

## Великолепие Сатсанги (The Glory of Satsanga)

Свами Джьотирмайянанда

Чтобы тело было здоровым и крепким, необходимы физическая тренировка, отдых и правильное питание. Подобным же образом, чтобы сохранять ум ясным и гибким, необходимо развивать умение слушать, размышлять, глубоко погружаться в суть изучаемого предмета (*meditate*) и исследовать природу своего *Я* (*enquire*). Всё это может обеспечить вам *сатсанга* (духовное общение).

Дословно *Сат* означает *Брахман*, или Абсолют, бытие которого за пределами времени, пространства и причинно-следственных связей. *Санга* означает *связь* или *движение к чему-либо*. Если ваша цель – *Брахман* и вы устремляетесь к Нему, то вы Им и становитесь. И неважно, каким было ваше прошлое: соприкоснувшись однажды с вселенским животворящим потоком, вы становитесь едины с ним.

Это наивысшее значение слова *сатсанга*. Однако на практике *сатсанга* подразумевает метод, посредством которого вы создаёте позитивные впечатления в бессознательном (*unconscious*). Иными словами, *сатсанга* – это установление духовных отношений, возвышающих ум и просветляющих разум. Наилучшей формой *сатсанги* является общество людей, собирающихся вместе, чтобы послушать духовные поучения высокоразвитой личности и испытать на себе его духовное влияние. Тем не менее любое собрание может назваться *сатсангой*, если на нём имеют место изучение священных писаний, молитвенные практики и медитации и используются любые другие методы, ведущие к покою ума и вызывающие позитивные ассоциации.

Для индийского общества *сатсанги* являются нормой. В каждой деревне люди собираются, чтобы послушать истории из *Рамаяны* и *Махабхараты*, а также беседы на философские темы. И такие духовные собрания считаются благословением свыше. До изобретения радио и телевидения *сатсанга* в индуистском обществе была поставлена на такой уровень, что являлась самой массовой и доступной формой культурно-развлекательного мероприятия. Даже дети обычно присутствовали на нем. Какой-нибудь святой человек приходил в деревню и, остановившись там на время, начинал рассказывать истории из *Махабхараты* и *Шримад Бхагаватам*. Каждый день люди собирались вместе, чтоб послушать эти истории, содержащие в себе героические эпизоды из священных писаний, забавные случаи, притчи, и извлечь из них важные жизненные уроки. По окончании *сатсанги* раздавался чудесный *прасад* (освященная еда) – халва или какие-нибудь сладости. Некоторых людей услаждала духовная сторона этих историй, других воодушевляли юмористические эпизоды,

но были и такие, кто приходил только из-за *прасада*. Все люди извлекают из *сатсанги* что-то свое, но, в целом, *сатсанга* порождает мощные духовные вибрации в каждом, кто принимает в ней участие.

Важно понять то, что в одиночестве мало кто из людей способен раскрыть свой духовный потенциал. Например, если бы люди не посещали *сатсанг*, чем бы они занимались? Одни пошли бы в кино, другие смотрели бы телевизор, а третьи сидели бы дома и страдали, погрузившись в свои наболевшие проблемы. *Сатсанга* же помогает человеку пересмотреть свое отношение к жизни, иначе взглянуть на нее, поскольку, собираясь вместе, люди помогают друг другу. Каждый раскрывает свои лучшие стороны и подспудно делится своими лучшими чувствами с другими.

Все ваши мысли и чувства, какими бы они ни были, порождают тонкие вибрации, истекающие из вас. Если вы жизнерадостны, то ваша жизнерадостность, будучи заразной, насыщает собой и окружающую атмосферу. Если вы пребываете в спокойном, умиротворенном состоянии, это воздействует и на других. Если же вас что-то угнетает, люди чувствуют ваше настроение и невольно поддаются ему. Общество, которое способствует проявлению негативных сторон человека, называется *кусанга*.

Если на *сатсанге* вы раскрываете свои позитивные качества и разделяете их с другими, то на *кусанге* вы делитесь с другими всем негативным, что содержит в себе. Пойдите на любую *сатсангу* и увидите, что люди там сидят как ангелы, как если бы они действительно были ангелами. И наоборот, пойдите в *кусангу* (в бар, например) и посмотрите, как люди ведут себя там. Негативная атмосфера такого общества может отразиться и на вас, если вы не проявите исключительную бдительность. Даже если вы ощущаете себя настолько духовно развитым, что негативное общение, как вы считаете, не может поколебать ваш ум, его покой, запомните слова одного святого индуистского поэта: «Каким бы осторожным вы ни были, но, оказавшись в перепачканной сажей комнате, вы не избежите того, чтобы не запачкаться ею, пусть и слегка» (“*Kajalei kothari me kaisehu sayano jay, Ek lokh eajal ki lagihain pai lagihain*”).

Поэтому важно понять, что, собираясь вместе и создавая позитивную атмосферу, люди тем самым значительно ускоряют процесс как своего собственного развития, так и общества в целом. Этот процесс подобен тому, когда ученые собираются вместе, чтобы объединить усилия для запуска космического корабля в открытое пространство космоса. Чтобы запуск был успешным, они действуют сообща. Подобным же образом и духовные искатели собираются вместе, чтобы устремить свой дух в сферу трансцендентного. Каждый прилагает свои усилия, и, движимый коллективным воздействием, дух возвышается над мирским. Часто на *сатсангах* вдруг на мгновение возникает ощущение своей

сопричастности к Вселенскому Сознанию. Это великое достижение. Никакое обучение в университете не дает этого. На *сатсангах* же это происходит спонтанно, и происходит потому, что люди помогают и поддерживают друг друга.

В дополнение к этому динамичному, духовному сотрудничеству между духовными искателями к *сатсанге* притягиваются духи из тонкого мира и способствуют созданию возвышенной атмосферы. Существует старинное индуистское поверье, что всякий раз, когда вы изучаете священное писание, мудрецы и божества притягиваются к месту, где это происходит. Мир, в котором мы живем, в большей степени астральный, нежели материальный и тонкий, нежели физически осязаемый, и в зависимости от состояния вашего ума вы притягиваете различные сущности и испытываете на себе их влияние. Таким образом, когда бы вы ни слушали учение «Йога Васиштхи», мудрец Васиштха сидит где-то рядом и улыбается. Даже если «Йога Васиштха» читается и комментируется в сотнях мест одновременно, он присутствует на всех этих *сатсангах*. Ведь он – дух и в состоянии находиться одновременно в тысяче мест.

Поэтому на *сатсанге* вам помогают не только ваши духовные соратники, но и вся космическая ментальная сокровищница высшего порядка. Возвышенные мысли великих людей прошлого дрейфуют в пространстве и притягиваются умом, когда он делает попытки возвыситься.

И наоборот, находясь в дурном окружении, в *кутсанге*, вы входите в контакт не только с мыслями ныне живущих людей криминального типа, но и прошлого также. Вот почему, когда человек начинает грешить, сбиваться с пути и впадает в негативное состояние, невозможно определить, как далеко он пойдет. Возможно, сначала он позволит себе лишь немного погрешить в своих мыслях. Затем неожиданно в нем могут обнаружиться такие криминальные наклонности, о которых он и не подозревал. Это происходит потому, что в поддержку его преступным действиям приходят «бесы» в виде множества преступных мыслей, которые начали оказывать свое деградирующее влияние на его ум. Таким образом, человек неизбежно будет испытывать на себе психическое воздействие окружающего пространства – позитивное либо негативное. И человеку поэтому следует тщательнейшим образом выбирать себе окружение.

Даже человек, не отличающийся особой внимательностью, получает пользу от *сатсанги*, поскольку его подсознание продолжает схватывать отдельные эпизоды происходящего, которые прояснятся позже. Подобным образом и маленькие дети, присутствующие на *сатсангах*, хотя и не понимают, о чем там говорится, также получают пользу от них, потому что царящая на *сатсангах* атмосфера спокойствия и гармонии отпечатывается в их подсознании. *Сатсанга* никогда не

проходит бесследно. Конечно же, это не значит, что посещение *сатсанги* нужно превращать в привычку, где можно позволить себе расслабиться и подремать.

Духовный искатель должен проявлять бдительность, чтобы не оказаться в положении героя нижеследующей забавной истории. Однажды некий фермер явился на *сатсангу*, на которой учитель проводил великолепную беседу. Пока он смотрел на учителя, слезы текли из его глаз. По окончании *сатсанги* учитель подошел к нему со словами: «Ты должен быть очень набожный человек, если даже при слове “Бог” слезы наворачиваются на твои глаза». На эти слова фермер ответил: «О, вовсе нет! Я смотрел на вашу бороду, которая напомнила мне моего любимого козла, недавно умершего. И в тот момент, когда я осознал это сходство, слезы потекли сами собой, потому что и челюсти ваши двигались точно так же, как у моего козла». Это, конечно, утрированная иллюстрация того, каким может оказаться человек, пришедший на *сатсангу*, напроочь лишенный восприимчивости к тому, что происходит. Но даже при этом польза от *сатсанги* все-таки будет иметь место. Однако такое безучастное отношение к *сатсанге*, конечно же, не следует допускать. Внимание и чувствительность обязательно должны присутствовать.

Хотя главная идея *сатсанги* состоит в том, чтобы собираться вместе или объединять усилия, обычай проведения *сатсанг* может поддерживаться любым человеком и в любом подходящем для этого месте. Даже если у вас нет возможности организовать *сатсангу* с просветленным учителем и послушать его беседу, вы можете собрать несколько друзей вместе и почитать отрывки из «Гиты», «Рамаяны» или Библии. После чтения вы можете позаниматься *джапой* или попеть *киртаны*. Если бы такое времяпрепровождение являлось неотъемлемой частью культуры, большая часть мировых проблем легко бы разрешалась.

По правде говоря, каждой семье следует проводить свою собственную *сатсангу*. Все члены семьи могут каждый вечер собираться вместе на полчаса и посвящать это время молитве, *джапе*, *киртану* или чему-либо, связанному с именем Бога и священными писаниями. Чем тщательнее *сатсанга* спланирована, тем лучше. Если у вас есть четкий план, который включает в себя медитацию, изучение Писаний, а также йогические упражнения, польза от вашей *сатсанги* будет еще более ощутимой как в духовном, так и в культурном отношении.

*Сатсанга* поднимает культурный уровень тех, кто принимает в ней участие, поскольку закладывает позитивные впечатления в их ум. Она способствует и развитию детей, помогая им стать достойными людьми. *Сатсанга* притягивает небеса к земле. Святые Писания оживают на *сатсанге*, а без неё они – всего лишь огромная масса слов. Поэтому Махатма Ганди всегда проводил *сатсанги*, даже в самые трудные времена политической смуты. Люди собирались вместе, чтоб попеть *киртаны*, почитать *мантры* и послушать выступления Ганди. Тысячи

людей, собираясь вместе, создавали мощную позитивную силу, и это показывало, как органично *сатсанга* может проникать во все сферы социальной жизни. Конечно, в настоящее время такое трудно себе представить. Но все же политикам следует содействовать духовному движению.

При посещении *сатсанги* ваш ум начинает впитывать духовные впечатления, а разум постепенно очищается. Это ведет к тому, что вы сами становитесь источником *сатсанги* для самих себя. Это идеал; однако здесь нужно проявлять исключительную бдительность. Никогда не впадайте в заблуждение и не тешьте себя мыслью: «Если бы я только мог остаться наедине с собой, я бы мог общаться с Богом и достиг бы высокого уровня медитации». Конечно, когда вы не находитесь на *сатсанге*, вам следует заниматься медитацией в одиночестве, но если вместо медитации вы спите, тогда это не *сатсанга*. Тогда это общение с инертностью. Хотя такое общение и не самая худшая *кусанга*, все же это не *сатсанга*. Также, если, сидя на *сатсанге*, вы скучаете или мечтаете о чем-либо или же вас тяготят различные проблемы, знайте – это определенно не *сатсанга*.

Когда вы остаетесь одни, старайтесь культивировать позитивное мышление: изучайте Писания, повторяйте *мантру* или занимайтесь йогой. Каждый человек должен хорошо разобраться в самом себе и понять, что необходимо делать для развития *саттвы* (мира и безмятежного покоя). Понаблюдайте за собой. Постарайтесь определить, какая *гуна* (природное качество) преобладает в вашем уме. Если это *тамас* (инерция и вялость), будет лучше, если вы прогуляетесь на свежем воздухе или разомнётесь с помощью физических упражнений. Когда превалирует *тамас*, а вы собираетесь медитировать, вы просто будете дремать или вовсе уснете. *Тамас* нужно заменить на *раджас* (активность). Проявите активность. Тогда, активно поработав, вы обретаете возможность впустить *саттву* (гармонию).

Поэтому следите за своим настроением. Если оно оставляет желать лучшего и вы остаётесь с ним наедине, то вы вряд ли с ним справитесь, разве что еще больше усугубите его. В этом случае вам просто необходима «внешняя» *сатсанга*. Однако в каком бы настроении вы ни были, если есть возможность посетить «внешнюю» *сатсангу*, не упустите ее. В этом мире нет ничего более драгоценного, чем *сатсанга*, которая насыщает живительной силой ум и душу. Жизнь без *сатсанги* не даёт этого.

Если вы понаблюдаете в течение одной недели за жизнью какой-нибудь семьи, едва ли вы сумеете найти истинный смысл во всём, чем они живут. В большинстве случаев вы ничего не сможете обнаружить. И представьте себе, что люди живут в такой атмосфере день за днем. Но за короткое время *сатсанги* вы переноситесь в царство Брахмы. Оттуда вы попадёте к Богу Вишну и встретитесь лицом к лицу с другими

божествами. Возможно, вы и не совершите это физически, но на ментальном уровне это происходит. Ваше мышление устремляется ввысь, за пределы земного, и сфера трансцендентного в той или иной мере, тем или иным образом открывается вам.

Великолепие *сатсанги* неопишимо. Тулсидасджи говорит, что если на одну чашу весов положить все удовольствия этого мира и мира небесного, а на другую – несколько блаженных мгновений *сатсанги*, то эти несколько мгновений блаженства перевесят все другие удовольствия. *Сатсанга* указывает человеку на цель, находящуюся за пределами этого мира, туда, где заканчивается круговорот рождения и смерти. Обычная жизнь, даже праведная, ведет в лучшем случае к небесным радостям. Но, как бы ни было велико это удовольствие, вы все равно должны будете вернуться на землю.

Нет ничего, что могло бы сравниться с *сатсангой*. Вы можете жить в самых живописных уголках земли в окружении раскинутых на многие акры садов и благоухающих цветов, но если вы лишены *сатсанги*, жизнь становится суетой сует. И наоборот, даже если вы не живете в красивом месте, но посещаете *сатсангу*, мир вокруг становится божественным.

Человек может посетить множество святых мест, но если он не нашел того, кто может вдохновить его на размышление, все эти его поездки мало что значат. В Писаниях говорится, что даже несколько мгновений *сатсанги* являются величайшим актом добродетели.

Существует высказывание Шри Шанкарачарьи: «Духовное общение ведет к наивысшей отрешенности; наивысшая отрешенность позволяет узреть Неизменный Высший Дух (Immutable Self); видение этого Духа приводит к освобождению при жизни» («*Сатсангатве нисчал таттвам, Нисчала таттве дживанмуктих*»).

Если вы регулярно посещаете *сатсангу* и развиваете позитивные качества, вы выработаете в себе беспристрастное отношение ко всем вещам (*нихсангатве*). Когда вы входите в глубокий контакт со святыми или божественными личностями, райские сады утрачивают свою привлекательность, и их образ тускнеет перед тем садом, который расцветает внутри вашего сердца.

Мирские ценности не будут более притягивать вас к себе, и вы почувствуете себя совершенно свободными, равно как и небо всегда свободно от привязанности к облакам.

Не будучи ни к чему привязанным, вы развиваете в себе бесстрашие, возникающее от видения Неизменного Высшего Духа, – состояние совершенной непоколебимости. Даже величайшее горе не может нарушить то душевное равновесие, которое порождается непривязанностью, культивируемой *сатсангой*. Если вы достигли такой степени бесстрастия, ваш интеллект преобразуется в интуицию. Вы осознаёте: «*Я – Брахман*» и достигаете состояния *дживан мукти* – освобождения при жизни.

Вы были отделены от Бога покровом неведения, но когда разум становится интуитивным, этот покров снимается, и вы в тот же момент касаетесь Бога. Этот контакт происходит не между двумя отдельными существами, но едиными по сути. Вы становитесь едины с Богом. Это высший вид *самсанги* – двигаться к Богу, жить Богом, полностью погрузиться в Бога и таким образом достичь освобождения.

Пер. с англ. Нелли Афанасьевой

Источник: *International Yoga Guide*. Vol. XXXVIII: NO. 9, May 2001