

Махайоги Пайлот Баба

# ПУТЬ ТИШИНЫ



Махайоги Пайлот Баба

**Путь тишины**

«Издательские решения»

## **Махайоги Пайлот Баба**

Путь тишины / Махайоги Пайлот Баба — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-984763-8

Тишина — это Покой. Тишина — это Любовь. Тишина — это источник всего. Если вы хотите реализоваться — вам необходимо войти в тишину. Если вы хотите войти в Самадхи — вы должны быть в тишине.

ISBN 978-5-44-984763-8

© Махайоги Пайлот Баба  
© Издательские решения

# Содержание

Махайог	6
От Составителя	7
Послание	8
Конец ознакомительного фрагмента.	16

# **Путь тишины**

**Махайоги Пайлот Баба**

© Махайоги Пайлот Баба, 2020

ISBN 978-5-4498-4763-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

**Махайог  
Пайлот Баба Джи  
«ПУТЬ ТИШИНЫ»**

Путь Тишины.

Автор: Махайог Пайлот Баба Джи

Перевод с английского: Ом-Прия Гири (Бондаренко Оксана)

Редактор-составитель: Сатъя Гири (Сухорецкая Александра)

Тишина – это Покой. Тишина – это Любовь. Тишина – это источник всего. Если вы хотите реализоваться – вам необходимо войти в тишину. Если вы хотите войти в Самадхи – вы должны быть в тишине.

## От Составителя

Приветствую Вас, прекрасные Души!

Очень рада, что имею возможность поделиться с вами удивительным опытом, который вошел в мою жизнь благодаря моему Учителю – Пайлоту Баба Джи.

Все началось с обычной идеи составить книгу на основе лекций и бесед с Гуру Джи. Захотелось собрать воедино все те вопросы, которые мы ему раз за разом задаем, чтобы в этой энциклопедии «вопросов и ответов» любой человек легко бы мог найти ответы на то, что его волнует.

Задавая вопросы Гуру Джи, я собрала огромный материал. Но в какой-то момент Гуру Джи остановил меня и сказал, что вопросам и ответам конца и края не будет. И поэтому надо начать книгу с практических лекций семинара, который он проводил в феврале 2017 года в Хариддваре (Индия). А дополнить это можно наиболее интересными ответами на вопросы.

Такой практический семинар он проводил впервые, его целью было дать нам возможность погрузиться в очень глубокую медитацию.

Что-то очень существенное произошло внутри меня во время этих дней практики. Я наконец-то решила отправиться в то путешествие, в которое так настойчиво, по сути уже много лет, приглашал нас Гуру Джи – во внутреннее путешествие к самой себе.

Через полгода после семинара, осенью 2017 года, у меня появилась такая возможность. Я приехала в Ашрам в Уттаркаши (Индия) и ушла в двухнедельный темный подземный ритрит, чтобы на своем личном опыте пережить то, о чем говорил и говорит нам Гуру Джи...

Теперь я знаю, что ни в каких книгах мы не найдем ответов на наши главные вопросы. Ни в каких лекциях, семинарах, беседах и паломничествах. Это все пустое. Это не может дать того, что мы на самом деле ищем. Но все же, что-то очень важное, ценное и прекрасное во всем этом есть. Что же это? Если мы читаем или слушаем наставления Великого, Просветленного и Реализованного Мастера – мы в какой-то момент обязательно получим Вдохновение на то, чтобы отправиться в свое внутреннее путешествие, пойти своим Путем Тишины.

А в тот момент, когда достигнем цели нашего пути, мы и получим ответы на все наши вопросы. Ибо никто не может нам поведать Истину, мы должны пережить ее сами.

Пусть чудо случится и с вами! Возможно, на страницах именно этой книги вы найдете свое Вдохновение, и это Вдохновение направит вас туда, где вы встретитесь с самим собой!

Благодарю всех, кто помогал в появлении этой книги. Всех, кто переводил и редактировал материалы. Всех, кто помогал в издании книги – творчески и материально. Благодаря вашему бескорыстному труду и появилась эта книга.

В книгу включены:

- материалы семинара Пайлота Баба Джи в Хариддваре в феврале 2017 года;
- материалы сатсангов с Пайлотом Баба Джи во время Коры вокруг Кайлаша в августе 2017 года;
- материалы бесед с Гуру Джи в период 2016 – 2017 годов.

Сатья Гири / (Украина, Харьков)

Ом-Прия Гири / (Украина, Черкассы)

Лакшми / Лада Вилисова (Россия, Новосибирск)

Мурари Гири / Михаил Сиренко (Украина, Одесса)

## Послание

«Не живите в эго. Не будьте эгоистичными и не завидуйте другим. Помните, что это тело было дано вам, и оно вернется обратно. Поэтому используйте его наилучшим образом. Потому что Истина – это смерть. Когда смерть приходит – все умирает. Вы ничего не можете унести с собой, и сами не можете вернуться. Так как смерть перенесет энергию отсюда туда. Смерть привлечет вас, чтобы изменить энергию. А для того чтобы вновь вернуться в тело, придется очень потрудиться».

Пайлот Баба Джи

Из Лекций. Семинар 2017. День 1.

Благодарю всех вас! Сегодня очень хороший день. Вы на пороге встречи с чем-то особенным. То, что вы сможете получить, вы сможете применить в жизни. Мы попытаемся научиться чему-то.

Вы долго жили, что-то делали для этого мира, что-то делали для других. Но вы ничего не сделали для самих себя. Теперь настало время подумать о вас самих. И сделать что-нибудь для вашего будущего. Что бы вы ни делали, это для этого мира, мы называем это кармой, которая зовется самскара, бхога и прарабдха. Теперь мы собираемся сделать что-то для нас самих. Для этого мы собрались здесь.

Вы должны понимать, что именно у вас есть и как использовать эти вещи. Потому что весь мир – это принадлежности. Ваше тело принадлежит вам, ваши чувства принадлежат вам, но вы не сможете забрать их с собой. Все что вы сделали в этом мире, и что вы накопили в этом мире, вы не можете это забрать. Это все не бессмертно. Оно не сможет пойти с вами. Тогда что же у вас есть? Что вам следует сделать? Что может пойти с вами?

Вы должны понять, что вы и есть жизнь, которая называется живым существом. Оно спустилось от высшего сознания к низшему сознанию. Эта бесконечная вселенная проявилась в форме тела. У вас есть тело, у вселенной есть тело. Нет никакой разницы между вами и вселенной. Что бы ни происходило во вселенной, это все происходит внутри вас. Возможно, вселенная шире, быстрее, открытие, у нее есть левая и правая стороны, так же есть задняя и передняя стороны, у нее вверх и вниз. Но ведь и у вас есть все тоже самое.

Что такое объекты этого мира? Почему вы родились в этом мире? Почему вы получили разные кармы и санскары? Может быть, вы сами попытаетесь, может быть даже весь мир будет пытаться. Но вы не сможете сделать что бы то ни было одинаково. Все приходит к вам по-своему, и все происходит в вас по-своему.

Вы рождаетесь, чтобы жить в этом мире. Но однажды вы умрете. Почему это происходит? Без ваших ожиданий, без ваших мыслей. Почему вы в этом мире? Люди приходят и уходят, люди рождаются, люди умирают. Вращение, круг жизни – вот что происходит. Что же такое жизнь? И кто вы? Почему вы пришли в этот мир? Вы делаете то же, что предполагали делать? Почему все происходит не так, как вы хотите? Вы никого не можете спросить об этом. Вы должны задать этот вопрос самим себе. Поскольку вы сами вселенная, вы – индивидуальность.

Для этого вы и пришли сегодня сюда, чтобы познать, чтобы почувствовать жизнь в вас самих. Затем понять, что такое эта жизнь. И для чего она вами? Вам следует размышлять об этом и возвращаться к себе.

Сядьте спокойно, расслабьтесь, чтобы ваша прана не приносила вам страдания, пусть ваше физическое тело станет неподвижным. Существует каналы праны, есть физические каналы тела, есть каналы астрального тела, есть энергетические каналы, есть звуковые каналы.



Все они соединены и объединяются внутри вас во вселенную. Мы говорим звук и свет. Свет становится носителем и звук становится коммуникацией. Важны две вещи – свет и звук. Это внутри вас. Ты есть свет, и у тебя есть звук. Если нет света, деятельности также нет. Свет распространяется многими способами.

Мы говорим, что Пуруша – это высшее Сознание. Также есть индивидуальное сознание. И существует Пракрити, она не пробуждена. Но у нее есть сила творения в этом мире. Которую также можно разделить на много направлений. Мы называем это гуны – сатва, раджас, тамас. Сегодня наука говорит, что есть протон, нейтрон, электрон. У них есть действие. У них есть реакция. Они имеют скорость. Вы можете узнать, что такое альфа, что такое бета, что такое гамма, тета волны. Потому что энергия – это движение. Энергия – это жизнь. Она дает вам распознавание, что вы живете. Если ваше тело движется, если ваши чувства движутся, если химические процессы в теле происходят, значит, вы живы. Вы живое существо. Если хоть что-то исчезнет из вас, тогда тело станет неподвижным. Вы не сможете двигаться, вы не сможете видеть, вы не сможете чувствовать. В вас не сможет существовать жизнь.

Внутри вас существует союз двух вещей – Пракрити и Пуруши. Мы говорим – Джатна и Четтна. Окаменелая жизнь и жизнь пробужденная. В индийской мифологии мы говорим Джив-Атма. Вы не только истинное я, вы живое существо, союз двух составляющих. Когда была сотворена вселенная, тогда и появились эти две составляющие. Во вселенской форме это был Пуруша – высшее Сознание. И индивидуальной форме это ваше сознание, индивидуальное сознание. А с другой стороны нисходила материя. Высшее сознание Акаши – пространство.

Мы пришли в этот мир, и этот приход имеет смысл. Для чего же мы пришли? Ваш ум, мой ум и коллективный ум создали этот прекрасный мир. Этот мир прекрасен благодаря вами и мне. И это называется наукой и цивилизацией. Наука была создана умом. Это очень просто понять. Все что вы видите прекрасно, красиво и привлекательно. Но кто это создал? Вы сами не являетесь основой. Но у вас есть энергия преобразования. У вас есть энергия, чтобы подняться.

Есть тот, кто создает. Есть тот, кто играет со всем этим. Но он невидим. Вы не можете ни прикоснуться к нему, ни увидеть его. Но вы ощущаете, что он повсюду. Он все делает и все знает. Но кто это? Если вы спросите свою Душу, то она ответит, что «Я есть То». Но кто это?

Твой отец и твоя мать дали тебе имя. Если я спрошу вас, кто вы, то вы немедленно назовете свое имя. Чтобы рассказать о себе, вы расскажете о том, кто ваш отец, из какого вы города, где вы работаете и чем занимаетесь. Но, кто вы? Когда вы спросите себя, то приходит ответ – я есть то. Но кто это? Мы дали ему имя. Может быть, наука пока не раскрыла это. Может быть, многие люди тоже этого не знают. Но вы сможете сказать – это Бог. У него нет тела. Он не такой как я и вы, или как какая-то личность. Но он внутри нас самих, в нашей индивидуальности, в наших действиях. Если его нет, вы не сможете смотреть, прикасаться, сидеть и есть. Он здесь, чтобы вы смогли понять. Мы говорим, что это и есть жизнь. Мы говорим, что это и есть время. Это живое существо, он знает обо всем, и он делает все. Он разделил себя на множество частей.

Ваш ум обладает многомерной энергией. Откуда пришел ум? Как эта вселенная проявилась в форме этого тела? Как ваше тело приняло именно такую форму? Вам следует ощутить своё тело. Вам надо прикоснуться к своему телу, и спросить его – «ты есть истинное я»? Оно скажет – «нет, я не есть то, я только физическое тело». Оно имеет форму. У него есть пальцы, ногти, ладони, руки, шея, глаза, нос, уши и рот, чтобы говорить. Но если вы спросите себя – «все это и есть я»? Тогда все скажут – «нет, нет, я только часть тела, и ощущения».

У вас есть физические органы чувств, есть чувственные восприятия, и есть духовные органы чувств. Чем же вы являетесь? Вы – ум? Или вы связующая энергия – буддхи? Они скажут – «нет, я тоже не есть То». У меня есть ум. Но я не смогу двигаться, не смогу говорить, думать, воображать, представлять, если у меня нет этой силы. Тогда кто же вы?

Вам следует спросить самих себя – «кто же вы?». Наконец ответ придёт – «Я и есть То». Итак, как же встретить То? Как туда добраться? Вы можете отправиться в путешествие по всему миру и обойти его весь, но вы не можете найти там то, что находится в вас самих. У вас есть тело. Вам необходимо прикоснуться к своему телу. Если у вас нет тела, то вас нет в этом мире. Первое проявление в этом мире – физическое тело. Если вы будете какое-то время попрактиковать в физическом теле, то оно сможет вам сказать – «у меня нет силы, я не существую без астрального тела». Внутри физического тела у вас есть астральное тело. Если вы воображаете, мечтаете, когда у вас есть видения, все это как бы говорит о том, что ваше физическое тело спит, ваше астральное тело отделяется. Ваше физическое тело сидит, а ваше астральное тело медитирует и переживает видения. Это указывает на то, что физическое тело зависит от астрального тела.

У вас есть два типа физического тела. Тело земли и тело воды. Физическое тело пришло из воды. Оба они очень тяжелые. Если вы погружаетесь внутрь себя – вы узнаете, как выйти за пределы тела, за пределы первого и второго тела. Потому что ваше сознание может путешествовать через все чувства, все органические системы. Ваше тело имеет органическую систему, у него есть химическая система – это физиология. Без тела вас не узнают в мире. Тело не может работать и двигаться без поддержки астрального тела. Я могу вам показать, что оно зависимо, что оно существует в этом мире благодаря астральному телу.

Если вы хороший практик и медитатор, если вы успешно читаете мантру, то в какой-то момент физическое тело скажет – «я собираюсь стать осознанным». Осознание исходит изнутри. Ваше тело направляется сознанием. И тогда вы пробуждаетесь внутри сознания. Это будет астральное тело. Оно состоит из двух частей. Тело огня и тело ветра. Ваше тело нагревается, оно может превратиться в пар, и это может изменить что угодно. Оно может перемещать что угодно – ваши мысли, вашу энергию. Оно может перенести минус на плюс. То же самое может произойти с минусовой температурой. Это ваше тело огня. Оно может превратиться в дым и облака, и это станет телом ветра. Когда-то во сне у вас был опыт, что вы спите, и вы летите в воздухе. Это происходило во сне, но это давало информацию о теле ветра. О том, что физическое тело спит, тело огня отдыхает, а вы вошли в тело ветра. Слоны, змеи, тигры – никто сможет повлиять на вас. Вас нельзя будет поймать, потому что вы сможете улететь.

Здесь есть две части астрального тела. Есть тело Сознания, известное как «Я», «Бытие» и «Атма». Если вы спрашиваете себя – «кто я?», тогда внутреннее Я говорит вам – «я есть То, я – Душа, я – Сознание, я – Бытие. У меня нет тела, я вне физического тела, я вне тела воды, земли, огня и воздуха. Я – Сознание, я космический мир».

Физическое тело, астральное тело, а затем космическое тело. В космическом теле и находится тело высшего Я. Чувство блаженства, ощущение Ананды вашим телом и умом – это часть космического тела. Когда я становится индивидуальной Душой, когда Душа освобождается от всех четырех тел, когда Душа восходит над всеми телами – это становится индивидуальной свободой. Вы – Бытие, вы – Сознание.

Но путешествие не останавливается. Сколько миллионов лет вы прожили в космическом теле, сколько миллионов лет вы прожили в астральном теле, какие разнообразные тела и какие особенности у вас были? Сколько раз вы рождались и умирали в этом физическом мире? Вы не знаете. Но у вас есть память. Ваш ум может рассказать вам все. Поскольку ум имеет сознание, ум имеет подсознание, ум имеет внутренний разум. В подсознании есть память о всей вашей жизни и о том, что происходила в прошлом. Оно может рассказать вам о том, сколько раз вы рождались и умирали. Какие тела у вас были, и какие чувства вы развили. Оно не может рассказать вам, откуда спустилось сознание. Но может рассказать вам, откуда родился ум. Подсознание может рассказать вам только о сознании ума, о том, как оно происходит от самого себя.

Таким образом, мы путешествуем двумя способами. Путем Пуруши и путем Пракрити. Путём Сознания и путём физического тела. Первый из способов – сознание, спускающееся из высшего сознания. Это известно нам как Пуруша. Второй способ – Пракрити. Оно спустилось из космоса через воздух, огонь, воду и землю в сознание. Это и создало пять тел.

Если вы хотите глубже погрузиться в медитацию – вам необходимо пройти через все тела. Вы говорите – «я хочу войти в Самадхи». Многие из вас просили меня – «я хочу войти в Самадхи». Я собираюсь провести вас в глубокую медитацию, очень глубокую, глубже внутрь себя, внутрь тела. Как живя на уровне физического тела, все же выйти за его пределы и подняться до космического тела. Ваше путешествие начнется, когда вы станете сознанием. Когда вы почувствуете, что я – сознание. Когда вы осознаете, что я не тело, я не ум, я не мысль, тогда и появится путь к освобождению.

Вы много практиковали. Все вы пришли из разных мест. Я вас узнал. И я дал вам несколько уроков, курсы для практики. Если вы практикуете хоть немного, это поможет вам понять, и получить опыт соединения с собой. Сегодня вы здесь. И вы будете практиковать уже зная, как распознать себя. Многие люди знают, что такое випассана и пять состояний пранаямы. Вам следует практиковать через то, что у вас уже есть. У вас есть тело, у вас есть ум, мысли, сила воли и энергия, и у вас есть сила звука. Все это разные пути, чтобы войти внутрь себя. Все происходит внутри. Если вы начнете проходить через ваше тело, то вы увидите все пять тел. Существует три формы – физическая, астральная и космическая. Есть четыре физических тела и пятое тело – космическое. Шестое тело – гьяна, прагья (мудрость). В прагье существует три типа тела. Уровень звука в гьяне – это третий уровень. В науке энергия тоже обозначена тремя типами. Все типы энергии определены через электрон, протон и нейтрон. Но у них единый источник.

Все ваше тело, которым вы сейчас обладаете, имеет семь уровней. Энергия в вашем теле также распределена по семи уровням. Энергия, которая исходит из высшего сознания, нисходит к вам. Вначале она создала сахасрара-чакру, второй создала аджну, третьей – вишудху, четвертой – анахату, пятой – манипуру, шестой – свадхиштхану, седьмой – муладхару. Это ваше физическое тело, разделенное на две части. Поэтому, когда вы практикуете – вам нужно тело. Без тела вы не можете практиковать. Как же сохранить свое тело здоровым, как правильно сидеть, как сидеть с ровным позвоночником? Как использовать энергию – иду и пингалу, как войти в сушумну? Вы все это уже знаете. Но сейчас вам вновь следует начать практику. Как же начать?

Вселенная разделена на две части, на северный и южный полюса. Что такое есть эта полярность энергий? Каким образом уравниваются полюса? Никакая наука не может понять этого. И вы не можете изменить это. Трансформация может происходить, но вы не можете повлиять на это. Вселенная должна исчезнуть. Если вы приложите усилия – вселенная исчезнет. И если вы приложите усилия, ваше тело медленно – медленно исчезнет.

Есть техника, как войти в Самадхи. Вначале в Самадхи в физическом теле, затем в Сознании. Сначала земля, затем вода, затем Самадхи третьего тела. От муладхары до свадхиштханы и затем к манипуре. Манипура чакра – это центр тела. Он известен как солнечная система. Свадхиштхана чакра известна как лунная система. Это баланс северных и южных полюсов. Северный и южный полюса внутри вас могут быть сбалансированы. Как удалить тяжесть, чтобы стать подвижным? Как жить в воде столько, сколько захотите, ведь физическое тело может жить в воде. А еще есть такая трансформация энергии, при которой однажды оставив это тело, вы можете перейти и жить в теле огня. Тогда ваше тело станет огнем. Вы сможете долго жить с огнем. Вы сможете жить как огонь. Это также может быть трансформировано. Таково это внутреннее путешествие.

Так как вы живете в этой Вселенной, все эти воспоминания будут приходить один за другим. Сколько существует видов физических тел, сколько видов водных тел, астральных тел

и тел ветра. Но это только ваши принадлежности. У вас уже есть опыт жизни во всех этих телах внутри себя. Личность мы получаем тут. Ум с волнением, ум с экстазом, ум со сновидениями. Многие люди живут с умом воображения. Это все формирует личности. Это личности ума. Но он способен подняться. Вы способны пройти через все 4 тела и стать тем, кем являетесь. Когда вы оставите четыре тела и соберете все силы этих тел, то вы поймете, почему влюбляетесь в кого-то, почему поражаетесь чему-то, почему любите что-то. Почему если над вами доминирует кто-то, это вам не нравится. И почему вы хотите освободиться от всего этого. И почему вы не уважаете отца, мать и своих предков. И почему вы чувствуете одиночество. И почему вы думаете – «это единственная жизнь, и я умру и никогда не вернусь».

Создано так много философских систем – философия ума, философия тела, философия культуры. Ваш ум создал так много способов жить в этом мире. И теперь ум ищет способ освободиться от всего этого. Так как же освободиться от всего этого? Поэтому ваш ум играет важную роль в этом. Ваш ум – это целая организация. Он не работает в одиночку. Он сидит в центре и собирает всю информацию изнутри и снаружи из астрального тела в физическое тело и заставляет вас жить в этом мире так, как он хочет. Вот почему он настолько умный. Может быть, вы очень умны, может быть вы очень богатый человек, возможно вы хороший бизнесмен или великий любовник, но все это означает только то, что вы раб ума. И вы так и не стали свободными.

Большинство людей в мире рабы своего ума. Очень мало людей освобождены, и вы знаете их имена. Есть Будда, Иисус, и не только один Иисус. Многие Иисусы и многие Будды уже родились в этом мире. Многие Сиддхи есть. Все они были освобождены от ума. Они используют ум, но они освобождены. А как вы хотите освободиться? Свобода не в том, чтобы убежать от матери и отца. Это не есть свобода. Вы просто не любите своих мать и отца, поэтому и убегаете от них. Это все из-за вашей культуры. Если в вас нет нравственности, если вы не уважаете мать, отца и ваших предков, то поэтому и нет счастья в мире. Для вас нет того, кто станет вам учителем. А первые учителя – это ваши мать и отец. Они предоставили вам так много своего служения, что вы можете себе представить. Просто чтобы вырастить и воспитывать вас с самого рождения. Вы можете разглядеть их сострадание. Вы можете узнать их любовь. Они ничего не ожидали от вас. Они просто хотели, чтобы вы росли в этом мире. Но что вы теперь дали им? Никакой любви, никакого уважения. Почему вы так ненавидите их? Потому что вам чего-то не хватает.

Вы не смотрите на себя. Вы не смотрите внутрь себя. Вы не пытаетесь выяснить, кто вы. Вам необходимо вернуться к себе. Вся эта красота мира – это ум. Культура и цивилизация – это ум. Но вы не ум. Он принадлежит вам. Ваш ум может делать очень мощные вещи. Ваш ум может изменить все, что вы хотите. Вы можете приложить усилия, чтобы узнать это. И получив знание, пережить это на опыте. Задумайтесь только, насколько вы сильны. Но кто вы? Это вам и нужно выяснить. Просто проговаривая, что «я есть то» – это невозможно. Просто повторяя, что я и есть бытие, я есть самость, я есть Атма – это невозможно. Вы должны это прочувствовать. Как же испытать это?

Существует много способов. Как я уже сказал вам, у вас есть тело – это физический путь. Но тело имеет много тел, у вас не одно тело. У вас есть энергия, эта энергия имеет много центров. Каждый центр – это вселенная. Во Вселенной много галактик. В вашем теле также есть много вселенных, планет, звезд. Как почувствовать их? Во-первых, вы можете почувствовать это через тело. Во-вторых – энергетическим путем. И в-третьих – через прану. У вас есть прана, апана, удана, самана, व्याна. Это пять мощных пран. И это очень большая сила. Они создали одиннадцать Рудр внутри тела. Рудра означает силовой центр внутри вас. Рудра спускается от Шивы. Шива – ваше тело. Союз между вашим телом и праной. Каждую секунду происходит союз праны и апаны. Если этот союз не случится – у вас не будет тела.

Мы уважаем Шиву как имя, потому что это индийский бог. Мы любим и уважаем его, потому что в нас есть вера. Вы же не верите. А если вы не верите – вы не можете уважать и любить. Поэтому ваша любовь не притягательна. Любовь не может привлечь к вам никакой энергии если вы не верите и не доверяете себе. Доверие – это ваша энергия. Вера – ваша энергия. Откуда же это приходит? Знание об этом приходит изнутри. Вам следует выбрать, по какому пути вы хотите идти. Выбрать тело, которым вы хотите войти в Самадхи, путем энергии или путем мантры (мантра – это звуковая энергия). Вы не сможете найти в этом мире ничего более могущественного, чем сила звука. Это коммуникационная система. Вы можете рассмотреть электричество и систему телефонной связи, которые наука создала.

Внутри вас и вашего тела находится семьдесят две тысячи нервных каналов. Они перевозчики. Внутри вас есть маленькие и большие дороги. Они соединяют собой множество центров. Если между ними нет системы связи – ваши органы чувств не смогут ничего ощущать. Итак, все эти ощущения находятся внутри вас. Вы можете быть очень могущественными. Вы можете получить все сиддхи. Вы можете летать не только при помощи машин. Вы можете достичь всего чего угодно в этой вселенной. И нет ничего лучше в этом мире, чем ваш ум. Он может отправиться куда угодно во вселенной. И ум каждый день путешествует в вашем теле. Он имеет семь уровней внутри себя. Мы называем это – семь лок. В каждой локе много планет, много звезд, много видов живых существ.

Я уже нахожусь на пути, по которому вы собираетесь идти. Вы все собрались здесь не для того, чтобы испытать с кем-то любовь или дружбу. Вы хотите испытать кто я. Каким же путем вы можете достичь этого. Я дам вам указания и тогда вы сможете практиковать. Первый путь – это ваше физическое тело. Как я уже сказал, у вас есть не только одно физическое тело. У вас семь уровней тела в физическом, астральном, космическом мирах. Затем идет мир истинного Я. Вы не принадлежите ни к физическому, ни к астральному, ни к космическому мирам. Вы принадлежите своему миру – Высшему Сознанию. Как же стать этим?

Не получив опыта наслаждения миром на земле, вы не можете освободиться. Ум очень могущественный. Поскольку вся наука создана умом, то и вся техника создана умом. Как вы знаете, сегодня люди могут полететь в космос. Вы можете полететь в космос. Вы можете отправиться на другие планеты. Это научный ум.

Чтобы войти в Самадхи, или в глубокую медитацию, развить свой IQ, а также развить управленческую силу ума, все это может быть осуществлено благодаря вашему уму. Вы можете действовать в любом направлении, используя левое и правое полушария. Вы живете в левом полушарии, вы живете с левосторонним умом, но вы не используете свое правое полушарие. И вы не можете использовать его, если вы не духовны. Они связаны через ваше тело от высшего Сознания к низшему сознанию. От космоса до земли, от земли до космоса. И это происходит внутри вас. Каждую секунду вы заряжаете и разряжаете энергию. Так как есть солнце и луна, подобно этому есть ида и пингала внутри вас. Они соединяют вас изнутри со всей вселенной от высшего Сознания до низшего сознания.

Если вы знаете правила праны, то вы практикуете яму-нияму и пратьяхару – дисциплину тела, ума и энергии. Как я вам много раз говорил – практикуйте надишодхану. Я сам практиковал надишодхану. Я знаю, как войти внутрь тела. Я знаю, как путешествовать в теле. И я знаю, как покинуть тело. Но вы не практикуете надишодхану. Может быть одну-две минуты три раза. Возможно, я говорил вам об этом десять лет назад. Но вы не уделяете время самим себе. Потому что у вас есть страх. Вы живете в страхе – «мой бизнес может рухнуть, моя жена бросит меня, мои родители не будут любить меня, и я могу потерять свой дом и работу и как тогда жить в этом мире». Страх не оставляет вам времени. Если же у вас есть спокойствие ума и сосредоточенность, тогда ум медитативен и сознание пробуждено.

Вот почему вы должны практиковать. Осознанность тела, осознанность чувств, концентрацию ума, медитацию ума и самосознание. Если вы не практикуете, то и не имеет смысла

пытаться делать что-либо. Потому что вы ушли очень далеко. И вы сделали так много различных вещей. У вас новая память, новое воображение, новые мысли. Ваша энергия сбита с толку. И это вызывает сомнения в вашей жизни. Так истина никогда не придет к вам. Итак, сегодня вы узнали, что такое осознанность, что такое медитация и что такое концентрация. Где следует сосредоточиться, как делать что-то одно, и как растворить все в одном. Мы не едины. Ваше тело отделено. Ваш ум отделен. Но ваш ум – это вселенский ум. Вы личность. Но если вы достигнете своей Души – вы станете целой вселенной.

Если вы практикуете медитацию, если вы повторяете мантру, то, возможно, вы думали, что вы находитесь в одиночестве. Но вы не задумывались о том, что ваши кости и кожа пришли к вам от отца и матери. Мы верим, что наши семь поколений предков с мужской и женской сторон всегда живут внутри нас. Наше счастье и успех ограничены ими. Они помогают вам добиться успеха, и они же помогают вам страдать. Как же отделиться от них, и как использовать их для успеха. Все это вы сможете практиковать, потому что вы живы. Вы пришли в этот мир благодаря любви, союзу отца и матери. Каковы были их предрасположенности, насколько сильным было притяжение их любви, насколько они хотели, чтобы вы пришли в этот мир. Все эти санскары и все воспоминания сохранились.

Но вы не знаете, как практиковать прану. Как известно, существует много видов праны. На сегодня существует много тысяч пран. Но это не имеет никакого значения. Если вы знаете надишодхану, тогда вы можете преодолеть все что угодно в этом мире. После надишодханы делается речака, кумбхака и пурака (вдох, выдох, задержка), а также делается бхайстрика, удана, самана и व्याна. Любая другие практики делаются. Если же вы не делаете надишодхану, тогда никакая другая пранаяма не будет имеет эффекта. Может быть, вы делаете капалабхати, бхастрику или випассану. Но это не приблизит вас к самим себе. Это будет поддерживать привязанность к телу. Даже если вы будете делать асаны и пранаямы в течение многих часов, это не продвинет вас вглубь себя. Энергия будет течь наружу. И это всегда будет привлекать кого-то. Это будет отдавать вашу энергию другим. Но если вы делаете надишодхану пранаяму, если вы делаете все асаны с определенными мантрами, то это будет способствовать внутреннему путешествию.

Если у вас есть любовь, у вас есть преданность, если у вас есть доброта, значит у вас есть путь, по которому вы можете вернуться к себе. Если у вас есть эго – я умный, я красивый, я богатый, у меня хороший дом, у меня прекрасная машина, и у меня хорошие друзья. Это не поможет вернуться. Это выведет вас наружу. Жить наслаждаясь впечатлениями, жить как вам нравится – в этом нет счастья. Это удовольствие и игра ума. И он всегда выведет вас наружу. А вы должны попытаться вернуться.

Ваша любовь, доброта, сострадание и преданность исходят изнутри. Это не может появиться от кто-то или что-то. Поэтому вы и должны вернуться к себе. Обнаружьте свой источник. Кто я? Как я появился? Откуда все это происходит? Разум создал для этого много наук. Если вы дружелюбны к уму, и вы хороший пользователь ума, тогда ум даст вам все. К вам придет величайший успех в этом мире. Это есть концентрация ума. Это его пробужденность. Поэтому вы и должны быть хорошим другом своего ума. Но вы не ум. Это ваш ум. Чем вы хотите его наполнить, и как вы хотите его применить, это зависит от вас. Вот почему мы говорим – ваша вера очень важна. Ваше доверие очень важно. Но вы не верите себе. Вы верите в свой ум, а ум может быть изменен.

Наука – это верование ума. Религия – это верование ума. Рама, Кришна, Будда, Махавира, Иисус – это верования ума. Это культы и секты. Это все не правда. У них есть некая философия, некий образ жизни в этом мире. Поэтому они и могут дисциплинировать ум. Они могут загипнотизировать ум, чтобы он поверил в какую-то систему. Но это все не правда. Истина внутри вас. Вы должны вернуться. Вы должны выйти за пределы ума. Если ум не принадлежит вам, то ум всегда будет управлять вами, поскольку он многомерен. Как же стать не умом?

Концентрация ума может стать успешной. Медитация также может быть могущественной. Но вы должны практиковать. Если вы просто практикуете по несколько минут, пять или десять, то это может привести к небольшим проблескам ума, но не даст вам опыта. Чтобы прочитать одну книгу, вам понадобится один или два часа. Чтобы обучаться в школе, вам нужно 8 часов. Чтобы стать мастером своего дела, вам потребуется как минимум 20 лет. Если вы хотите осознать себя, если вы хотите получить представление о себе, то без практики это невозможно. Вам необходимо практиковаться с телом и чувствами. Вы должны пройти через энергии. И вы должны стать самим собой. Почувствовать четыре своих тела вместе и сделать прыжок от них к самим себе. Это и есть практика. Сегодня я здесь, чтобы поделиться с вами некоторыми знаниями.

Завтра утром мы начнем практику. Знание – это океан. Из океана я привожу его к вам. Но я не приношу ничего из книг. Я даю опыт. У меня есть опыт. Я поделюсь с вами. Вы приходите сюда, чтобы попрактиковать. Так практикуйте все это здесь или в своих комнатах.

Спасибо! Будьте здоровы!

Из Лекций. Семинар 2017. День 2.

Путешествие, в которое мы отправляемся, поможет понять, что такое жизнь. Как она произошла и проявилась как Вселенная. Вы сможете почувствовать, что в этой Вселенной есть все. И вы сможете путешествовать, вы можете пережить и осознать это. Все, что создано в этом мире, может прийти к вам, чтобы вы использовали эту жизнь полной мерой.

Так много великих вещей. Но как они появились? Как они сформировали это тело? Сегодня наука может нам дать очень многое. В этом мире есть ад и рай. Ваша жизнь также может быть или адом и раем. Вам следует всегда осознавать это.

Но как осознать это? У вас есть опыт путешествия на поезде, самолете, автобусе, машине или корабле. Мир дал вам великую возможность перемещаться туда и сюда. Ваше путешествие может быть наполнено удовольствием. И так же ваше путешествие может быть полным страданий. Наша жизнь – это путешествие. Одним путем мы пришли, а другим уйдем из него.

Все дороги уже есть. Потому что ваше тело – это тоже вселенная. Оно может быть определенной высоты, но оно глубже вселенной. Оно шире вселенной. Оно более открыто, чем вселенная. Но вы думаете, что ваше тело очень маленькое. В индийской философии говорится, что тело – это мини-вселенная. Все, что есть во вселенной, есть и в вашем теле. Все планеты, все Локи, все звезды, все луны, северные и южные полюса – это все есть внутри вашего тела. Господь говорит: – «Я не везде, Я в здесь и сейчас. В первую очередь я внутри тебя. Тебе не нужно идти куда-либо. Я вошел в твое тело и живу там спокойно. Но у тебя нет покоя. Потому что ты раб своего ума. Я создал ум, я дал его тебе, чтобы ты использовал ум. Я не давал тебе ума, чтобы он поработил тебя».

Поэтому вам нужно все прояснить для себя. Вы должны узнать, где вы сошли с пути. Почему вы страдаете? Почему ваш ум господствует над вами? Почему вы не можете этого решить? Куда исчезла решимость? У вас был опыт великого знания и интуиции. У вас была великая сила воображения. У вас была великая сила визуализации. Где все это? Почему вы стали зависимы от других? Почему вы не принадлежите себе? Почему вы не верите в себя? Почему вы верите другим? Вам следует задать себе эти вопросы.

Я здесь только для того, чтобы напомнить вам это. У вас есть тело, у вас есть ум, и у вас есть много органов чувств. Есть миллионы нервных окончаний. И все они работают очень дружно. И ваш ум тоже очень дружелюбен к органам чувств. Но почему же вы не дружелюбны? Почему вы не спокойны? Кто даст вам ответ? Вам следует спросить об этом самих себя. Куда делся мой покой? Почему моя любовь сконфужена? Почему я не нравлюсь себе? Если вы не хороши даже для самих себя, то как вы можете быть хороши для других?

## **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.