существует нечто такое, что мне еще надлежит познать, нечто бесконечно большее, чем мы себе представляем. Этим мягким свечением, струившимся сквозь занавеси, была сама любовь. На глаза навернулись слезы. Я встал и походил по комнате. Я узнал ее, однако теперь я понимал, что никогда прежде не видел эту комнату в истинном свете. Все было свежим и нетронутым, будто только появилось на свет. Я брал в руки вещи, карандаш, пустую бутылку, удивляясь их красоте и наполненности жизнью.

В тот день я бродил по городу совершенно пораженный чудом земной жизни, будто я сам только что родился на свет.

Следующие пять месяцев я прожил в состоянии глубокого покоя и непрерывного блаженства. Потом интенсивность этого состояния немного ослабла, или, может быть, просто мне так казалось, ибо это состояние стало для меня естественным. Я по-прежнему сохранял спо-

способность действовать в этом мире, хотя и понимал – что бы я ни сделал, это, скорее всего, ничего не прибавит к тому, что у меня уже есть.

Разумеется, я понимал, что со мной произошло что-то чрезвычайно важное, глубокое и значительное, но совершенно не представлял себе, что именно. Так продолжалось в течение еще нескольких лет, пока из духовных писаний и от духовных учителей я не узнал, что со мной случилось именно то, к чему все они стремились. Я догадывался, что сильнейший пресинг страдания, пережитого в ту ночь, должен был подтолкнуть мое сознание к тому, чтобы оно оторвалось от своего отождествления с несчастным и безмерно напуганным "мной", кто, в конечном итоге, является не чем иным, как созданной разумом фикцией. Должно быть, этот отрыв был столь полным, что это ложное, страдающее "я" тотчас сжалось, как бывает, когда из надувной игрушки вытаскивают пробку. То, что теперь оставалось, было моей истинной, вечной сущностью Я есть, сознанием в чистом виде, каким оно и было до своего отождествления с формой. Позже, оставаясь в полном сознании, я научился входить в это внутреннее царство безвременья и бессмертия, которое поначалу ощутил и воспринял как пустоту. Я пребывал в состоянии такого неопишуемого блаженства и святости, что даже первоначальное ощущение, которое я только что описал, меркнет в сравнении с ним. Когда на физическом плане я ненадолго остался ни с чем, то у меня появилось время. У меня не было связей, работы, дома, никакой социально обусловленной индивидуальности. Почти два года я провел на скамейках парка, переживая состояние ослепительно яркой и глубокой радости.

Но даже самые прекрасные ощущения приходили и уходили. Однако, возможно, самым фундаментальным из всех остальных ощущений, было остававшееся под этим чувство покоя, которое с тех пор уже никогда меня не покидало. Порой оно бывает очень сильным, почти осязаемым, чем-то таким, что можно почувствовать. Временами как будто где-то на заднем плане звучит далекая мелодия.

© Тони Парсонс "Тайна, Которой Нет", 2005 год

Однажды, прогуливаясь по парку в пригороде Лондона, я вдруг заметил, что мой разум полностью поглощен ожиданиями относительно будущих событий, которые, возможно, еще и не произойдут. Тогда я решил отпустить эти проекции и просто быть, просто прогуливаться.

Я заметил, что каждый шаг совершенно неповторим, – новый нажим, новое ощущение в стопе, – это длится одно мгновение, а затем прекращается и никогда уже в точности не повторяется.

Вместе с этим осознанием произошел переход: я, прогуливающийся, исчез, и осталась только прогулка.

То, что случилось потом, не поддается описанию. Я могу лишь грубо обозначить это словами: все окутал абсолютный покой, казалось, во всем ощущалось присутствие вселенских сил. Понятие времени утратило смысл, меня больше не существовало. Я исчез – не стало того, кто переживал этот опыт.

То, что произошло, можно назвать всеобщим единством. Нельзя сказать, что я стал един со всем мирозданием, поскольку меня просто не стало. Могу только сказать, что было всеобщее единство, и все мироздание преисполнилось восторгом любви. Вместе с этим пришло полное постижение целого. Все это произошло в безвременной вспышке, которая казалась вечностью.

Вместе с этим переживанием и сразу после него пришло откровение настолько величественное и революционное по своей природе, что мне пришлось сесть на траву, чтобы переварить все это. То, что я увидел, было просто и очевидно, но в то же время совершенно непередаваемо в словах. Как будто я получил ответ, состоящий в том, что у меня не было вопроса.

Мне была открыта тайна, что никакой тайны на самом деле нет; эта несуществующая тайна содержится и отражается во всем, что нам известно и неизвестно. Природа, люди, рождение, смерть, наши сражения, наши страхи и страсти – все это отражает ничем не обусловленную любовь и содержится в ней.

Я был совершенно ошеломлен. Все приобрело новый смысл. Я смотрел на траву, на деревья, собак и людей – все они были такими же, как и прежде, но теперь я не просто осознавал их сущность, но сам был их сущностью, словно они – это я. Как будто бы все вокруг, включая меня, погрузилось в океан всеобъемлющей любви, и странным образом казалось, что ничего особенного в этом нет: таково положение вещей, норма, просто обычно мы этого не ощущаем.

Почему именно я и почему именно в тот момент? Мне нечего дать взамен, – чем же я заслужил такой дар? Я, несомненно, не был чист в библейском смысле, как и в любом другом общепризнанном смысле. Во всяком случае, так говорил мой разум. Я не проводил дни в медитации, не шел путем духовного подвижничества. Просветление произошло без каких бы то ни было усилий с моей стороны! Я просто очень легко и естественно начал созерцать свою прогулку, и вдруг появилось это сокровище.

© Ошо Раджниш "Автобиография Духовно Неправильного Мистика", 1990 год

Буквально за неделю до этого дня я перестал работать над собой. Настал тот момент, когда ты ясно видишь всю тщетность своих усилий. Ты уже сделал все, что можно, но ничто не принесло успеха. Ты сделал все, что в человеческих силах. Что еще остается? В этой полной безнадежности ты бросаешь все попытки. И в тот день, когда я прекратил поиски, когда перестал к чему-то стремиться и вообще на что-то надеяться, – в тот самый день это и началось. Из ниоткуда пришла новая энергия. У нее не было источника. Она пришла из ниоткуда и распространялась повсюду. Она была в деревьях, камнях, небе, солнце и воздухе – везде. Я так долго искал, я считал, что цель где-то далеко – а все было так близко, совсем рядом! Я направлял свой взор в даль, за горизонт, и глаза перестали замечать то, что было вблизи.

Когда исчезли усилия, исчез и я сам, ведь человек не может существовать без усилий, без желаний, без устремления.

В тот день, когда я перестал стремиться... Это тоже неудачное выражение, правильное сказать: "в тот день, когда исчезло стремление". Так будет намного вернее, потому что слова "я перестал стремиться" означают, будто еще оставался «я». Это значит, что я нацелил свои усилия на желание остановиться – и, следовательно, некое утонченное желание еще сохранялось.

В тот день, когда исчезли желания, я чувствовал себя беспомощным и утратившим надежду. Надежда пропала, потому что пропало будущее. Надеяться было не на что, ведь уже ясно было, что все надежды тщетны, они не сбываются. Ты бегаешь по кругу. Мечта манит за собой, оставаясь за пределами досягаемости. Она создает все новые миражи и искушает: "Давай, беги быстрее – и ты дотянешься". Но сколько ни беги, мечта все так же далека, она отдалается, как линия горизонта. Горизонт виден, но до него никогда не дойти. Стоит сделать шаг вперед, как он отдалается ровно на шаг. Чем быстрее бежишь, тем быстрее уходит в даль он. Если замедлишь шаг, он тоже приостановится. Очевидно одно – расстояние между ним и тобой всегда остается одинаковым. Оно не сокращается ни на метр.

В тот день, когда исчезли желания, когда я заглянул в их сущность и понял, что они всегда тщетны, я почувствовал себя беспомощным и лишившимся надежд. Но в тот же миг что-то начало происходить. Началось то самое, к чему я стремился на протяжении многих жизней и чего никак не мог достичь. Единственная надежда – в ощущении безнадежности, единственное исполнение желаний – в отсутствии желаний. И когда ты ощущаешь непостижимо глубокую беспомощность, весь мир вдруг начинает тебе помогать.

Вселенная ждет. Она видит, что ты работаешь над собой, и до поры ни во что не вмешивается, просто ждет. Она может ждать бесконечно долго, потому что не терпит суеты. Это сама Вечность. Но в тот миг, когда ты оставляешь попытки и исчезаешь, вся Вселенная мчится к тебе, наполняет тебя. Именно тогда все и начинается.

За ту неделю произошло невероятное и полное преображение. А в последний день ощущение присутствия совершенно новой энергии, нового света и новой радости стало очень мощ-

ным, почти нестерпимым – словно я вот-вот взорвусь, сойду с ума от блаженства. Западная молодежь называет это «кайфовать», "дуреть от счастья".

Невозможно было понять смысл происходящего. Я попал в мир вне смысла – его трудно постичь, трудно разложить на части, трудно объяснить словами, языком. Любые священные писания бессильны, все слова, которыми можно было бы описать это переживание, кажутся блеклыми, выцветшими. Слишком живыми и яркими были эти ощущения, это был неиссякаемый прилив блаженства.

Весь тот день выдался каким-то странным, ошеломляющим, оглушительным. Прошлое исчезало, будто его никогда у меня и не было, будто я просто где-то все это вычитал. Оно становилось похожим на давний сон, на услышанный когда-то рассказ о чужой жизни. Я расставался с прошлым, рвал связи со своей историей. Я забывал автобиографию, становился кем-то несуществующим, кого Будда называет анатта.

Исчезали границы, пропадали все различия. Сам разум исчезал; он отделился на тысячи миль. Собраться с мыслями было трудно, разум уносился все дальше и дальше, но цепляться за него не было никакой нужды. Он меня попросту не интересовал. Все шло как надо. Не было нужды сберечь воспоминания. К вечеру это стало нестерпимо болезненным. Я чувствовал себя словно женщина, которая вот-вот родит. Начались родовые схватки, и они причиняли острые мучения.

Всю неделю я ложился спать в двенадцать-час ночи, но в тот день просто не мог высидеть так долго. Глаза слипались, я открывал их с огромным трудом. Что-то надвигалось, что-то непременно должно было случиться. Трудно сказать, что именно, – возможно, я просто умирал – но страха не было. Я был готов ко всему. Минувшие семь дней были такими прекрасными, что я готов был даже умереть. Мне уже ничего не хотелось. Целую неделю я провел в полном блаженстве. Я был так счастлив, что с радостью принял бы даже смерть.

Что-то неотвратимо приближалось – что-то сравнимое с гибелью, некий решительный поворот, который мог закончиться смертью или новым рождением, распятием или воскресением. Прямо за углом меня поджидало нечто невероятно важное. Но я не мог заставить себя раскрыть глаза, я был будто одурманен.

Я уснул. Странный это был сон: тело спит, а я бодрствую. Это было так странно... Тебя будто разорвали на две части, растянули в двух направлениях, разнесли по двум измерениям, но два полюса при этом были так обострены, словно я одновременно оказался обоими... Положительное и отрицательное, сон и бодрствование, жизнь и смерть слились в одно. Это был тот миг, когда сливаются творец и сотворенное.

Состояние было сверхъестественным. В первый раз оно потрясает до самых глубин души. После этого переживания тебе уже никогда не стать прежним. Оно приносит совершенно новые взгляды на жизнь, делает тебя совсем другим.

Около полуночи мои глаза открылись вдруг сами собой... во всяком случае, я не прилагал к этому никаких усилий. Что-то нарушило мой сон. Я ощутил рядом с собой, в своей комнате, чье-то присутствие. Моя комнатка была совсем крошечной, но я чувствовал повсюду вокруг биение жизни, мощные вибрации. Я словно попал в глаз тайфуна и захлебывался в величественной буре света, радости и блаженства.

Это было так реально, что нереальным стало все остальное: стены комнаты, весь дом, само мое тело. Все стало нереальным, ведь лишь теперь я впервые видел подлинную действительность.

У меня возникло сильное желание выскочить из комнаты, выбежать под открытое небо. Я задыхался. Слишком много всего! Я погибал! Мне казалось, что, если задержусь тут хоть на секунду, эта реальность меня задушит. И я выскочил из дому, помчался во двор. Мне хотелось просто оказаться под открытым небом, увидеть звезды, деревья и землю... быть на воле. Стоило мне выйти – и удушье тут же прошло. Моя комнатка была слишком мала для такого

величественного события. Для такого события даже звездное небо – слишком тесная крыша. Оно больше неба. Даже небо – не предел. Но так мне все равно стало легче.

Я направился к ближайшему саду. Даже походка моя стала иной. Я шел так, будто сила тяготения исчезла. Шел я, бежал или просто парил – трудно сказать. Тяготения не было, я ничего не весил, меня словно влекла какая-то сила. Я оказался в объятиях какой-то неведомой энергии.

Запомните, с того дня я никогда уже не был по-настоящему в своем теле. Меня с телом соединяет лишь тончайшая нить. И меня все время удивляет, что Целое почему-то хочет, чтобы я оставался тут – а я тут уже не сам по себе, не по своей воле. Воля Целого держит меня здесь, она позволяет мне еще немного побыть на этом берегу. Возможно, через меня Целое хочет с вами чем-то поделиться.

С того дня мир стал нереальным. Передо мной открылся другой мир. Но когда я называю этот мир нереальным, я не имею в виду, что эти деревья не настоящие. Они совершенно реальны; нереально то, какими вы их видите. Сами по себе они самые настоящие – они существуют в Боге, они есть в абсолютной реальности, – но то, какими вы их видите... Вы не видите их по-настоящему. Вы видите нечто другое – мираж.

Вы окружили себя собственными снами, и это сновидение будет тянуться, пока вы не проснетесь. Мир нереален, потому что известный вам мир – это мир ваших снов. А когда просыпаешься, перед тобой возникает новый мир, настоящий.

Нельзя говорить: есть Бог, а есть мир. Бог и есть мир, но это понимаешь, только когда твои глаза ясны, не запорошены сном, не затянуты дымкой сновидений. Когда взор ясен, когда обострена чувствительность, становится очевидно, что есть только Бог.

Иногда Бог – это зеленое дерево, иногда – яркая звезда, иногда – кукушка, а иногда цветок. Бог – порой ребенок, порой река, но всё, что есть, – это Бог. Как только начинаешь по-настоящему видеть, вокруг – только Бог.

Но сейчас всё, что вы видите, – не истина, а ложь. Что такое мираж? Лживая проекция. Но, как только увидишь... Хотя на долю секунды... нужно лишь позволить себе это! Повсюду перед тобой предстает невероятное благословение – в облаках, на солнце и на земле.

Мир прекрасен. Но я говорю сейчас не о вашем мире, я говорю о своем мире. Ваш мир уродлив, он создан вашим «я», это мир проекций. Вы используете подлинную действительность как экран, на котором отражаются ваши собственные представления о мире.

Когда я говорю, что мир реален, это невероятный, чудесный мир – лучащийся бесконечностью, наполненный светом и радостью. Это вечный праздник – я говорю о своем мире. Он может стать и вашим, нужно лишь проснуться.

Той ночью я стал пустым, а потом наполнился. Я прекратил быть и стал самым бытием. Той ночью я погиб и родился заново. Но тот, кто родился, не имел ничего общего с тем, кто умер. Не было никакой связи. На вид я не изменился, но между мной прежним и мной новым не было ничего общего. Гибнущий гибнет до конца, от него ничего не остается.

Я пережил много смертей, но с этой ни одна не сравнится. Все минувшие смерти были неполными.

Иногда умирает тело, иногда – часть разума, иногда – часть эго, но личность остается. Многократно обновленная, многократно перекрашенная – что-то меняется тут, что-то здесь, – но сама личность остается, сохраняется некая непрерывность.

Но той ночью смерть была полной и окончательной. Это день моей смерти и день моего единения с Богом.

© Вишну Дэв "Опыт просветления", 2003 год (выборочно)

Остановив мысли, я изо всех сил старался, как бы вглядываться в пустое темное пространство перед собой. Новое сознание, отличное от поверхностного ума и подсознания (образов), начало распространяться за пределы головы до бесконечности. Это сознание обладало

огромной интенсивностью, скоростью и не было ограничено формой. Когда я начинаю входить в него глубоко, начинаю видеть сначала тусклый, затем яркий белый свет. Иногда он меняется на золотой. В это время мое дыхание останавливается, и я теряю ощущение тела. Это сознание обладает большой глубиной, его трудно выразить словами, оно бесконечно и приносит огромное наслаждение. Во время медитации приходит сильный восторг и радость от соприкосновения с этой бесконечностью. Я медитирую, осознавая, как «захватываю» этим сознанием все большее и большее пространство. Ощущения тела, этого мира полностью исчезают, нет мыслей, времени, пространства и чувства «я». Есть одно сознание бесконечного пространства, иногда оно темное, иногда светящееся. Мне не хочется выходить из него. Я интуитивно знаю, что если я и умру, то буду существовать вне времени и пространства как это бесконечное сознание. Радость и удивление от того, что мне удалось постичь такое состояние, были настолько велики, что я изумлялся самому себе.

Я замечаю, что осознаю себя каждую секунду, каждый миг. Весь мир, кажется, переполнен блаженством и экстазом! Как же я не замечал этого! Снова просыпается сильное сострадание к другим людям, которые продолжают так жить, ничего не подозревая о том сокровище, которое они носят внутри самих себя.

Это вспыхнуло в сознании молнией, а словами это передать трудно. Такое чувство, что хочется кричать: «Как же я раньше этого не замечал! На что я тратил свою жизнь?! Ведь оно здесь есть и всегда было. Это бесконечное сознание, переполняющее вас экстазом, и его не нужно достигать, его нужно лишь открыть в себе. Это словно ожерелье на шее, которое вы ищите где-то вовне и думаете, что потеряли. Оно уже есть и никуда не девалось!» Это же хочется крикнуть и другим людям: «Что вы делаете, на что тратите свою жизнь? То, что вы ищите, уже найдено. Есть абсолютные счастье, свобода и радость. Бросьте свои игрушки и медитируйте!»

Если нет личности, нет «я», если вы поняли и пережили пустотность себя, то кто будет страдать, кто будет достигать Просветления? Это кажется парадоксальным, но Просветление приходит, когда мы отказываемся от «я», которое ищет Просветления. Теперь нет тебя и других личностей, есть одно бесконечное сознание, одинаково присутствующее во всем. Ну, что ж?

С тех пор у меня нет желания общаться с кем-либо, выражать свою волю. Я знаю бессмысленность всего этого, и если приходится это делать – только ради других. Это – игра.

Нечего желать, не к чему стремиться. Это состояние абсолютной полноты, завершенности, удовлетворения. Каждое мгновение прожитой жизни – совершенно.

Эти опыты сильно изменили мое сознание. Вопрос даже не в изменении, а в том, что я перестал существовать как личность, как человек. У меня нет чувств, связанных с человеческой личностью, переживаний, планов и идей. Нет страданий и всего остального, связанного с миром людей. Нет прошлого. Я не планирую будущее. Есть лишь тотальное, предельное настоящее. Это есть высшее счастье, абсолютное, не прекращающееся блаженство. Я ощущал этот мир как «не-мир», а других людей как «не-существующих». Опыт не формируется, а личность непостоянна. Хотя в общении с другими я стараюсь это скрывать, чтобы не приносить им беспокойство.

© Дэвид Керс "Совершенное Сияние Недвижимости", 2008 год

Позднее все той же ночью в джунглях, ближе к утру, когда я лежал в Присутствии, наступил момент прекращения всякого опыта. Мысли, чувства, все происходящие процессы – все полностью остановилось. Я не осознавал этого в «то время», потому что не было мыслей и не было осознания времени или чего-нибудь вообще; только при ретроспективном взгляде я понимаю, что был «период времени» вне времени, когда не было мыслей, опыта, ни единого объекта, ничего.

Возможно, прошли часы, возможно, одно мгновение; это не имело отношения ко времени. Только в ретроспективе это можно назвать местом или временем неподвижности или пустоты, потому как когда это происходило, не было времени и не было места, не было чувств или осознания чего-то происходящего. Я не спал. Это было состояние абсолютной неподвижности и абсолютного чуткого осознания. Но при этом не было ничего, что можно было бы осознавать, не было даже ощущения себя, чтобы была самоосознанность. Это можно было бы назвать абсолютно пустой не-движимостью и осознанностью. Сколько это продолжалось, я не знаю.

В конечном счете в какой-то момент в этом месте без времени, без мыслей, без места, без «я» в сознании постепенно начало подниматься ощущение наблюдения за неким чем-то. Когда оно выделилось из пустоты, внимание сфокусировалось и стало понятно, что то, за чем велось наблюдение, было парнем, лежащим в бамбуковой хижине в джунглях. Фокусировка на нем продолжалась, пока не появилось осознание, своего рода узнавание в нем того, о ком я всегда думал как о себе, «дэвиде», что лежал теперь на циновке посреди тропического леса. И внезапное понимание; «Боже мой, ни-кого нет дома».

Это был тот момент, когда ничего не случилось. Как лопанье мыльного пузыря, сдвиг в понимании. Я не есть «Дэвид»: никогда не было никакого «дэвида»; идея «дэвида» – часть ментальной конструкции, что-то вроде сновидения, которое ничего не значит. Индивидуального «я», того, кто, как я полагал, обитает в этом теле, глядя на мир через его глаза, того, про кого я думал, что несколькими часами раньше он пробудился в достаточной мере, чтобы воспринять Присутствие, – его нет, не существует, никогда не существовало. Никого нет дома.

Это не было опытом «выхода из тела». Да, мне доводилось испытывать подобное, когда «я», моя «сущность» переживала нечто вне тела, а не внутри него, и смотрела на него извне, а не на что-то через его глаза. Здесь же было совсем другое. То, за чем шло наблюдение, было не только телом, но всем аппаратом «дэвид»: телом, умом, «я», душой, личностью. То, что наблюдает, есть Все то, что есть. Наблюдение, которое я познал как «свидетельствование», не является ни чем-то иным по отношению к телу или уму или всему существу «дэвид», ни чем-то не иным. Оно возникает не в нем, не в этом уме-теле, но и не является внешним по отношению к нему, ибо Оно объемлет его. Свидетельствование ведется не «мною», даже не «мною», лишенным тела. Оно вообще не ведется кем-либо, каким-либо существом. В том-то и дело: нет никаких существ, никого нет дома. Есть только свидетельство.

И, мой опыт...

© Наташа Блакитная "Вкус жизни", 2017 год

На медитативной прогулке я прислушиваюсь к ощущениям тела. Это происходит легко и естественно. Прошное осталось далеко позади. Теперь уже понятно, что нет никакого смысла переживать вновь и вновь то, что уже не существует. Идеи, составляющие ядро личности – полностью разрушены.

Представления о мире, о реальности, о пробуждении не оправдали себя. Надежда угасла, а значит, больше не создает проекцию «меня» в будущем. Меня больше нет. Есть ощущение мелкой гальки под ногами, шелест листвы эвкалиптовых деревьев, прикосновение мягкой индийской ткани к телу и дуновение ветра, запутавшегося в волосах.

Сегодня у нас проводит лекцию Ананда гири, один из просветленных монахов. В очередной раз он рассказывает о природе ума, о том, что ум не наш. Ему миллионы лет. И владеть им невозможно. Можно только наблюдать, и, будучи предельно внимательным и осознанным, создать между ним и собой (!) некое расстояние, которое позволит быть свободным от его воздействия. Да, нам действительно, уже много раз об этом говорили. Да, я все это уже знаю. В общем-то, ничего нового!

Ананда гири останавливает на мне пронзительный взгляд, и мой внутренний диалог на какое-то время прерывается.

- Ум – единственная преграда между тобой и реальностью...
- Ум – единственная преграда...
- Единственная...

Последняя мысль: «Ничего нового и не будет. Потому, что... Ум – единственная преграда между мной и реальностью...»

И глубокое осознание этого развернуло все мое внимание на ум. Закрыв глаза, я впервые смотрела на ум, долго и непрерывно. Перед внутренним взором протекают мысли. Мысли состоят из слов. Теперь они отчетливо видны, их движение неторопливо, как в замедленной съемке. По небу моего ума проплывают слова. Они плывут медленно, словно облака. И, также как и облака, они находятся в пустом необъятном пространстве.

Так я не ум??

И пространство бесконечно, как небо...

У неба действительно края нет!..

Фокус внимания сместился со слов на пространство, и вдруг волна блаженства и неведомой неги стала разливаться по телу. Это физическое явление в виде теплой и одновременно холодной, подобно мятному вкусу энергии, разгоралось внутри. И мягкие языки этого пламени, исходя из сердца, распространялись повсюду. Как будто кто-то разлил внутри сердца флакон с мятной эссенцией. Вместе с тем, на глубинном уровне, воцарилось ощущение покоя и глубочайшей удовлетворенности, словно все начинается и заканчивается в один и тот же момент. И нет времени. Нет формы. Нет различий. Нет ничего. Есть чувство абсолютной свободы, и блаженство в этом бесконечном пространстве. Блаженство сидеть, и держать ладони на коленях. Блаженство дышать. Блаженство чувствовать движение ветра на лице. Блаженство чувствовать прохладу. Блаженство жить. Даже не просто жить, а как будто в высокой концентрации чувствовать вкус жизни, вкус бытия...

Теперь это со мной. Теперь я есть. Но это не та «я», со своей историей. Теперь есть жизнь, протекающая через меня. Есть ощущение полноты, единства и гармонии. Есть состояние свободы чувствовать жизнь такой, какая она есть; свободы от страданий. И есть состояние абсолютной неуязвимости. Ничто никогда не может причинить мне какой-либо вред, потому что «меня» нет. Есть бесконечное пустое пространство, наполненное блаженством.

В связи с этим вспоминается индийская притча об Александре Македонском и старце.

«Пребывая в Индии, Александр Македонский увидел однажды дряхлого старца, сидевшего на камне. Александр заговорил с ним, и речи старца очень понравились ему. Он позвал его с собой.

– Нет, мне и здесь хорошо, – ответил тот.

– Я властелин мира, – сказал Александр, – и дам тебе всё, что ты только пожелаешь: богатство, почести, всё...

– Но мне ничего этого не нужно, – отвечал старец.

Раздраженный несогласием с ним, Александр пригрозил ему смертью. Старик рассмеялся:

– Это величайшая из всех глупостей, которые ты когда-либо говорил, царь! Ты не можешь ни убить меня мечом, ни сжечь в огне, ни утопить, ибо я никогда не рождался, и никогда не умру.

И, если ты отрубишь мне голову, и будешь смотреть, как она катится по земле, я тоже буду смотреть, как она катится по земле...»

Поиск закончился в самом неожиданном месте – «здесь и сейчас». И только в этом месте он и заканчивается. Это великая остановка бесконечного кружения «за своим хвостом». Это как будто ты 20 лет непрерывно бежал, и только остановившись, увидел, что ты там же, где и

был. Только теперь ты способен видеть, что ты в раю, и чувствовать это. Это настолько грандиозное переживание, словно земля перестала кружиться, и остановилась, наслаждаясь покоем и благолепием.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.