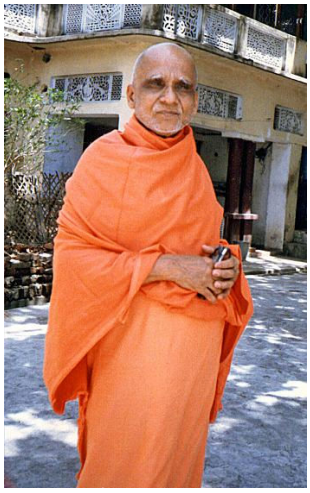
Връщане към нашата истинската природа



Atmana vindate viryam (Kena II.4), казва Кена Упанишад, Енергията идва чрез Вътрешната същност. Това е много значимо изказване в Упанишадата. Ние получаваме сила от Вътрешната същност. Енергията не идва просто от ядене на храна, а идва чрез Вървешната същност. Вървешната същност е източник на енергия, и цялата енергия е идентична със стпенета на ‘съществуването’ което заемаме в съзнанието си. Количеството ‘съществуване’ включено в съзнанието ни е термометъра с който можем да премерим енергията която имаме. Какво количество ‘съществуване’ е идентично със съзнанието ни? Това е количеството сила, която имаме в себе си. Но сега, количеството на ‘съществуването’ което се идентифицира в съзнанието ни е около 30 см ширина и 180 см височина – телесния затвор. Вътре в тази граница се движи съзнанието, като се идентифицира само с тези размери. Така имаме само толкова енергия колкото има тялото, и нищо повече от това.

Ние сме се усъвършенствали да ограничаваме съзнанието да бъде само тялото. Нещо което е външно спрямо тялото не е нас, а така също всичко принадлежащо вътре в тялото не ни принадлежи. По този начин умът тича след обектите, казвайки, „Защото това не е мое, аз го искам.” Да се иска нещо което не ни принадлежи не е оправдано отношение. Как може да искаме нещо, което не ни принадлежи? А ако наистина ни принадлежи, не трябва да питаме за това. Нещата вътрешно или ни принадлежат, или не ни принадлежат. Ако ни принадлежат, нямаме работа да питаме за тях. Как някой може да пита за нещо, което не му принадлежи? Крадци ли сме? Ако е наше, защо тогава трябва да питаме, „Аз искам това. Аз искам онова. Аз искам еди какво си.” ? Какво е значението, на ‘искането’? Какъв е смисълът на желанието, или искането на

неща? То няма никакво значение. Това е хибрид, който не принадлежи нито на едната страна, нито на другата. Някак си изглежда да виси по средата, подобно на видение.

Енергията отслабва заради предметното съзнание. Колкото повече ставаме предметно осъзнати, ставаме по-слаби в тяло, ум и във всяко едно отношение. Причината е, че активността на ума относно външните обекти изпразва дори малкото енергия която притежаваме. Енергията която е с нас е много малко; не е в голямо количество. Енергията е само толкова, колкото е тялото в количествено изражение и дори тогава се изпразва от лъчите на познавателната дейност извършвана от ума. Познавателната способност е нещо като прожектиране на светлинни лъчи, така както лъчите на слънцето излизат от него. В акта на възприятие, както бе отбелязано, умът обгръща обекта, и в този акт на обвиване на обекта също изтегля вниманието на съзнанието ни и го издърпва към обекта. По този начин част от нас е – или понякога всичко което сме – трансформирана в обект на възприятието и е напълно очевидно как силата ни бива пренесена към обекта. В акта на външна любов енергията намалява, защото се пренася към обекта на любовта, така че онзи който мисли за един обект интензивно, определено с емоционално отношение, върши определено огромна вреда на себе си. Това не е просто едно невинно действие, което се извършва когато хвърляме емоционален поглед върху един обект, дори когато е образ или нехаресване спрямо него. При всяко интензивно осъзнаване на външен обект, неделимостта на съществото ни бива изкуствено разделена на части, бива откъсната и ние ставаме една неестествена личност.

Знанието, в истинския си смисъл, се разглежда като идентично със силата, идентично с добродетелите и идентично със знанието. Където има знание, там има мощ; където има знание, там има праведност; където има знание, има и щастие. Но казано общо, в днешни дни намираме тъй наречения човек на познанието, човек без никаква сила. Той е просто човек, в собствената си къща, с малкото си семейство, въпреки че може да е високо кфалифицирен и с академично образование и със всичкото знание, което оценява този свят. Обаче той може да не е справедлив човек само заради това знание, може също и да не е щастлив. В този контекст, знанието не може да се нарече идентично нито със силата, добродетелите или щастието, защото знанието не е част от ‘съществуването’, и ето защо настъпва цялата тази катастрофа. Знанието е сила, добродетел и щастие само когато е станало ‘съществуване’ и не по друг начин. Състоянието ‘съществуване’ трябва да се изпълни – това *provisio* е много важно.

Така професионалното знание не е нито щастие, нито сила, нито добродетел, защото е външно от съществото на онзи който практикува това знание. То е

подобно на един атрибут или подобно на едно бреме, може така да го наречем, което не е станало част от собственото ни съществуване. Стойността на личността се увеличава в пропорция с увеличаване на измеренията на същността му. Това е нещо загадъчно, нещо което хората не ги е много грижа. Това е секрет, в който те не са посветени от никой, по никое време. Ние не разбираме какво означава, когато говорим за 'същността' и съизмеримостта му със съзнанието, и прочее; всичко ни звучи като гръцки или латински, и въобще няма значение. Но в действителност то има значение, защото е тайната на успеха, на щастието, на енергията, дори на отношението на справедливост и праведност.

Практиката на йога е шперца за отваряне на порталите за изпитване на всички тези върховни предимства, които бяха споменати, за чиято цел измерението на собственото същество трябва да бъде разширено. Това е всичко което трябва да бъде извършено, като няма нищо друго което да се направи. Ако помислим задълбочено ще откриием едно много, много просто нещо. Това не е толкова комплексен или сложен механизъм. Йога не е толкова трудна, колкото може да изглежда. Тя е най-простото нещо от всички възможни неща, защото не е друго, а характера на истината. Но също е много трудна, точно поради тази причина – тя е характер на истината в неразделната форма която е нашето същество. Така, истината и вътрешната същност са едно и също. Като последствие на значението от великия афоризъм на йога, *yogah cittavrtti nirodhah* (I.2), също така ни е казано, *tada drastuh svarupe avasthanam* (I.3). Може би тези две сутри изцяло сумират йога. Йога е контрол на модификациите на ума, който човек установява в себе си от себе си. Това е сумата на цялата йога и няма нищо друго.

Ние не сме установени в същността си поради пренасянето на себе си към обектите чрез възприятие, узнаване, привързване и т.н. Не сме собствената си същност – ние сме нещо друго. Ние не сме където сме физически разположени; ние сме там където е ума ни. Това важно да се спомня. Не трябва да казваме, „Аз съм тук" просто защото тялото е тук. Кажете ми къде е ума ви; там сте в действителност. Физическото местоположение не е истинското същество на личността; местоположението на истинското същество е мястото на 'съществуването' на съзнанието му. Къде е съзнанието ни? Там където ни е същността. Защо казваме, „Аз съм тук", когато умът ни е някъде другаде? Така този аспект е много по-важен от физическото присъствие или просто аритметическото твърдение, че същността ни е някъде само от гледна точка на физическото тяло само. Където е ума ни, там сме и ние. Където е съзнанието ни, там сме и ние, защото където е ума, съзнанието е също там. Както бе споменато, настава *vtitti vyapty*, настава също и *phala-vyapti*. Така където е ума ни, там е и съзнанието ни, а където е съзнанието ни, там сме и ние – положението е ясно. Въпреки че седя тук физически, аз мога да съм в Сваргашрам реално казано, ако

умът ми мисли за обект там. Той може да бъде навсякъде, дори на най-отдалечено място. Съзнението се пренася на същотото друго местоположение, за който обект мисли в момента. Мястото на аза, което обикновено се идентифицира с физическото тяло, изкуствено се издига от тялото и психологически се пренася на физическото място където е обекта някъде навън. Така ние сме неспокойни по всяко време когато мислим за обекти.

Неспокойствието се появява заради излизането на собсвения ни аз и става изкуствено в единство с нещо друго, заради акта на любовта и омразата. Така личност която обича или мрази е неспокойна и не може да има умствено спокойствие. Как може да има умствено спокойствие, когато умът излиза навън от себе си и се движи тук и там в област, която в действителност не му принадлежи, която не е в неговата компетенция? В този акт на пренасяне на себе си към външния обект едновременно стават много неща. Когато аза си отива, всичко отива; няма нищо останало от нас след това. Така както кралят си отива, цялото място си отива: свита си отива, армията си отива, полицията си отива, приятелите си отиват – всичко си отива. Нищо не остава когато кралят си замине. По същия начин, когато аза отива към обекта, нищо не остава в нас след това. Ние ставаме просяци, съвършено банкрутирали. Загубили сме добродетел, загубили сме сила, загубили сме щастие и сме на предела на смъртта. Смъртта ни сграбчва, защото смъртта е единственото име което може да се даде на съвършеното предаване на себе си на обектите. Това се нарича също самоубийство, разрушение на собствената вътрешна същност. *Atmahataya* или този който убива собствената си същност е не просто онзи който си реже гърлото, а този който върши нещо по-лошо от това.

Физическото разрушение или анихилирането на физическата личност не е толкова вредно както рарушаването на собствената същност, което е същесвуването на ума и съзнанието ни. Всички стойности на живота са центрирани в съзнанието. Каквото и струващо си да видим или значението което виждаме, или смисъла в света, то това е в съзнанието. Когато съзнанието отсъства, животът губи значението си. Понеже всяко значение е в съзнанието, ние трябва да изучим функциите му и да се опитаме да направим онова което е необходимо за да поддържаме подхоящия ред. Да се поддържа съзнанието в подходящ ред би означавало да видим, че то не става чуждо на същността ни, точно това което става когато е интензивно съзнателно за един обект. Ставаме чужденци за себе си, когато сме твърде много съзнателно завладени относно обективността, което е причината за определено психологическо напрежение, в което откриваме безкрайно себе си. Когато умът е отдръпнат от обекта, съзнанието също бива отдръпнато, защото заедно с действието на ума относно обекта, съзнанието също се движи към обекта.

В обратното действие което се опитваме – именно, да отдръпнем ума от обекта – едновременно става и отдръпване на съзнанието. Тъй като съзнанието за обекта е загуба на енергия, отдръпването на съзнанието от обекта трябва да увеличи енергията. Когато реката тече в различни посоки като множи себе си в малки поточета или канали, скоростта, енергията и силата й намаляват, а когато тече в един поток в една посока, енергията й се увеличава. Когато напълно я блокираме като построим бент на нея тя се издига и приижда, и показва капацитет, сила и енергия която е по-голяма в размер от това което можем да видим, когато се движи като обикновен поток. Така колкото повече отдръпваме ума си от обекти, толкова ставаме по-силни в сбе си, подобно на река, която е отприщена от бента си. Ако всички разклонени канали на една река бъдат заприщени, ако не й се позволи въобще да тече в която и да е посока, ако движението на водите на реката се прекрати напълно, тогава тя се издига и става дълбока огромна маса от вода, която може да се впрегне за всякаква полезна цел.

По същия начин можем да кажем, че когато каналите през които съзнанието се разклонява поради различни видове обективно възприятие и се отдръпне с акта на бента, която е построоен във вид на себеконтрол, енергията ще блика в нас. Вместо тенденцията на водата да се движи там където не трябва, може да се каже, че тя връща себе си когато достъпа за външно действие се блокира. По подобен начин, умът или съзнанието които показват тенденция да се движат към места, където не могат да се върнат към истинската си природа, чрез действието на себеконтрола, чрез процеса на умственото отдръпване енергията се удвоява, утроява и т.н.

Отдръпването на ума от обекта не означава една несъзнание за присъствието на обекта. Това е също важно нещо което да се спомня. Когато ние не сме съзнателни за присъствието на един обект, това не следва, че сме си отдръпнали ума от обекта. Йога не е какъвто и да е вид несъзнателно състояние. Ако някой не съзнава, че е цар, той не може да бъде наречен цар. Може и да е цар, но да е несъзнателен за това. Ако е в кома, каква е ползата да е цар? Затова един несъзнателен акт няма никаква полза, и така всеки акт на себеконтрол или отдръпване на ума от обектите не е липсата на съзнание за присъствието им, а едно осъзнато състояние.

Във всяко състояние на йога съзнанието е будно, не спи. Не трябва да позволяваме на съзнанието да заспива по което и да време. Понякога може да заспи, когато случайно го насилваме да се отдръпне от обектите, и тогава то изпада в състояние на печал. Умът навлиза в състояние на нещастие, защото сме го заставили да отдръпне себе си от обектите които обича. Тогава той играе трика подобно на малък ученик който не иска да направи това което се иска от

него. Ако поискаме да отиде на училище, няма да ходи на училище – няма да прави нищо което искаме от него. Ще се разбунтува. По същия начин, съзнанието играе подобна роля на мързелив ученик и не ще прави това което очакваме от него. „Не ми даваш да си гледам обекта, тогава няма да правя също и нищо друго". Това е езика на ума. „Добре, няма да мисля за обекта. Ти не ми даваш да правя това, и тъй няма също да правя нищо друго". Подобно на надменен служител който се отвращава от началника си, съзнанието ще се отврати от нас и няма да сме по-добре – може би по-зле.

Така понякога преднамереното отдръпване на съзнанието от обектите с акта на волева сила може да не е еквивалентно на това което очакваме от практиката на йога – *cittavtitti nitodhah* – защото не трябва да позволим на съзнанието да влиза в каквото и да е състояние на негативност заради това отдръпване. Да предположим, че днес трябва да сме на глад, на диета. Ние не трябва да приемаме храна, и затова сме нещастни. В същата степен умът не е радостен; но по един или друг начин толерира идеята за гладуване и се надява да мине колкото се може по-бързо. Това е отношението което умът ще приеме. „О, хванат съм с тази глупава техника наречена йога, която ме тормози от всички страни и не ми позволява да се наслаждавам на живота. Какво да направя?" Това което умът обикновено прави когато насилствено е отдръпнат от обекта е да навлезе в тамастично състояние, едно летаргично състояние в което въобще да не мисли. Това може да бъде бъркано като състояние на йога, и понякога дори за състояние на *samadhi*.

Ум който не мисли за нищо не е в състояние на йога. Може да е по-добре да мисли за някой обект, отколкото да бъде в тамастично състояние, защото личност която нито мисли, нито говори, която не казва нищо с дни е една опасна личност. Човек трябва да се страхува от нея. Тя не е в състояние на йога. Може изведнъж да избухне, така както когато е облачно и притъмнено може изведнъж да удари светкавица, гръм и градушка. Непредсказумето настроение на ума е едно опасно състояние, и е много лесно за ума да навлезе в него. И обикновено това е което става – едно фино нещастие изведнъж се появява в ума поради отръпването от обектите.

Защо е нещастен? Нещастен е просто защото сме го отрязали от центъра на радостта му. Радостта на ума е обекта, и ние сме го разлъчили от връзката му с него и центъра на щастието му. Естествено, той е нещастен и опечален, и няма шансове да се изпълнят желанията му. Ние много внимателно сме отрязали връзката му с източника на щастието му. После става маниакален и идва вид невротизъм придружено с подтиснати чувства. Той може да стане чревоугодник; може да спи безкрайно; може да лети в пристъп на ярост; може да атакува; може

да стане антисоциален; може дори да осъжда Бог, творението и човешкото общество. Умът може да направи всичко това когато е в състояние на отчаяно пораженчество дължащо се на насилственото принудително отдръпване в името на себеконтрола или йога практиката.

Така ние знаем предимствата на йога така добре, както опасностите които следват, когато тя не се разбере правилно. Контролът на ума е една съзнателна дейност доброволно приета от ума, а не някакъв вид несъзнателно отвръщаване на части на ума дължащи се на нежелание. Ние винаги проявяваме интерес чрез съзнанието. Това е много важен аспект. В практиката на йога ние се опитваме да увеличим дълбочината и размера на съществуването си, като разширяваме сферата на съзнанието. Така засягаме съзнанието, с което 'съществуването' се прикрепва автоматично. Никакъв вид несъзнание не се изисква тук – няма автоматично действие, което настъпва както при механичното движение, а съзнателно, преднамерено и добре обмислено състояние, в което сме съвсем бдителни. Ние не отдръпваме себе си от обектите, защото някой изисква това от нас така, или дори защото Библията или Багавадгита казват това. Такова отдръпване не ще успее; накрая то ще свърши с провал. Трябва да има разцъфване на съзнанието отвътре от само себе си при приемане на една логическата необходимост за отдръпване на себе си. Ако не чувстваме необходимост от това, нищо не може да бъде сторено. В противен случай, то ще бъде натиск упражнен от нас, последван от някакъв вид провал.

Себеконтролът, което е отдръпване на съзнанието от обектите, е за наше добро. Той не е наказание присъдено върху нас, въпреки че изглежда много мъчително в началото. *Yat tad agre visam iva pariname' mrtopamam tat sukham sattvikam proktam* (B.G.XVIII.37), казва Багавадгита. В началото е много горчиво, подобно на отровата която е сложена в устата. накрая нектара ще се излива върху нас; но ние сме в състояние на агония, защото не знаем кога ще дойде края. В състояние на безпомощност не знаем какво в действителност става с нас. Нещастието или злъчния характер на началната стъпка в йога се дължи на очевидното откъсване на човек от центровете на щастие. Затова трябва да бъдем подготвени за това, така както когато отиваме за лечение при един доктор.

Когато отиваме при един доктор за лечение на болест, ние не му искаме незабавно щастие. Това е вид болезнено лечение, което трябва да посрещнем, като инжектиране и горчиви лекарства, също така откъсване от обичайната ни диета. Всички тези нещастни неща са ни казани от доктора, а ние доброволно се подлагаме на хоспитализиране и болнично лечение, защото – *pariname' mrtopamam* – след това, радост ще доде при нас. Ние ще бъдем здрави, заради това подлагане във формата на болка. Затова, умът трябва да бъде образован по

този начин. Умът е в едно нездраво състояние докато мисли за обекти, и идеята, че обектите го правят щастлив е неправилно тълкувана.

Много хора, дори искрени последователи мислят, че има оправдание за сетивния контакт, защото той носи облекчаване на напрежението. Има едно погрешно чувство чувствано сред много добронамерени хора, че сетивният контакт носи щастие като резултат от освобождаване на напрежение. Това не е истина. Сетивният контакт увеличава напрежението – не го намалява. Онова което намалява напрежението е погрешната идея. В действителност, засиленото напрежението е това, което причинява предполагаемото щастие в един обект. Когато сме настроени, ние работим с едно определено нервно състояние, което ни кара да чувстваме, че сме щастливи, но това е подобно на щастието на пияницата. Човек който пие много алкохол може да се чувства щастлив, но знаем колко е далеч от истинското щастие. Неговото пиянско щастие се дължи на нервното състояние, което е създадено изкуствено у него, като опъва нервите толкова силно, че нервите нямат друг ибор освен да бъдат в състояние на възбуда, което гъделичка съзнанието и чувства, че е щастливо – въпреки че в действителност не е щастливо. Във всеки акт на узнаване, такова едно нервно състояние се създава временно, и нервите не са в тяхното нормално състояние, когато има сетивен контакт. Тъй като умът се движи към обекта, а съзнанието го следва, телесното състояние също се обръща в изцяло ново такова. Променят се мускулните движения, нервите, дихателния процес, дори храносмилането може да се разстрои, ако човек интензивно харесва или мрази.

Така изкуственото психологическо състояние в което нервите, мускулите и т.н. са доведени поради интензивното привързване към обекти чрез сетивното действие, не трябва да бъде бъркано за щастие, защото после ще има внезапно падение. Ние познаваме състоянието на пияницата който отведнъж изтерзнява, само да открие, че се намира в най-лошото състояние което може да съществува.

Поради повтарящото се идентифициране с изкуствени състояния, ние сме забравили какво е естественото състояние. Ние сме в изкуствуни състояния още от раждането си, и така е естествено да бъркаме каква е истинската ни природа. Така когато истинската природа се представи пред нашето тяло и ум, ние я бъркаме за нещо неестествено, и по този начин в началото може да иглежда много трудно и съвършено ужасно за ума да преглътне това. Заради истинското здраве на цялостната личност е препоръчително да се следва малко дисциплина, заедно с увеличаване на силата и щастието. Това е нашата цел.