

Ом Шри Саи Рам

Добро пожаловать в Прашанти Сандеш

ПОДКАСТ 232 "О ВЛАДЕНИИ РАЗУМОМ"

14 марта 2024

Последующий текст содержит выдержки из книги Анил Кумара "Саи Хронология", страницы 176-181.

ОВЛАДЕЙ УМОМ!

Когда Свами говорит: "Овладейте умом и будьте его хозяином", мы должны понять, что такое мастер ума и как им быть. И прежде всего выяснить, что такое ум. И также мы должны понять, что имеет ввиду Баба, когда говорит "овладейте умом". Из этого очевидно, что умом мы не овладели. Возникают дальнейшие вопросы: как это сделать, зачем это делать и какой может быть вред, если этого не делать?

Если умом не управлять, мы становимся его рабами и танцуем в соответствие с его музыкой и командами! Ум направляет нас совешать все возможные глупости, потому что он всегда направлен вовне. Эта экстравертная природа ума заставляет нас бегать туда-сюда: смотреть все фильмы подряд, слушать любую музыку, и есть всю пищу подряд. Другими словами, все пять органов чувств подчиняются и управляются умом. Когда ум заставляет человеческие чувства делать все, что он решает, тело становится слабым. Здесь мы приближаемся к учению о механике и динамике человеческой личности, которые включают тело, чувства, разум, интеллект и атмосферу.

ЧУВСТВА НАСЛАЖДАЮТСЯ ВАМИ.

Мы все говорим, что наслаждаемся жизнью, и что мы испытываем радость с помощью чувств. Но Бхагаван говорит: "На самом деле, вы не наслаждаетесь чувствами. Чувства наслаждаются вами!"

Мы должны глубоко задуматься над этим, если бы мы действительно наслаждались жизнью с помощью наших чувств, то мы должны были бы становиться сильнее день ото дня. Но это не так. Это чувства наслаждаются за наш счет, и в конечном итоге, результатом становится слабость. Как же чувства наслаждаются? Чувства находят свои выражения в зависимости от мыслей и желаний, которые лелеет и поддерживает ум. Они воплощаются в действие посредством чувств, делая человека, на самом деле слабым.

Отсюда следует, что если ум не подчинен, не дисциплинирован и не управляем должным образом, мы слабеем и стареем быстрее, чем следовало бы.

ВЫ ТАКЖЕ МОЖЕТЕ ВЫГЛЯДЕТЬ МОЛОДО, КАК Я

Каждый хочет выглядеть молодо, но это не получается. Естественно, что однажды, когда Свами упомянул о секрете того, как выглядеть молодо, все проявили живой интерес.

Бхагаван сказал: "Вы тоже можете выглядеть молодо, но только, если у вас нет беспокойств и забот, если вы свободны от мыслей, вы можете быть такими же молодыми, как Я!"

Ответ прост, но труднодостижим, потому что ум нелегко вывести из его привычного состояния, и остановка мыслей, недумание - очень трудны. Состояние "не ума" - это конечная реальность. Это высший шаг в садхане, но его очень трудно достичь. Следовательно, существует настоятельная необходимость овладеть умом, чтобы обрести здоровье и силу и не стареть быстро.

У НАС НЕТ УДОВЛЕТВОРЕНИЯ

Мы должны овладеть умом потому, что мы (наш ум) не испытываем удовлетворенности. Ум и удовлетворение несовместимы. Ум всегда желает большего и большего. Будь то богатство, еда, комфорт. Ум никогда не скажет - "хватит"! Поэтому, тот, кто не контролирует ум, будет увлечен неистощимыми прихотями, фантазиями и капризами ума. В конечном счете, такое состояние ума приводит к полному расстройству.

На самом деле, ни у кого из нас нет веских причин впасть в депрессию и фрустрацию. Довольно странно видеть молодых людей несчастными, но при их опросе, мы обнаруживаем, что у человека нет реальной причины быть несчастным! Он несчастен потому что думает, что другой человек счастливее. Такие сравнения и конкуренция делают жизнь невыносимой. Но такова природа ума, который никогда не бывает удовлетворен. Следовательно он нуждается в дисциплине.

МЕДИТАЦИЯ - ЭТО БЕЗМЯТЕЖНОЕ СОСТОЯНИЕ.

С духовной точки зрения, ум - это самое большое препятствие на пути к Богу, оно подобно железному занавесу. Что происходит, если не следить за умом? Многие из нас медитируют сидя. Тело неподвижно, но ум мечется. Хотя физически мы сидим в одиночестве, ум находится в толпе. Все те вещи, о которых мы давно забыли, возвращаются в наш ум. Предполагается, что медитация - это безмятежное состояние, но на самом деле, это состояние, когда мысли переполняют ум. Когда мы говорим, мы, по крайней мере, концентрируемся на предмете, тогда как во время медитации, ум выходит из-под контроля. Тогда как же мы медитируем? Вообще никак! Бхагаван иногда шутит: "Во время медитации муж беспокоится об обеде и продолжает давать указания своей жене, как приготовить карри. Поэтому такая медитация становится карри-медитацией! Это уже не божественная медитация. Или такое может произойти утром, тогда это медитация на "кофе", а не медитация на Бога! С нетренированным умом,

медитация превращается в фарс без какой-либо цели, и мы становимся беспокойными. Если человек является по-настоящему духовным, и медитирует, то он должен быть умиротворенным, должен улыбаться, быть любящим и радостным. Медитация должна приводить нас в состояние блаженства и давать длительное удовлетворение, но на самом деле, мы ничего не получаем. Цель далека от достижения. Причина в том, что ум полностью занят своими мыслями и не был подчинен.

ВЫ НЕ ПОЛУЧИТЕ ПОЛЬЗЫ.

На этот счет Бхагаван приводит веский довод: "Если вы не овладеете своим умом, даже если Я буду стоять перед вами, вы не получите пользы!" Это действительно откровение. Нет ничего необычного в том, что мы не замечаем Свами, даже если видим Его физически, потому что ума там нет, ум занят любыми тривиальными вещами. Таким образом, ум вообще не получает пользы, потому что "его нет в медитации, - мы физически присутствуем, а ментально отсутствуем". Следовательно, ум, который не подчинен и не дисциплинирован, не принесет никакой пользы, даже если человек сидит перед Богом. Мы можем видеть это, когда взаимодействуем, с таким человеком, по его индивидуальному поведению. Можно легко догадаться выиграл ли человек от близости Бога, если он тщеславен и разговорчив. Так что, такой нетренированный ум уводит нас в сторону от наших духовных целей!

УМ НЕГАТИВЕН.

С точки зрения Бхагавана, ум всегда негативен. Ум, тело, чувства - все это негативно. Позитивна только Душа, или Дух, наше Сознание, наша совесть. Согласно Бхагавану, Атма позитивна, в то время, как все остальные компоненты негативны. Негативная природа человеческого ума отражается в восприятии, которое воспроизводят люди: мы не смотрим на вещи позитивно. Как правило, люди всегда придерживаются отрицательной точки зрения. Даже когда Свами разговаривает с кем-то, мы в это время пытаемся сделать выводы о прошлом этого преданного темеазговора, о вероятном исходе и т.д. Такая "любопытность" вредна для здоровья. Если рассуждать объективно, все это бесполезное любопытство. что человек будет делать со всеми этими подробностями и статистикой? Ум не готов воспринимать ничего положительного. Если кто-то говорит что-то плохое, отрицательное о человеке, это немедленно воспринимается. Если же говорить о хорошем в ком-то, возникает реакция негативного отклика. поэтому люди будут игнорировать положительные стороны, даже если это правда и настаивать на подчеркивании негатива. Таким образом, мы , что ум окутан всегда нагативом и не готов принимать позитивные вещи.

До следующих встреч с Анил Кумаром, который просветляет нас жемчужинами мудрости Свами