

ОМ ШРИ САИ РАМ!

Добро пожаловать в этот выпуск вопросов и ответов

316: «ЗАЧЕМ ДЕЛАТЬ САДХАНУ? (ДУХОВНУЮ ПРАКТИКУ)» 20 апреля 2024

*Этот отрывок взят из книги профессора Анил Кумара
«Сатьяпанишад» книга 2, страницы 221-227*

Свами! Садхана является необходимостью в повседневной жизни? Она обязательна?

Бхагаван: Да, очень необходимо, чтобы вы занимались *садханой* каждый день. Разве вы не моете и не трёте свою посуду каждый день, чтобы сделать её чистой? До того, пока вы не станете устойчивыми, разовьёте непоколебимую веру и тотальную сдачу, делать ежедневную садхану - самое необходимое.

Вы видите, что рисовые поля поливаются каждый день. В противном случае урожай высыхает и умирает. Но высокие деревья, такие как Эвкалипт, Баньян, Ним и так далее, не нуждаются в том, чтобы их поливали каждый день. Почему? Причина очень проста. Их корни уходят очень глубоко, вниз до уровня грунтовых вод и получают питание для всего дерева. Кажется удивительным, что маленькие слабые растения нуждаются в воде каждый день, в то время как большие деревья – нет. Корни маленьких растений уходят вниз всего на пару дюймов и не могут получить воду из глубины. Но деревья имеют корни, которые простираются и уходят глубоко, чтобы получить грунтовую воду. Похожим образом, до тех пор, пока корни вашей веры не уйдут глубоко вниз в землю вашего сердца, вам придётся делать *садхану* каждый день. Ваша вера сегодня, как корень маленького растения, которое ещё не ушло глубоко в ваше сердце, и поэтому вы должны делать *садхану* каждый день.

Свами! Очень много внимания уделяется садхане, духовной практике. Но нам очень сложно заниматься какой-либо садханой. Какое есть решение?

Бхагаван: Для того, чтобы достичь или получить что-то, человек должен заниматься *садханой* или практикой. Ходьбе, говорению, чтению, поеданию еды, письму, всему в жизни мы учимся посредством практики. Как ребенок ходит? Очевидно, что только посредством практики. Певцы много практикуют. Если уж на то пошло, нужно практиковаться в вождении машины. У вас есть рулевое управление в одном месте, тормоз в другом месте, сцепление в где-то ещё и так далее. Не смотря на это, вы сможете научиться водить машину только после практики. Так и *садхана* необходима в духовной сфере.

Свами! Какая роль гуру на духовном пути?

Бхагаван: Человек должен полностью доверять Гуру. Предположим вы хотите поехать в город на пикник. Вы не знаете ничего об этом городе, так как вы никогда не были там ранее. Вы прибегаете к помощи гида, чтобы осмотреть город. Вы не сомневаетесь в гиде, так как вы в первый раз в этом месте. И

также за гуру, у которого обширное знание и опыт, нужно скрупулёзно следовать. Нельзя сомневаться, не повиноваться ему на каком-либо основании. Вы также можете найти указатели на перекрёстке, указывающие направление в разные места. Это ваш общий опыт. Чтобы достичь место, которое вы выбрали, вы должны следовать направлениям на указателях, чтобы добраться до места назначения. Вы не ожидаете, что указатель понесёт вас или перенесёт вас в то место. Вам нужно проделать путь, как указано на указателях. Гуру похожим образом показывает путь, обучает вас техникам, которым нужно следовать, и объясняет в подробностях всё, что вам требуется на духовном пути. Вам нужно трудиться ради этого и достичь это всё самостоятельно. Никто не может сделать это за вас.

«Гуру» - это слово на телугу, состоящее из двух букв – «Гу» и «ру». Слово имеет два значения. «Гу» - это темнота, невежество, «ру» это свет (мудрость), который рассеивает темноту. Второе значение «гуру» от «гунатита», тот, кто выше гун, и «ру» от «рупаварджита», тот, кто не имеет формы. Таким образом, Гуру это тот, кто учит вас Божественности, которая и выше трёх гун и не имеет формы.

Истинный гуру желает самого лучшего своим ученикам. Он рассказывает им, что такое «хита», благое, и не «иста», то, что нравится. Истинный ученик следует за мастером беспрекословно.

Свами! Мы чувствуем, что результаты садханы откладываются. Мы не получаем быстрых результатов, по крайней мере, в соответствии с нашими ожиданиями. Что ты скажешь, Свами?

Бхагаван: У вас нет правильного представления о садхане. Видите ли, в этом мире, вы начинаете своё обучение с детства. После начальной школы, вы идёте в среднюю, колледж, и затем университет. После пятнадцати лет интенсивного обучения и усердной работы, вы получаете степень. Это ваш опыт. Как много вы работали, чтобы получить степень? Разве это не заняло у вас много времени? Вы так стремитесь к этому обучению и степени, и зарабатыванию себе на жизнь. Так как долго это должно занимать и сколько усилий вы должны приложить, чтобы обрести милость Бога, которая является вечной духовной истиной? Просто подумайте. Большая ошибка ожидать быстрых результатов в садхане.

Свами! Ты доволен нашей Дхьяной, медитацией?

Бхагаван: Вы называете то, что вы делаете каждый день, медитацией? Нет, вы не делаете это должным образом. Это может быть всё, что угодно, но точно не медитация. Всё правильно, что вы садитесь, чтобы помедитировать. Но ваш ум на рынке или вы будете размышлять о том, что вы будете есть на обед. Или вы будете думать о вашем дхоби, когда он принесёт вашу отглаженную одежду. Это медитация? Определённо нет!

Маленький пример: Вы сидите здесь, ожидая с нетерпением и тревогой приезда Свами. Любой звук двери или машины привлечёт ваше внимание, так как Свами может приехать в любую минуту. Ваш ум целиком сконцентрирован

на Свами, и вы начинаете воспринимать всё в рамках приезда Свами. Разве нет? С другой стороны, если вы ментально вовлечены чем-то ещё и не настороже, даже если Свами приедет и встанет перед вами, вы не заметите Его.

Поэтому в медитации самая важная вещь — это иметь стопроцентную концентрацию на Боге. Вы должны быть абсолютно внимательны, без какого-либо отвлечения внимания. Поэтому непоколебимая устойчивость ума. Я настаиваю на медитации - *calincani manasu bhramincani dristi* (мое сердце спотыкается, мои глаза обманывают).

Свами! Как много всего мы должны изучить и выучить, чтобы пристраститься к садхане, духовному пути? Как много деталей из священных писаний должны мы знать, чтобы начать нашу садхану?

Бхагаван: Многие вещи или детали не важны. Мы можем видеть, что большинство людей читают книги. Они слушают курсы многие годы. Но в чём польза? Они остаются там, где были, на духовном пути. В чём причина? Это отсутствие практики, которая задержала их и замедлила их прогресс. На самом деле, вам не нужно читать так много книг. Вам не нужно учить много вещей. Если вы чётко и целиком и полностью понимаете одну вещь, то этого достаточно. Если вы практикуете одну вещь, то этого достаточно. Зачем учить много вещей, но не практиковать даже одну? Чтобы покончить жизнь самоубийством, достаточно маленькой булавки или иголки. Но чтобы убить других, вам нужен или пистолет, или револьвер, или нож. Точно так же, чтобы обучить других, вам нужно выучить и знать множество вещей, для чего нужно много читать. Но чтобы работать для собственного избавления, искупления, освобождения, достаточно, если одна вещь практикуется искренне. Поэтому практика более важна, чем знание и учёба в жизни.

Свами! Нам поистине повезло, что мы могли послушать Тебя. Сейчас нам ясно, что такое духовный поиск. Но почему у меня не получается? Почему мой ум не устойчив? Это природа ума колебаться?

Бхагаван: Вы жалуетесь, что ваш ум неустойчив, и что вы не способны сконцентрироваться. Это неправда. В действительности, ума как такового не существует. Это не что иное, как клубок желаний. Это клубок мыслей. Это похоже на кусок ткани, в который нити плотно вплетены. Когда вы отделяете пряжу или нитки одну за другой, ткани больше не существует. Поэтому также, когда нет желаний и мысли отброшены, ума больше не существует. Это называется *аманаска*, отстранение ума, или *манолайя*, уничтожение ума. Больше ценных советов Свами в следующем выпуске.

Спасибо за ваше время!

Ом Шри Саи Рам!