

Ом Тат Сат

Тайна древней формулы

«Ом Тат Сат – эти слова являют собой трёхсоставной символ Брахмана (Абсолютного Я). Изначально брахманы, Веды и жертвоприношения поддерживались ими».

Господь Кришна в «Гите» (гл. 17 – 23)

С незапамятных времён мистическая формула Ом Тат Сат направляла духовных искателей к Брахману, Божественному Я. На её основе создавались Веды и другие священные писания, а духовные искатели строили свою жизнь и вели свои повседневные дела, возрастая в мудрости и радости.

Давайте же вникнем в суть каждого из составных частей этой мантрической формулы и задумаемся над тем, какая сила заложена в каждой из них. Это придаст жизни новые смыслы и подтолкнёт духовного искателя к более осознанному осуществлению цели его земного существования – Богопознанию.

ОМ

Когда вы сосредоточиваете своё внимание на ОМ, вы призываете Бога. Призывание Бога должно войти в привычку, должно укорениться в вас. Во всём, что вы делаете, ощущайте присутствие Бога. Проживайте свою повседневную жизнь так, чтобы Ом звучал, как песнь, поддерживающая все ваши действия. День за днём учитесь развивать в себе глубокую заинтересованность в постоянном, восторженном поминании Бога.

Как, спросите вы, такое поминание может быть непрерывным, когда в повседневной жизни так много дел, которые нужно выполнить, так много проблем, которые нужно решить? Ом не следует воспринимать как звук в вашей голове. Это должно быть постоянно растущее ощущение Божественного Присутствия. Когда Ом трансформируется в более глубокое, более основательное чувство Божественной любви внутри вас, тогда он сможет резонировать в вашем сознании непрерывно, течь как река с каждым вашим вдохом и выдохом.

Для этого выработайте привычку начинать каждую работу с молитвы Богу, заканчивать её молитвой Богу и стремиться к обретению чувства смирения пред Богом в процессе работы.

Когда день заканчивается и вы готовы лечь спать, медитируйте на Ом, распевайте Ом. Перед тем как погрузиться в сон, ваша последняя мысль должна вытеснить из головы все мирские заботы и переживания. Ом должен быть вашей единственной мыслью. Если вы проживёте свою жизнь в таком духе, то даже ваш последний сон – смерть – будет сопровождаться поминанием Ом.

ТАТ

ТАТ означает То (т.е. *Брахмана*) – трансцендентное Божественное Я, находящееся вне времени и пространства. Посредством ТАТ вы напоминаете себе ведантическую истину о том, что существует только *Брахман*. Весь мир – это *Брахман*. Только *Брахман* истинен. Мир иллюзорен. Когда ваш разум сосредоточен на этой трансцендентной природе Бога, автоматически развивается отстранённость от относительного мира и вашей индивидуализированной, эгоистичной личности, ибо, с высшей точки зрения, они нереальны.

Обычно вы думаете о себе, как об «этом» – «это я», имея в виду своё эго. Слово же ТАТ напоминает вам: «не “это”, а То». А то, кем вы себя считаете, ложно. В действительности, по сути, вы и есть То – *Брахман*. Как утверждают упанишады, «Тат Твам Аси» – «Ты есть То!».

Размышление над значением ТАТ позволяет вашему разуму развить *анасакти* (отрешённость) по отношению к плодам совершаемых вами действий (карм). Плод кармы означает изменение ситуации и обстоятельств. В процессе своего духовного развития вы начинаете понимать, что все плоды кармы преходящи. Как бы ни менялись обстоятельства, в мире времени и пространства вы не сможете найти удовлетворение, основанное только на этих изменениях.

На самом деле, ваша внутренняя сущность не зависит ни от каких изменений во внешнем мире, поскольку вы есть Абсолютное Я.

ТАТ подразумевает развитие бескорыстного отношения при совершении действий. ТАТ напоминает вам о нелепости – в метафизическом смысле – удержания для себя, для своего эго чего бы то ни было. ТАТ поощряет отношение к совершению действий в духе Карма-йоги – бескорыстного служения, направленного на достижение чистоты сердца.

Когда вы совершаете какие-либо действия, вы должны быть настроены на успех и прилагать усилия для его достижения. Но не позволяйте себе привязываться к плодам успеха и чувствовать зависимость от них. У вас должна быть «аграха» (настойчивость в достижении успеха), но не «асакти» (привязанность).

Если при совершении действий вашей главной целью является внутреннее довольство и чистота сердца, то, как правило, положительный результат приходит автоматически. Но если вы жаждете плодов и игнорируете то, что происходит в глубине вашего сердца, то вы пребываете в царстве невежества, двигаясь от одной беды к другой.

САТ

САТ подразумевает вовлечённость в благие дела. Дела, которые вы совершаете, должны быть вашей *свадхармой* – делами, находящимися в гармонии с вашим духовным развитием и приближающими вас к Богу.

Кроме того, выполняя свои обязанности, вы должны испытывать чувство отрешённости. Как уже говорилось ранее, настраивайтесь на результат, но не привязывайтесь к этому кармическому плоду. В идеале, если вы и должны быть привязаны к какому-либо результату, то уж привязывайтесь к *читта-шуддхи* – чистоте сердца. Если вы выполняете свою работу с таким отношением, то ваш разум внутренне становится более спокойным. Вы приближаетесь к Богу. Ваше сердце очищается. Если этот «плод» действия – чистота сердца – не приносит вам вдохновения, значит вы плохо поняли философию йоги. Приближение к Богу – это наилучший результат ваших действий из всех, которые вы можете себе представить! Поэтому, скажем с юмором, не верьте карма-йогам, заявляющим, что они ничего не хотят для себя. Они хотят, но хотят самого высшего – Бога!

Далее, благие действия, которые вы совершаете, должны основываться на *яджне* (благе для мира, каким Бог его создал), *дане* (благе для человечества) и *тапе* (дисциплине тела и ума). В широком смысле слова *яджня* относится к действиям, приносящим благо всему мирозданию, и включает в себя широкий спектр деятельности, способствующей экологии, балансу и гармонии окружающего мира животных, растений и минералов.

Дана относится к актам благотворительности и благодеянию по отношению к другим человеческим существам. Делать добро другим подразумевает многое: делиться своими знаниями, своим опытом,

поднимать дух другого человека и помогать ему лучше понять себя. Конечно, это также включает в себя оказание материальной помощи, когда она необходима.

Тана относится к самодисциплине: дисциплине тела, ума, чувств, речи. Чем больше вы дисциплинируете себя, тем выше ваша способность делиться своими знаниями с другими, а также способность содействовать гармонии и миру вокруг вас.

Благодаря самодисциплине вы можете стать сильной личностью и надёжным орудием свершения добрых дел для других людей и всего мира. Если вы не укрепляете и не интегрируете свою личность методично, день за днём, то, даже если у вас есть все необходимые для этого ресурсы, вы не сможете оказывать истинную помощь другим и вдохновлять их.

САТ – это прославление бескорыстного действия. Когда вы выполняете свою повседневную работу, памятуя Бога, ваше внимание отвлекается от вашего эго. Чем сильнее внимание отвлекается от эго, тем глубже ощущается внутренний покой. С другой стороны, когда вы забываете о Боге, а действия совершаются исключительно на основе эго, идея «я – тело» ещё больше укрепляется. Усиление эго и отождествление себя с телом создают болезненные кармы, которые неизбежно проявятся в будущем.

Однако когда вы продолжаете подчинять своё эго бескрайнему Божественному началу внутри вас, вы создаёте основу для будущего, в котором не будет места ни боли, ни печали. Введите Бога в свои действия – и вы начнёте ощущать, как болезненные состояния отступают всё больше и больше, пока не прекратятся вовсе. Если же в ваших действиях отсутствует Бог, ваши страдания будут только усиливаться.

САТ также напоминает вам о необходимости развивать в своём сердце возвышенные саттвические чувства. Когда ваши чувства не пылают гневом, ненавистью, ревностью и подобными эмоциями, они становятся подобны лотосу, распускающемуся под лучами солнца.

ОМ ТАТ САТ

Руководство для головы, сердца и рук

Вот почему мистическая формула Ом Тат Сат должна стать вашей духовной основой и мантрическим стержнем всех ваших действий. Священные слова этой формулы должны вдохновлять вас на постоянное памятование о Боге в вашем сердце (ОМ), на развитие всё большей отрешённости с помощью интеллекта, имеющего силу постигать трансцендентную природу вашего внутреннего Духа (ТАТ), позволяя вашему эго таять, а вашей энергии истекать в благие

действия и насыщать их (САТ). ОМ питает ваше «сердце», ТАТ питает вашу «голову», а САТ питает ваши «руки». Пусть же все три стороны вашей личности резонируют с этой древней мантрой, пока не будет достигнута конечная цель жизни – Самопознание!

“International Yoga Guide” Vol. 37, No. 5, January 2000