

чайке Уолк

Суоми Вивекананда.

ФИЛОСОФІЯ ІОГА.

Лекції, читанныя въ Нью-Йоркѣ зимою 1895—6 г.

РАДЖА-ІОГЪ,

или подчиненіи внутренней природы,

и

АФОРИЗМЫ ПАТАНДЖАЛИ

съ комментаріями.

Переводъ съ англійскаго Я. Попова.



КНИГОИЗДАТЕЛЬСТВО Н. ГУДКОВА
РИГА (ЛАТВІЯ), АНТОНИНІНСКАЯ УЛИЦА, № 11
ТЕЛЕФОНЪ № 32056.

ОГЛАВЛЕНИЕ.

Раджа - Йога.

Глава.

Поедисловіє.

- I. Вступленіе.
 - II. Первая ступени.
 - III. Прана.
 - IV. Психическая Прана.
 - V. Управление Психической Праной.
 - VI. Пратьяхара и Дхарана.
 - VII. Дхіана и Самадхи.
 - VIII. Раджа-Іога вкратцѣ.

Афоризмы Йога Патанджали.

Вступленіє.

- I. Сосредоточение. Его духовное значение.
 - II. " Упражнение въ немъ.
 - III. Глава Силь.
 - IV. Независимость.
Приложение.
Словарь.

Печатано въ типографії
Перваго Типографскаго
Кооператива въ г. Ригѣ,
улица Меркеля, д. № 6.

Раджа-Йога.

ЛЕКЦИИ СУОМИ ВИВЕКАНАНДА.

Всякая душа потенциально божественна.

Цель жизни состоитъ въ проявленіи въ себѣ этой божественности подчиненіемъ внутренней и внешней природы.

Достигайте этого трудомъ, молитвою, психическими управлениемъ, или философией, — однимъ изъ этихъ способовъ, нѣсколькими изъ нихъ, или всѣми, — и будете свободны.

Въ этомъ вся сущность религіи; ученія, догматы, обряды, книги, храмы, уставы — все это только второстепенные подробности.



Предисловіе.

На страницахъ исторіи, начиная съ древнѣйшихъ ея лѣтописей, встрѣчаются разсказы о разныхъ необыкновенныхъ явленіяхъ и случаяхъ, которыхъ люди были очевидцами. И въ позднѣйшія времена, даже среди обществъ, просвѣщенныхъ яркимъ свѣтомъ новѣйшей науки, нѣтъ недостатка въ свидѣтеляхъ, удостовѣряющихъ дѣйствительность такихъ же явленій. Огромная масса подобныхъ разсказовъ не заслуживаетъ довѣрія, какъ исходящая отъ людей невѣжественныхъ, суевѣрныхъ и лживыхъ; такъ называемыя чудеса во многихъ случаяхъ были поддѣльны. Но не было ли между ними настоящихъ чудесъ, послужившихъ образцами для поддѣлки? Поверхностные ученые, неспособные объяснить различныя необыкновенные психическія явленія, стараются игнорировать самое ихъ существованіе. Но отворачиваться отъ чего-нибудь безъ надлежащаго изслѣдованія еще не признакъ беспристрастнаго научнаго ума; и такие ученые заслуживаютъ большаго порицанія, чѣмъ люди, думающіе, что ихъ молитвы исполняются однимъ или нѣсколькими существами, обитающими надъ облаками, или вѣрящи, что своими молитвами они могутъ побудить такія существа измѣнить ходъ міровыхъ событий. Послѣднимъ извиненіемъ можетъ служить ихъ невѣжество, или ложная система воспитанія, вслѣдствіе которой они съ дѣтства привыкли во всемъ полагаться на помощь такихъ существъ, и эта привычка стала частью ихъ врожденной натуры; у первыхъ же нѣтъ и такого оправданія.

Въ теченіе тысячелѣтій упомянутыя явленія изслѣдовались, изучались и приводились въ систему; было

подвергнуто тщательному анализу все, что послужило основанием къ развитию въ человѣкѣ религіозности, и въ результатѣ получилась наука Раджа-Іога.

Раджа-Іога не слѣдуетъ непростительной манерѣ нѣкоторыхъ новѣйшихъ ученыхъ: она не отрицаєтъ фактовъ, которые очень трудно объяснить; но просто, хотя и въ рѣшительныхъ выраженіяхъ, говорить суевѣрнымъ, что чудеса, исполненіе молитвъ и сила вѣры, будучи дѣйствительными какъ факты, не разъясняются суевѣрнымъ приписываніемъ ихъ участію существа или существъ заоблачныхъ. Она заявляетъ человѣчеству, что всякое существо есть только проводникъ безконечного океана знанія и силы, лежащаго позади него. Она учить, что какъ желанія и потребности возникаютъ въ человѣкѣ, такъ и сила удовлетворенія ихъ находится также въ самомъ человѣкѣ, и что, гдѣ бы и когда бы ни осуществилось удовлетвореніе желанія, молитвы или нужды, оно получилось изъ этого безконечнаго источника, а не отъ какого-либо сверхъ-естественнаго существа. Идея о сверхъ-естественныхъ существахъ можетъ до известной степени возбудить въ человѣкѣ его энергию; но она же влечетъ за собою и умственное ослабленіе. Она приносить зависимость, страхъ, суевѣре и вселяетъ ужасную вѣру въ прирожденную слабость человѣка. Не существуетъ ничего сверхъ-естественнаго, говорить Іогъ, но въ природѣ есть явленія грубыя и явленія тонкія. Тонкія есть причины, грубыя — слѣдствія. Грубыя легко могутъ быть обнаружены чувствами, тонкія — нѣтъ. Упражненія въ Раджа-Іогѣ приводятъ къ пріобрѣтенію способности болѣе тонкихъ восприятій.

Всѣ ортодоксальные системы индійской философіи преслѣдуютъ одну цѣль, — освобожденіе души путемъ совершенствованія. Методомъ для этого служить Іога. Слово Іога обнимаетъ собою огромную область знаній; но школы Санкья и Ведантистовъ употребляютъ его для обозначенія отдѣльныхъ частей этой области.

Предметъ настоящей книги составляетъ та часть Іоги, которая известна подъ именемъ Раджа-Іоги.

Афоризмы Патанджали представляютъ собою высшій авторитетъ и настольную книгу по Раджа-Іогѣ. Другіе философы, расходясь иногда съ Патанджали въ

нѣкоторыхъ философскихъ взглядахъ, самый его методъ упражненій всѣ, безъ исключенія, признаютъ совершенно правильнымъ. Первая часть этой книги состоить изъ нѣсколькихъ лекцій, прочитанныхъ ея авторомъ въ Нью-Йоркѣ. Вторая часть—нѣсколько вольный переводъ афоризмовъ (сутръ) Патанджали съ бѣглыми комментаріями. Авторъ старался насколько возможно избѣгать техническихъ терминовъ и держаться свободнаго и легкаго изложенія. Въ первой части слушателямъ, которые захотѣли бы заняться этимъ предметомъ, дается нѣсколько простыхъ, но подробныхъ указаний; при чемъ, однакожъ, имъ серьезно и настоятельно напоминается, что, за немногими исключеніями, Іогу можно безопасно изучать только при непосредственномъ общеніи съ учителемъ. Впрочемъ, если бы эти бесѣды успѣли въ комъ-либо пробудить желаніе къ дальнѣйшему ознакомленію съ предметомъ, за учителемъ остановки не будетъ.

Система Патанджали основана на системѣ Санкья, и пунктовъ разногласія между ними очень мало. Два наиболѣе важные изъ нихъ заключаются въ слѣдующемъ: первый, — что Патанджали признаетъ личнаго Бога въ формѣ первого учителя, тогда какъ единственный Богъ, признаваемый послѣдователями Санкья, есть почти совершенное существо, временно управляющее цикломъ, и второй, — что Іоги считаютъ разумъ такимъ же всеобъемлющимъ, какъ и душа, или Пуруша; послѣдователи же Санкья не признаютъ этого.

Авторъ.

Глава I.

Вступлениe.

Всѣ наши знанія основаны на опыта. То, что называется выводнымъ знаніемъ, въ которомъ мы идемъ путемъ заключеній отъ менѣе общаго къ болѣе общему, или отъ общаго къ частному, имѣть своимъ базисомъ опытъ. Положенія такъ называемыхъ точныхъ наукъ легко признаются вѣрными потому, что всякий приглашается провѣрить ихъ личнымъ спытомъ. Ученый не говоритъ вамъ, чтобы вы вѣрили чему-нибудь; если же онъ дѣлаетъ выводы изъ результатовъ собственныхъ опытовъ и предлагаетъ вамъ свои заключенія, то при этомъ всегда ссылается на какіе-нибудь опыты, известные всему человѣчеству. Въ каждой точной наукѣ есть основаніе, известное всему человѣчеству, такъ что каждый можетъ судить о вѣрности или ошибочности дѣлаемыхъ изъ него заключеній. Теперь является вопросъ: ну, а религія, имѣть она такое основаніе, или нѣтъ? На этотъ вопросъ мнѣ приходится отвѣтить и утвердительно и отрицательно. Религіи, какъ имѣть учатъ вообще во всемъ мірѣ, основаны на преданіи и вѣрѣ и въ большинствѣ случаевъ состоять только изъ разныхъ теорій, которыя въ свою очередь основаны на вѣрѣ. Въ этомъ и заключается причина, почему всѣ эти религіи оспариваютъ одна другую. Одинъ говоритъ, что есть великое существо, сидящее надъ облаками и управляющее вселеною, и приглашаетъ меня вѣрить этому, только полагаясь на его личный авторитетъ. Но съ такимъ же основаніемъ я могу имѣть свои собственные воззрѣнія и требовать, чтобы другіе имѣть вѣрили, хотя я и не въ состояніи

привести какія-либо доказательства. Вотъ почему религія и метафизическая философія пользуются теперь такой дурной репутацией. Всякій образованный человѣкъ какъ бы говорить: „Эти религіи только наборъ теорій безъ всякаго критерія для ихъ оцѣнки; каждый проповѣдуетъ свои собственные любимиыя идеи“. Но при всемъ томъ я долженъ сказать вамъ, что опытное основаніе для всеобщей религіозной вѣры существуетъ, и именно изъ него вытекаютъ всѣ различныя теоріи и всѣ измѣняющіяся идеи разныхъ сектъ въ разныхъ странахъ. Обращаясь къ источнику религій, мы находимъ, что религіи такъ же, какъ и науки, основаны на опыте.

Прежде всего я попрошу васъ разсмотрѣть различные религіи міра. Вы найдете, что онъ раздѣляются на два класса: однѣ, имѣющія книгу, и другія, не имѣющія ея. Тѣ, у которыхъ есть книга, сильнѣе и имѣютъ большее число послѣдователей; тѣ, у которыхъ книги нѣтъ, большую частью вымерли, а немногія новыя изъ нихъ имѣютъ очень мало послѣдователей. Но во всѣхъ ихъ мы находимъ одно общее указаніе, именно, что истины, которыми онъ учатъ, суть результаты опытовъ отдѣльныхъ лицъ. Христіанинъ приглашаетъ васъ вѣрить въ его религію, вѣрить въ Христа, вѣрить въ него, какъ въ воплощеніе Бога, вѣрить въ единаго Бога, въ душу и въ лучшее будущее этой души. Если я попрошу его доказать то, что онъ говоритъ, онъ, обыкновенно отвѣчаетъ: „доказать не могу,—это мое вѣрованіе“. Если вы, однакожъ, обратитесь къ источнику христіанства, то найдете, что въ основаніи его лежитъ опытъ: Христосъ говорилъ, что видѣлъ Бога, ученики его говорили, что чувствовали Бога и т. д. Подобнымъ образомъ въ Буддизмѣ имѣется опытъ Будды;—онъ опытомъ позналъ известныя истины, видѣлъ ихъ, проникся ими и проповѣдывалъ ихъ міру. То же самое у индусовъ:—въ ихъ книгѣ авторы, называемые Риши, или мудрецы, заявляютъ, что они путемъ опыта добыли истины, которыя проповѣдуютъ.

Изъ приведенныхъ уже примѣровъ ясно, что всѣ религіи міра основаны на единственномъ всемірномъ и вѣчномъ основаніи всѣхъ нашихъ знаній,—на пря-

момъ опытъ: всѣ учители видѣли Бога, всѣ они видѣли свои собственные души, видѣли свою вѣчность, свое будущее, и то, что видѣли, проповѣдывали. Но въ большинствѣ религій, особенно позднѣйшаго времени, мы находимъ странное утвержденіе, что такой опытъ былъ возможенъ только для немногихъ людей, бывшихъ первыми основателями религій, получившихъ отъ нихъ и свои названія; настоящему же времени такой опытъ якобы не доступенъ, и потому теперь мы должны принимать религію на вѣру. Я рѣшительно отрицаю это.

Если въ этомъ мірѣ, въ какой бы то ни было отрасли знанія, былъ наблюдаемъ какой-нибудь фактъ, то необходимо слѣдуетъ, что наблюденіе этого факта было возможно миллионъ разъ раньше и можетъ повторяться безконечное число разъ въ будущемъ. Однообразіе есть строгій законъ природы: что разъ случилось—можетъ случиться всегда.

Учители науки Іога поэтому и заявляютъ, что не только религія не основана исключительно на опыте древнихъ временъ, но что ни одинъ человѣкъ не можетъ быть религіознымъ, если самъ личнымъ опытомъ не познаетъ истины своихъ религіозныхъ возврѣній. Іога есть наука, которая учитъ насъ достигнуть такого опытнаго познанія.

Безполезно толковать объ истинахъ религіи, пока не убѣдился въ нихъ самъ. Почему было такъ много смуты, борьбы и споровъ во имя Божіе? Во имя Бога было больше кровопролитій, чѣмъ по какому бы то ни было другому поводу, и причина этого заключается въ томъ, что люди никогда не обращаютъ вниманія на первоначальные источники; они довольствуются только тѣмъ, что принимаютъ вѣрованія и обычаи своихъ предковъ, и хотятъ, чтобы другіе дѣлали то же. *Какое право имѣть человѣкъ говорить, что имѣеть душу, если онъ ея не чувствуетъ, или что есть Богъ, если онъ Его не видитъ?* Если Богъ есть, мы должны видѣть Его; если есть душа, мы должны ощущать ее; иначе, лучше не вѣрить. Лучше быть открытымъ атеистомъ, чѣмъ лицемѣромъ. Согласно современному взгляду „ученыхъ“, религія и метафизика и всѣ поиски Верховнаго Существа вздоръ; полу-образованные же

думаютъ, что эти вещи сами по себѣ не имѣютъ реальнаго основанія, а польза ихъ состоить только въ томъ, что они служатъ могущественною побудительною причиною для человѣка дѣлать добро другимъ. Если человѣкъ вѣрить въ Бога, говорять они, онъ можетъ стать добрымъ и нравственнымъ, и такимъ образомъ вырабатываются хорошіе граждане.

Мы не можемъ порицать ихъ за то, что они держатся такихъ взглядовъ, такъ какъ знаемъ, что все, чому учать этихъ людей, это вѣрить въ вѣчно безсмысленно повторяемыя слова, не имѣющія никакого внутренняго содержанія. Имъ предлагаются жить, вѣря на слово. Но могутъ ли они дѣлать это? Если-бъ могли, нельзя было бы имѣть ни малѣшаго уваженія къ человѣческой природѣ. Человѣкъ нуждается въ истинѣ, ему необходимо убѣдиться въ ней лично, овладѣть ею, удостовѣриться въ ней, чувствовать ее въ глубинѣ своего сердца. Тогда только, заявляютъ Веды, исчезнутъ всѣ сомнѣнія, разсвѣтится всякая темнота и все кривое выпрямится. „Вы, дѣти безсмертія, живущія какъ здѣсь, такъ и въ высочайшихъ сферахъ! путь найдень; есть путь изъ этого мрака, и онъ состоитъ въ познаніи Того, кто выше всякаго мрака, и другого пути нѣтъ“.

Наука Раджа-Іога предлагаетъ человѣчеству практическій и научно-выработанный методъ убѣдиться въ этой истинѣ. Но каждая наука имѣеть свой собственный методъ изслѣдованія. Если, желая сдѣлаться астрономомъ, вы сядете и станете кричать: „астрономія, астрономія!“ — вы ею не овладеете: вамъ необходимо идти въ обсерваторію, взять телескопъ, изучать звѣзды и планеты, и тогда вы станете астрономомъ. То же самое относительно химіи: вы должны идти въ лабораторію, брать разныя тѣла, смѣшивать ихъ, соединять и производить опыты съ ними; такимъ путемъ получится знаніе химіи. Въ каждомъ случаѣ необходимо слѣдовать извѣстному методу. Я могъ бы прочесть вамъ тысячи проповѣдей, но онѣ не сдѣлаютъ васъ религіозными, пока вы не начнете сами примѣнять соответствующій методъ. Это истина мудрецовъ всѣхъ странъ и вѣковъ, людей чистыхъ и не себялюбивыхъ, которые не имѣли другого побужденія, кромѣ добра

міру. Они всѣ заявляютьъ, что нашли истины, болѣе, высокія чѣмъ тѣ, которыя могутъ доставить намъ чувства, и приглашаютъ провѣрить ихъ. Они говорятьъ вамъ: „вотъ пріемы; примѣните ихъ добросовѣстно, и тогда, если вамъ не откроется высшая истина, вы будете въ правѣ сказать, что наше ученіе ложно; отрицать же его, не провѣривъ, не рационально“. Итакъ, мы должны усердно работать, употребляя предписанные способы, и свѣтъ придетъ.

Пріобрѣтая знанія, мы употребляемъ обобщенія, а обобщенія основаны на наблюденіи. Сначала мы наблюдаемъ факты, потомъ обобщаемъ, и затѣмъ выводимъ заключенія, или законы. Знаніе разума, внутренней природы человѣка, мысли — никогда не можетъ быть пріобрѣтено, если мы не будемъ имѣть возможности наблюдать факты, происходящіе внутри насъ. Легко наблюдать факты во внѣшнемъ мірѣ, и тысячи инструментовъ изобрѣтены для наблюденія каждой точки природы; но у насъ нѣтъ инструментовъ, которые бы помогали намъ наблюдать въ нашемъ внутреннемъ мірѣ. Тѣмъ не менѣе мы знаемъ, что для того, чтобы имѣть дѣйствительныя знанія, необходимо наблюдать. Безъ точнаго опыта всякая наука останется безполезной, пустой теоріей, и въ этомъ причина того, что всѣ психологи, съ начала вѣковъ, постоянно спорили другъ съ другомъ, включая только тѣхъ, которые нашли способы наблюдать свой внутренній міръ.

Наука Раджа-Іога прежде всего имѣеть въ виду дать человѣчеству средство для наблюденія внутреннихъ состояній; орудіе для этого — самъ разумъ. Сила вниманія разума, будучи правильно руководима и направлена на внутренній міръ, изслѣдуетъ сознаніе и освѣщаетъ для насъ факты. Силы разума подобны разсѣяннымъ лучамъ свѣта: будучи сосредоточены, они освѣщаютъ все. Это единственный источникъ знанія, находящійся въ нашемъ распоряженіи. Всякій употребляетъ его, какъ въ примѣненіи къ внѣшнему, такъ и къ внутреннему міру; но то тщательное наблюденіе, съ которымъ ученый изучаетъ вицѣній міръ, психологомъ должно быть обращено на внутренній, а это достигается только путемъ усиленного упражненія. Съ самого дѣтства мы пріучены обращать вниманіе

только на виѣшніе предметы и никогда на внутренніе, и большинство изъ насъ почти утратило способность наблюдать свой внутренній механизмъ. Обратить сознаніе какъ бы внутрь, — задержать его тамъ и затѣмъ сосредоточить всѣ его силы и направить ихъ на самое сознаніе, чтобы оно могло узнать свою собственную природу, анализировать самого себя, — дѣло очень трудное. Тѣмъ не менѣе это единственный путь сколько-нибудь научно подойти къ предмету.

Какая польза въ такомъ знаніи? — Прежде всего, знаніе само по себѣ есть высшая награда за трудъ, употребленный для его достижения, а затѣмъ есть и огромная польза. Это знаніе уничтожить всѣ наши страданія. Когда, путемъ анализа своего собственного разума, человѣкъ станетъ, такъ сказать, лицомъ къ лицу съ тѣмъ, что никогда не разрушается, что по своей натурѣ вѣчно чисто и совершенно, онъ перестанетъ быть жалкимъ, не будетъ больше несчастнымъ. Всѣ горести происходятъ отъ боязни, отъ неудовлетворенныхъ желаній. Если человѣкъ найдетъ, что онъ никогда не умираетъ, у него не будетъ больше страха смерти. Если онъ узнаетъ, что онъ совершенъ, онъ не будетъ имѣть никакихъ тщетныхъ желаній; а разъ обѣ эти причины отсутствуютъ, не будетъ больше горестей, — будетъ полное блаженство, даже въ этомъ тѣлѣ.

Существуетъ только одинъ методъ пріобрѣсть это знаніе — это методъ, называемый сосредоточеніемъ. Химикъ въ своей лабораторіи сосредоточиваетъ всю энергию своего ума въ одинъ фокусъ и направляетъ ее на тѣла, которыя изслѣдуетъ, и такимъ образомъ открываетъ ихъ секреты. Астрономъ сосредоточиваетъ всю энергию своего ума и направляетъ ее черезъ телескопъ на небо, и звѣзды, солнце и луна открываютъ ему свои тайны. Чѣмъ больше я сосредоточиваю свои мысли на томъ, о чѣмъ говорю вамъ, тѣмъ большій свѣтъ могу пролить на него. Вы слушаете меня, и чѣмъ больше сосредоточите ваши мысли, тѣмъ яснѣе усвоите то, что я говорю.

Какъ все это познаніе міра могло бы быть достигнуто безъ сосредоточенія силъ ума? Природа готова обнаружить передъ нами свои тайны, надо только знать, какъ подступить къ ней, какъ дать ей

достаточно сильный толчекъ; сила же толчка получается черезъ сосредоточеніе. Нѣть предѣловъ силы человѣческаго ума. Чѣмъ болѣе онъ сосредоточенъ, тѣмъ больше силы будетъ вызвано для приложенія къ отдѣльной точкѣ, а въ этомъ и весь секретъ.

Легче сосредоточить умъ на вѣшнихъ предметахъ, — умъ естественно стремится къ вѣшнему: но, гдѣ дѣло идетъ о религіи, психологіи или метафизикѣ, тамъ субъектъ и объектъ — одно. Объектъ здѣсь внутренний: само сознаніе представляется собою объектъ; и необходимо изучать сознаніе. Мы знаемъ, что есть способность ума, называемая рефлективной. Я говорю вамъ теперь, но въ то же время какъ бы стою въ сторонѣ, точно другое лицо, и знаю, и слышу, что говорю. Вы работаете и думаете въ то же время; другая часть вашего ума стоитъ рядомъ и слѣдить за тѣмъ, что вы думаете. Силы ума должны быть сосредоточены и обращены на него самого; и, какъ темные мѣста обнаруживаются свои тайны при проникающихъ лучахъ солнца, такъ этотъ сосредоточенный умъ проникнетъ въ свои собственные самые сокровенные тайники. Такъ мы подойдемъ къ основанію вѣры, источнику чистой истинной религіи. Мы увидимъ сами, имѣемъ ли мы душу, продолжается ли жизнь пять минутъ или вѣчность, есть ли во вселенной Богъ или нѣтъ. Все это откроется намъ. Это то, чему научить имѣть въ виду Раджа-Іога. Задача всѣхъ ея указаній заключается прежде всего въ томъ, какъ сосредоточить сознаніе, потомъ, какъ открывать факты въ своемъ собственномъ сознаніи, затѣмъ, какъ обобщать такие факты и выводить изъ нихъ свои собственные заключенія. Она никогда не спрашиваетъ насъ, какая наша религія: деисты ли мы, или атеисты, христіане, евреи или буддисты. Мы человѣческія существа, и этого довольно. Каждое человѣческое существо имѣть право и возможность искать религію; каждое человѣческое существо имѣть право ставить вопросъ: „почему?“ и возможность разрѣшить его, если только дастъ себѣ трудъ заняться имъ.

Итакъ, мы видимъ, что для изученія Раджи-Іоги нѣтъ надобности ни въ какомъ довѣріи или вѣрѣ. Она сама учить васъ: не вѣрьте ничему, въ чёмъ сами не

убѣдились. Истина для поддержанія себя не требуетъ никакихъ подпорокъ.

Вы, можетъ быть, скажете, что для убѣженія въ возможности такого пробужденнаго сознанія требуется нѣкотораго рода фантазія. — Положительно нѣтъ; необходимо только изученіе Раджа-Іоги, требующее, правда, много времени и постоянныхъ упражненій, частью физическихъ, но большею частью умственныхъ.

По иѣрѣ того, какъ мы будемъ подвигаться впередъ, мы увидимъ, какъ тѣсно сознаніе связано съ тѣломъ. Если мы признаемъ, что сознаніе есть только болѣе тонкая часть тѣла и что сознаніе дѣйствуетъ на тѣло, то и тѣло должно дѣйствовать на сознаніе. Если тѣло нездороно, сознаніе остается болѣйшимъ; если тѣло здорово, сознаніе остается здоровымъ и крѣпкимъ. Когда кто-нибудь сердится, сознаніе становится беспокойнымъ; а разъ сознаніе беспокойно, тѣло также дѣлается беспокойнымъ. У большинства человѣчества сознаніе вполнѣ подчинено тѣлу; оно у него очень мало развито. Огромная масса людей въ этомъ отношеніи очень мало ушло отъ животныхъ. Больше того, во многихъ случаяхъ власть надъ собою у людей — только очень немногимъ выше, чѣмъ у низшихъ животныхъ; мы очень мало имѣемъ власти надъ нашимъ сознаніемъ.

Итакъ, чтобы достигнуть господства, пріобрѣсть власть надъ тѣломъ и сознаніемъ, мы должны сначала прибѣгнуть къ нѣкоторымъ физическимъ средствамъ, а когда тѣло будетъ достаточно подчинено, можемъ попытаться обработать и сознаніе. Посредствомъ обработки сознанія мы пріобрѣтемъ способность управлять имъ, заставлять его работать въ желаемомъ направлениі и принудить его сосредоточивать силы, какъ мы хотимъ.

Согласно ученію Раджа-Іоги, весь внѣшній міръ есть только грубая форма внутренняго, или тонкаго. Болѣе тонкое всегда причина, болѣе грубое — слѣдствіе. Такимъ образомъ, внѣшній міръ есть слѣдствіе, а внутренній — причина. Подобно этому, внѣшнія силы суть собственно болѣе грубыя изъ силъ, болѣе же тонкія изъ нихъ суть силы внутреннія.

Тотъ, кто узналъ и научился, какъ справляться

съ внутренними силами, получить всю природу въ свое распоряженіе. Іогъ ставить себѣ задачу сдѣлаться но менше какъ властелиномъ всей вселенной, подчините себѣ всю природу. Онъ хочетъ достигнуть такогъ состоянія, при которомъ то, что мы называемъ „законами природы“, не будетъ имѣть на него никакого вліянія, когда онъ будетъ способенъ стать совершенно независимымъ отъ нихъ. Онъ хочетъ повелѣвать всей природой, какъ внутренней, такъ и внѣшней. Прогрессъ и цивилизациѣ человѣчества, въ сущности, такое же подчиненіе, но только одной внѣшней природы.

Различныя расы различаются характеромъ своей дѣятельности. Какъ въ одномъ и томъ же обществѣ нѣкоторыя лица стремятся управлять внѣшнею природою, а другія внутренней, тоже и между народами: нѣкоторые хотятъ подчинить себѣ внѣшнюю природу, другіе внутреннюю. Одни говорятъ, что подчиненіемъ внутренней природы мы подчиняемъ себѣ все; другіе—что, овладѣвавъ внѣшней природой, мы овладѣваемъ всѣмъ. Въ конечномъ результатаѣ тѣ и другіе правы, потому что, въ сущности, нѣтъ ничего ни внутренняго ни внѣшняго. Это выдуманныя ограниченія, совсѣмъ не существующія въ дѣйствительности. Тѣ и другіе, приверженцы внѣшняго и внутренняго, доходя до предѣловъ своихъ знаній, встречаются въ одной и той же точкѣ. Какъ физикъ, доведя свои знанія до крайнихъ предѣловъ, видѣть ихъ расплывающимися въ метафизикѣ, совершенно такъ и метафизикъ находить, что различіе между тѣмъ, что онъ называетъ духомъ и матеріей, только кажущееся. Назначеніе и цѣль всѣхъ наукъ найти единство, то одно, изъ чего произошло все разнообразное, то Единое, которое существуетъ какъ многое. Раджа-Іога предлагаетъ исходить отъ внутренняго міра, изучать внутреннюю природу и черезъ то управлять обѣими, и внутренней и внѣшней.

Это стремленіе очень старое. Оно особенно господствовало въ Индіи, хотя попытки къ нему были и у другихъ народовъ. Въ западныхъ странахъ изученіе Іоги считалось мистицизмомъ, и люди, которые предавались ему, были сжигаемы или убиваемы, какъ вѣдьмы и колдуны; въ Индіи же, по разнымъ причинамъ, оно попало въ руки людей, которые утратили

90% добытыхъ раньше знаний, а изъ оставшейся части старались сдѣлать большую тайну. Въ послѣднее время появилось много такъ называемыхъ учителей тайныхъ, или оккультныхъ наукъ, но они оказались еще хуже индусскихъ, такъ какъ послѣдніе знали хоть кое-что, тогда какъ эти новѣйшие не знаютъ ничего.

Все, что есть таинственного и секретного въ новѣйшихъ системахъ Іоги, должно быть прямо отбрасываемо. Самый лучшій путеводитель въ жизни есть сила; и въ религіи, какъ и во всемъ другомъ, отбрасывайте все, что ослабляетъ васъ, не имѣйте съ нимъ никакого дѣла. Всякая эксплоатациія таинственного ослабляетъ мозгъ человѣка. Вслѣдствіе такой эксплоатациіи науки Іога была близка къ погибели, несмотря на то, что она одна изъ величайшихъ наукъ.

Со времени открытия Іоги, болѣе 4000 лѣтъ тому назадъ, она была вполнѣ разработана, научно изложена и проповѣдывалась въ Индіи; но въ исторіи ея развитія замѣчается поразительный фактъ, что чѣмъ новѣе ея комментаторы, тѣмъ больше ошибокъ они дѣлаютъ, чѣмъ древнѣе пишущій о ней, тѣмъ правильнѣе она излагаетъ предметъ. Большая часть позднѣйшихъ писателей толкуютъ о разнаго рода секретахъ, и Іога стала теперь достояніемъ небольшого числа лицъ, сохраняющихъ ее въ тайнѣ, вместо того, чтобы предоставить дневному свѣту и разуму ярко освѣтить ее. Они это дѣлаютъ для того, чтобы сохранить только для себя доставляемое ею могущество.

Въ томъ, что я сообщаю вамъ, нѣть никакой тайны. То немногое, что я знаю, я разскажу вамъ. Насколько могу объяснить, я объясню, а относительно того, чего не знаю, я только скажу вамъ, что говорится объ этомъ въ книгахъ. Заблужденіе слѣпо вѣрить. Вы должны развить вашъ собственный разумъ и сужденіе; вы должны упражняться и сами убѣдиться, происходитъ ли то, о чёмъ говорятъ, или нѣть. Совершенно такъ же, какъ вы принимаетесь за всякую другую науку о физической природѣ, вы должны приниматься и за изученіе этой. Въ ней нѣть ни тайнъ, ни опасности. Насколько она вѣрна, она должна быть излагаема публично, на улицахъ,

среди бѣлаго дня. Всякая попытка дѣлать изъ подобныхъ вещей секрѣть очень опасна.

Прежде чѣмъ продолжать дальше, я вѣсь позна-
комлю нѣсколько съ философіей Санкья, на которой
основана вся Раджа-Іога. Согласно этой философії,
ощущеніе получается посредствомъ орудій, напр.,
глазъ; глаза передаютъ его органамъ, органы—
сознанію, сознаніе—опредѣляющей способности, отъ
послѣдней его получаетъ Пуруша (душа), которая
затѣмъ какъ бы отдаетъ приказаніе обратно въ той
же послѣдовательности. Такимъ путемъ получаются
ощущенія. За исключеніемъ Пуруши, всѣ эти стадіи
матеріальны, только сознаніе состоітъ изъ болѣе
тонкаго матеріала, чѣмъ всѣ вѣшнія орудія. Мате-
ріалъ, изъ котораго состоітъ сознаніе, становясь
грубѣе, дѣлается тѣмъ, что называется Танматрасъ
(тонкій матеріалъ), а этотъ становится еще грубѣе и
образуетъ вѣшнюю матерію. Такова психологія
Санкья. Согласно ея воззрѣнію, интеллектъ и грубая
матерія различаются только состояніемъ. Только
одна Пуруша не матеріальна. Сознаніе есть орудіе
души, посредствомъ котораго она какъ бы схваты-
ваетъ вѣшніе предметы. Это сознаніе постоянно
мѣняется и колеблется; оно можетъ сообщаться съ
нѣсколькими органами, съ однимъ изъ нихъ, или ни
съ однимъ. Напримѣръ, если я прислушиваюсь съ
большимъ вниманіемъ къ ходу часовъ, я могу ничего
не видѣть, хотя мои глаза открыты. Это показываетъ,
что мое сознаніе не было направлено на органъ зре-
нія, хотя было обращено на органъ слуха. Но сознаніе
можетъ быть соединено и со всѣми органами одно-
временно. Сознаніе имѣть рефлективную способ-
ность смотрѣть назадъ въ свои собственные глубины.
Эта рефлективная способность и есть то, чѣмъ Іогъ
хочетъ овладѣть; сосредоточивая силы сознанія и
направляя ихъ внутрь, онъ старается узнать, что
происходитъ внутри. Вѣра при этомъ не играетъ ни
малѣйшей роли; все основано только на изслѣдова-
ніяхъ извѣстныхъ философовъ. Нынѣшніе физіологи
говорятъ вамъ, что глаза не суть органы зре-
нія, но что органы зре-
нія находятся въ нервномъ центрѣ въ
мозгу; то же принимаютъ они и относительно всѣхъ

прочихъ чувствъ; они говорять также, что эти центры состоять изъ того же материала, какъ и самъ мозгъ. Санкья говорить то же; только первые рассматриваютъ предметъ съ физической, а послѣдняя съ психологической стороны.

Іогъ ставить себѣ цѣль достигнуть той степени утонченного познанія, при которой онъ можетъ воспринимать всѣ эти отдельные процессы ощущенія; онъ хочетъ чувствовать, какъ дѣйствуетъ ощущеніе и какъ сознаніе воспринимаетъ его, какъ оно переходитъ къ опредѣляющей способности и какъ эта послѣдняя передаетъ его Пурушѣ (душѣ).

Но, какъ каждая наука требуетъ извѣстной подготовки, какъ каждая наука имѣть свой собственный методъ, безъ слѣдованія которому мы никогда не поймемъ науки, такъ и въ Раджѣ-Іогѣ. Прежде всего необходимъ извѣстный режимъ: мы должны употреблять такую пищу, которая дѣлаетъ наше сознаніе наиболѣе чистымъ. Если вы пойдете въ звѣринецъ, вы тотчасъ увидите доказательство важнаго значения пищи: тамъ вы увидите слоновъ, огромныхъ животныхъ, но спокойныхъ и кроткихъ; подойдя же къ клѣткамъ львовъ и тигровъ, найдете, что они беспокойны. Это простое наблюденіе покажетъ вамъ, какую огромную разницу производить пища. Всѣ силы, дѣйствующія въ тѣлѣ, производятся пищею; мы это видимъ ежедневно. Если вы начнете поститься, ваше тѣло станетъ слабѣть; сначала пострадаютъ физическія силы, а черезъ нѣсколько дней и умственныя. Прежде всего ослабѣеть память; потомъ наступить моментъ, когда вамъ станетъ трудно думать и еще труднѣе послѣдовательно разсуждать. Поэтому въ началѣ мы должны обращать вниманіе на пищу; когда же сдѣлаемся достаточно сильными, когда наши упражненія значительно подвинутся впередъ, намъ не будетъ надобности въ такой осторожности. Пока растеніе молодо, оно должно быть огорожено, чтобы его не повредили; но когда оно станетъ деревомъ, ограда убирается; — оно достаточно крѣпко, чтобы противостоять всѣмъ насилиямъ.

Іогъ долженъ избѣгать крайностей, какъ излишества, такъ и лишений. Онъ не долженъ поститься или

изнурять свое тѣло; тотъ, кто это дѣлаеть, говоритъ Жита, не можетъ быть Іогомъ; тотъ, кто постится, кто лишаетъ себя сна, кто спитъ много, кто много работаетъ, кто ничего не дѣлаеть,—никто изъ такихъ не можетъ быть Іогомъ.

Г л а в а II.

Первые шаги.

Раджа-Іога дѣлится на 8 ступеней. 1) Іама — *непричиненіе вреда, правдивость, неприсвоеніе чужого, воздержаніе и непринятіе какихъ бы то ни было подарковъ.* 2) Ніяма — чистота, довольство, укрощеніе страстей, размышеніе и *предсніе себя на волю Божію.* 3) Азана или положеніе тѣла. 4) Пранаіама. 5) Пратьяхара или направленіе сознанія внутрь. 6) Дхарана или сосредоточеніе. 7) Дхіана или созерцаніе. 8) Самадхи или сверхсознательность. Іама и Ніяма, какъ видимъ, представляютъ собою нравственныя упражненія; безъ нихъ, какъ основанія, никакія упражненія въ Іогѣ не будутъ имѣть успѣха. Утвердившись въ нихъ, Іогъ начнетъ вкушать ихъ плоды; безъ нихъ же онъ не достигнетъ никакого результата. Іогъ не долженъ никого обижать ни мыслью, ни словомъ, ни дѣломъ, и не только человѣка, но и животныхъ. Милосердіе не должно ограничиваться только людьми, но должно идти дальше и обнимать весь миръ.

Слѣдующая степень есть Азана—положеніе тѣла, рядъ упражненій физическихъ и умственныхъ; она должна исполняться каждый день, пока не будетъ достигнуто высшее состояніе. Прежде всего безусловно необходимо найти положеніе тѣла, въ которомъ мы можемъ долго оставаться. Одному человѣку очень легко думать въ извѣстномъ положеніи, но то же положеніе можетъ быть очень затруднительнымъ для другого. Поэтому каждый долженъ примѣнять то, кото-

рое ему наиболѣе удобно. Дальше мы увидимъ, что во время психическихъ упражненій будутъ происходить также значительные процессы въ тѣлѣ. Нервные токи станутъ перемѣщаться и направляться по новымъ путямъ. Начнется новый рядъ колебаній; весь составъ тѣла будетъ какъ бы перестроенъ. Но такъ какъ главная часть дѣйствія будетъ происходить вдоль позвоночного столба, то относительно положенія тѣла необходимо одно условіе, именно — держать позвоночный столбъ свободнымъ, сидя прямо и имѣя три части тѣла — грудь, шею и голову на прямой линіи. Пусть вся тяжесть вашего корпуса поддерживается ребрами; тогда вы будете имѣть легкую естественную позу съ прямымъ спиннымъ хребтомъ.

Вы сами увидите, что невозможно думать объ очень высокихъ предметахъ, находясь въ положеніи, при которомъ грудь стѣснена. Эта часть Іоги нѣсколько похожа на Хатха-Іогу, которая занимается исключительно физическимъ тѣломъ; цѣль послѣдней сдѣлать тѣло очень крѣпкимъ. Мы здѣсь не будемъ совсѣмъ касаться ея, такъ какъ ея упражненія очень трудны и съ ними нельзя ознакомиться скоро, а главное, они не ведутъ ни къ какому духовному усовершенствованію. Многія изъ ея упражненій, въ родѣ приданія тѣлу разныхъ положеній, вы найдете у Дельсарта и другихъ учителей, но цѣль ихъ физическая, а не психологическая. Въ человѣческомъ тѣлѣ нѣтъ ни одного мускула, котораго бы человѣкъ не могъ вполнѣ подчинить себѣ: сердце можетъ быть остановлено, или его можно заставить биться по желанію; подобнымъ же образомъ, каждую часть организма можно заставить дѣйствовать такъ или иначе. Результатъ этой части Іоги есть продленіе человѣческой жизни; здоровье составляетъ главную идею, единственную цѣль Хатха-Іога. Хатха-Іога рѣшилъ не болѣть, и никогда не бываетъ боленъ. Онъ живеть долго: сто лѣтъ для него ничего не значить; въ 150 лѣтъ онъ совсѣмъ молодъ и свѣжъ и не имѣть ни одного сѣдого волоса. Но это и все. Баньянъ живеть иногда 5000 лѣтъ, но онъ все же только древо. Если человѣкъ живеть долго, онъ тоже только здоровое животное.

Впрочемъ, одинъ или два урока Хатха-Іоги могутъ

быть полезны. Напримѣръ, нѣкоторымъ изъ васъ, особенно страдающимъ головными болями, полезно, какъ только вы встали съ постели, пить черезъ носъ холодную воду; цѣлый день вашъ мозгъ будетъ чувствовать себя свѣжо и пріятно, и вы никогда не будете простужаться. Это очень легко дѣлать: опустите вашъ носъ и ротъ въ воду и дѣлайте глотательные движения.

Выучившись твердо и прямо сидѣть, согласно нѣкоторымъ школамъ, слѣдуетъ производить упражненіе, называемое очищеніемъ нервовъ. Эта часть отвергалась нѣкоторыми, какъ не принадлежащая къ Раджа-Іогѣ; но, такъ какъ такой великій авторитетъ, какъ комментаторъ Санкарачарья, совѣтуетъ ее, то я нахожу умѣстнымъ упомянуть о ней и приведу его собственныхыя указанія изъ его комментарій къ Светасватара Упанишадъ. „Умъ, очищенный посредствомъ Пранаіямъ, устремляется къ Браману, поэтому Пранаіама и рекомендуется. Сначала должны быть очищены нервы; тогда получится способность упражняться въ Пранаіамѣ. Закройте правую ноздрю большимъ пальцемъ и черезъ лѣвую ноздрю вдыхайте воздухъ, насколько можете; потомъ, не останавливаясь, выдыхайте воздухъ, также насколько можете, черезъ правую ноздрю, закрывъ лѣвую; опять вдыхайте черезъ правую ноздрю и выдыхайте черезъ лѣвую. Повторяя это упражненіе три или пять разъ сряду и упражняясь такъ четыре раза въ день, передъ зарею, среди дня, вечеромъ и въ полночь, — въ 15 дней или въ мѣсяцъ очищеніе нервовъ будетъ достигнуто; тогда приступайте къ Пранаіамѣ“.

Упражненіе абсолютно необходимо. Вы можете сидѣть и слушать меня часами каждый день, но, не упражняясь, не сдѣлаете ни шага впередъ: здѣсь все зависитъ отъ упражненія. Мы никогда не поймемъ этихъ вещей, пока не испытаемъ ихъ сами. Одно слушанье объясненій и теорій не приведетъ ни къ чему.

Существуютъ разныя препятствія къ упражненіямъ.

Первое препятствіе есть нездоровье: если тѣло не въ подходящемъ состояніи, упражненія будутъ затруднены. Поэтому необходимо держать тѣло здоровымъ, обращать вниманіе на їду, питье и занятія.

Всегда дѣлайте мысленное усилие держать тѣло бодрымъ, — то, что обыкновенно называется „Христіанской наукой.“ Это все; ничего больше о тѣлѣ. Мы не должны забывать, что здоровье есть только средство для достижениѧ цѣли. Если-бъ здоровье было нашою цѣлью, мы походили бы на животныхъ, которыя рѣдко болѣютъ.

Другое препятствіе—сомнѣніе. Мы всегда сомнѣваемся въ вещахъ, которыхъ не видимъ. Человѣкъ не можетъ жить, полагаясь на слова другихъ, какъ бы онъ ни пытался это дѣлать. Сомнѣніе относительно этихъ вещей приходитъ къ намъ независимо отъ того, есть ли въ нихъ правда или нѣтъ; даже лучшій изъ насъ иногда сомнѣвается. Послѣ нѣсколькихъ дней упражненія явится маленький проблескъ, достаточный для того, чтобы дать вамъ бодрость и надежду. „Разъ же получится доказательство, то, какъ бы незначительно оно ни было, оно, какъ говоритъ одинъ комментаторъ Іога-философіи, дастъ намъ вѣру во все учение Іоги“. Напримѣръ, послѣ первыхъ нѣсколькихъ мѣсяцевъ упражненія вы начнете находить, что можете читать чужія мысли, которыя представляются вамъ въ образной формѣ. Возможно, что вы будете слышать нѣчто, происходящее на далекомъ разстояніи, когда пожелаете этого и сосредоточите на этомъ ваши мысли. Проблески эти будутъ мгновенны, но достаточны, чтобы дать вамъ вѣру, надежду и силу продолжать упражненія. Напр., сосредоточивая вниманіе на концѣ вашего носа, вы начнете черезъ нѣсколько дней слышать въ высшей степени пріятный запахъ, и этого будетъ достаточно, чтобы показать вамъ, что есть нѣкоторая психическая ощущенія, которыя могутъ сдѣлаться замѣтными безъ посредства физического предмета. Но мы должны всегда помнить, что это только средства; задача, назначеніе и цѣль всѣхъ этихъ упражненій есть освобожденіе души. Цѣлью должно быть безусловно подчиненіе природы и ни на волосъ меньше. Мы должны быть властителями, а не природа; ни тѣло, ни умъ не должны управлять нами, и мы не должны забывать, что тѣло принадлежитъ мнѣ, а не я тѣлу.

Нѣкій богъ и нѣкій демонъ пошли къ одному

великому мудрецу, чтобы узнать у него, что такое „Сущее“ (Высшее всего прочаго, Богъ). Они долго учились у него, и наконецъ мудрецъ сказалъ имъ: „ты самъ то Существо, которое ищешь“. Оба они подумали, что ихъ тѣла и есть „Сущее“. „Мы достигли своей цѣли“, сказали они и оба вернулись къ своимъ и сказали: „мы узнали все, что нужно; ъшьте, пейте и веселитесь; мы Сущее, и нѣтъ ничего выше нась“.

Натура демона была невѣжественная, помраченная, и ему не требовалось ничего больше; онъ былъ вполнѣ удовлетворенъ мыслю, что онъ Богъ, что подъ Сущимъ слѣдуетъ понимать тѣло. Но Богъ имѣлъ болѣе чистую натуру. Сначала онъ впалъ въ ошибку, думая, что „я“ это тѣло и что оно-то и есть Богъ, и что поэтому необходимо держать его крѣпкимъ, здоровымъ и хорошо одѣтымъ и доставлять ему всякаго рода тѣлесныя наслажденія; но черезъ нѣсколько дней онъ пришелъ къ заключенію, что такъ не могъ думать мудрецъ, его учитель, а что тотъ разумѣлъ нѣчто болѣе высокое. Поэтому онъ вернулся къ нему и сказалъ: „учитель, тому ли ты меня училъ, что это тѣло есть Сущее? Я вижу, что всѣ тѣла умираютъ, Сущее же не можетъ умирать“. Мудрецъ отвѣчалъ: „найди его; ты—Оно“. Тогда Богъ подумалъ, что то, что разумѣеться мудрецъ, суть жизненные силы, дѣйствующія въ тѣлѣ; но послѣ нѣкотораго времени нашелъ, что, если онъ ъстъ, эти жизненные силы остаются крѣпкими, а когда голодаешь, онъ слабѣютъ. Онъ пошелъ опять къ мудрецу и сказалъ: „учитель, думаешь ли ты, что Сущее это жизненные силы?“ Мудрецъ отвѣчалъ: „найди его самъ; ты—Оно“. Богъ вернулся еще разъ, подумавъ, что, быть можетъ, Сущее значитъ—разумъ; но черезъ нѣсколько дней пришелъ къ заключенію, что мысли бываются такъ различны,—то хорошия, то дурныя,—что разумъ слишкомъ измѣнчивъ, чтобы быть Сущимъ. Онъ еще разъ пошелъ къ мудрецу и сказалъ: „учитель, я не думаю, чтоъ и разумъ могъ быть Сущимъ; его ли ты разумѣлъ?“ — „Нѣтъ“, отвѣчалъ мудрецъ, „ты—Оно; найди его самъ“. Богъ ушелъ и, наконецъ, понялъ, что несомнѣнно онъ и есть Сущее, высшее всякаго разума. Одно, не имѣвшее рожденія и смерти

что мечъ не можетъ пронзить, ни огонь сжечь, что воздухъ не можетъ изсушить, ни вода растворить; безначальное, нерожденное, неизмѣнное, неосозаемое, всевѣдущее, всемогущее Существо, которое не есть ни тѣло, ни разумъ, но выше ихъ обоихъ. Тогда онъ удовлетворился, а бѣдный демонъ, благодаря своей привязанности къ тѣлу, такъ и не узналъ истины.

Въ этомъ мірѣ много такихъ демонскихъ натуръ, но есть также и боги. Если кто-нибудь предложитъ научить, какъ увеличить способность чувствовать наслажденіе, онъ найдетъ множество готовыхъ учиться; но если онъ задумаетъ указать человѣчеству самую высочайшую цѣль, къ этому отнесутся безъ всякаго вниманія. Очень немногіе способны понять высшее, еще меньше людей имѣютъ терпѣніе достигнуть его; но все же есть и такие немногіе, которые знаютъ, что если бъ тѣло было сохранено на тысячу лѣтъ, результатъ въ концѣ вышелъ бы тотъ же: когда силы, удерживающія его цѣльмы, оставятъ его, тѣло должно разрушиться. Никогда не былъ рожденъ ни одинъ человѣкъ, который могъ бы хоть на одинъ мигъ остановить измѣненія въ своемъ тѣлѣ.

Тѣло есть названія ряда измѣненій. „Какъ въ рѣкѣ на вашихъ глазахъ перемѣняются массы воды и притекаютъ новыя массы, сохраняя все ту же форму, такъ и въ нашемъ тѣлѣ“. Тѣмъ не менѣе тѣло слѣдуетъ содержать крѣпкимъ и здоровымъ; оно лучшее орудіе, какое мы имѣемъ.

Это человѣческое тѣло есть высшее тѣло во вселенной, и человѣческое существо высшее изъ существъ. Человѣкъ выше, чѣмъ всѣ животныя, чѣмъ всѣ ангелы. Нѣть никого выше человѣка. Даже Девы (боги) должны опять спуститься внизъ, чтобы достигнуть спасенія путемъ воплощенія въ человѣческій образъ. Только человѣкъ достигаетъ совершенства; самые боги не достигаютъ его. По учению евреевъ и магометанъ, Богъ сотворилъ человѣка послѣ сотворенія ангеловъ и всего прочаго, и, сотворивъ человѣка, велѣлъ ангеламъ прійти и привѣтствовать его, и всѣ исполнили это, кромѣ Иблиса, котораго Богъ проклялъ за это, и онъ сталъ сатаной. За этой аллегоріей скрывается великая истина, что человѣческое рожденіе

есть величайшее рождение, какое мы можемъ имѣть. Низшее существо, животное, неразумно и создано большею частью изъ Тамаса (темной матеріи). Животные не могутъ имѣть высокихъ мыслей, и ни ангелы, ни боги (Девы) не могутъ достигнуть свободы иначе, какъ ставши человѣкомъ. Въ человѣческомъ обществѣ, подобнымъ же образомъ, слишкомъ большое богатство или слишкомъ большая бѣдность составляютъ огромную помѣху развитию души. Великие люди міра выходятъ изъ среднихъ классовъ, гдѣ силы равномѣрно согласованы и уравновѣшены.

Возвращаясь къ нашему предмету, мы приходимъ затѣмъ къ Пранаіямъ, управлению дыханіемъ. Что общаго оно имѣть съ сосредоточеніемъ силъ сознанія? Дыханіе подобно маховому колесу машины. Въ большой машинѣ вы видите, что сначала движется маховое колесо, и что движение отъ него передается послѣдовательно болѣе тонкимъ частямъ до тѣхъ поръ, пока самые нѣжные и тонкіе механизмы въ машинѣ не пройдутъ въ согласное движение. *Дыханіе есть то же, что маховое колесо; оно передаетъ и регулируетъ движущую силу всего въ этомъ тѣлѣ.*

Быль нѣкогда у одного великаго короля министръ. Онъ впалъ въ немилость, и король въ наказаніе велѣлъ запереть его на вершинѣ очень высокой башни. Это было исполнено, и министръ остался тамъ и долженъ былъ погибнуть. Но у него была вѣрная жена. Ночью она пришла къ башнѣ и крикнула на вершину своему мужу, не можетъ ли она чѣмъ-нибудь помочь ему. Онъ сказалъ ей, чтобы на слѣдующую ночь она пришла опять къ башнѣ и принесла съ собою длинную веревку, крѣпкій шнурокъ, мотокъ нитокъ и шелковинку, таракана и немногу меду. Очень удивляясь, добрая жена повиновалась мужу и принесла требуемые предметы. Мужъ приказалъ ей крѣпко привязать шелковинку къ таракану, потомъ смазать усики его каплею меда и посадить его на стѣну башни головою вверхъ. Она исполнила всѣ эти распоряженія, и тараканъ отправился въ длинное путешествіе. Слышиа впереди себя запахъ меда и желая добыть его, онъ медленно ползъ все впередъ и впередъ, пока наконецъ не достигъ вершины башни, гдѣ министръ схватилъ его и овла-

дѣль шелковинкою. Тогда министръ сказалъ женѣ, чтобы она привязала другой конецъ шелковинки къ мотку нитокъ, и послѣ того, какъ вытащилъ послѣдній, повторилъ ту же исторію съ крѣпкимъ шнуркомъ и, наконецъ, съ веревкой. Остальное было легко. Министръ по веревкѣ спустился съ башни и уѣжалъ. Въ нашемъ тѣлѣ дыхательное движеніе есть шелковинка; овладѣвъ и научившись управлять имъ мы схватимъ мотокъ нитокъ—нервные токи, а за ними крѣпкій шнурокъ—наши мысли и, наконецъ, веревку—Прану (жизненные силы тѣла), овладѣвъ которой, мы достигнемъ свободы.

Мы не знаемъ ничего о нашемъ собственномъ тѣлѣ. Въ лучшемъ случаѣ мы можемъ взять мертвое тѣло и разрѣзать его на куски. Есть люди, которые могутъ рѣзать на куски даже живое животное, чтобы видѣть, что находится внутри тѣла; и все таки они не найдутъ ничего общаго съ нашимъ собственнымъ тѣломъ. Мы знаемъ очень мало о немъ. Почему мы не знаемъ?—Потому, что наше вниманіе недостаточно чувствительно, чтобы улавливать очень тонкія движения, происходящія внутри. Мы можемъ узнать о нихъ только тогда, когда наше сознаніе, такъ сказать, проникнетъ тѣло и станетъ болѣе чуткимъ. Чтобы достигнуть такого тонкаго распознаванія, мы должны начать съ грубыхъ ощущеній, должны овладѣть тѣмъ, что приводить въ движеніе всю машину; а это есть Прана,—наиболѣе осязательное проявленіе которой есть дыханіе. Посредствомъ управлениія дыханіемъ мы медленно, такъ сказать, войдемъ въ тѣло, и это сдѣлаетъ насъ способными познакомиться съ тонкими силами, узнать, какъ нервные токи проходятъ по всему тѣлу; и, какъ только узнаемъ это и научимся чувствовать эти токи, мы получимъ власть надъ ними и надъ тѣломъ. Сознаніе приводится въ дѣйствіе также этими различными нервными токами, и потому мы, наконецъ, достигнемъ такого состоянія, что будемъ имѣть полную власть надъ тѣломъ и сознаніемъ, и сдѣляемъ ихъ обоихъ своими слугами.

Знаніе есть сила, и мы должны пріобрѣсть эту силу, для чего должны начинать сначала съ Пранаіамы, подчиненія Праны. Пранаіама предметъ сложный и

для полнаго объясненія требуетъ нѣсколькихъ уроковъ. Мы овладѣемъ ею по частямъ. Мы увидимъ постепенно, какой смыслъ каждого ея упражненія и какія силы въ тѣлѣ приводятся имъ въ движение. Все это придетъ къ намъ, но для этого требуется постоянное упражненіе, и доказательство получится только черезъ упражненіе. Никакая масса объясненій, которыя я могу дать вамъ, не будетъ для васъ доказательствомъ, пока вы сами не докажете этого себѣ. Какъ только вы начнете чувствовать токи, проходящіе черезъ ваше тѣло, сомнѣнія исчезнутъ; но для этого требуются ежедневныя настойчивыя упражненія. Вы должны упражняться по крайней мѣрѣ два раза въ день, и лучшее для этого время утро и вечеръ. Когда ночь переходитъ въ день и день въ ночь, наступаетъ относительное спокойствіе. Раннее утро и ранній вечеръ суть двѣ точки покоя. Ваше тѣло въ это время будетъ имѣть подобное же расположение успокоиться. Вы должны воспользоваться этимъ естественнымъ благопріятнымъ условіемъ и упражняться. Примите за правило не есть прежде, чѣмъ не упражнялись; если вы будете держаться этого правила, простое чувство голода уничтожить вашу лѣноту. Въ Индіи пріучаются дѣтей никогда не есть прежде, чѣмъ они не поупражняются и не помолятся, и это со временемъ становится для нихъ настолько естественнымъ, что мальчикъ не чувствуетъ голода, пока не вымылся и не упражнялся. Тѣ изъ васъ, у кого есть средства, сдѣлаютъ лучше, если будутъ имѣть для упражненій особую комнату. Не спите въ этой комнатѣ; она должна содержаться свято; вы не должны входить въ нее, не вымывшись и не будучи совершенно чисты тѣломъ и душой. Ставьте всегда цвѣты въ ней, они лучшая обстановка для Іога; также—хорошія картины. Сжигайте въ ней утромъ и вечеромъ куренія. Не входите въ эту комнату, имѣя нечистыя мысли или зло и гнѣвъ противъ кого-нибудь. Позволяйте входить въ нее только людямъ, такъ же настроеннымъ, какъ и вы. Тогда постепенно въ этой комнатѣ образуется атмосфера святости, и, когда вы будете несчастны, огорчены, въ сомнѣніи, или вашъ умъ будетъ смущенъ, вамъ достаточно будетъ войти въ

эту комнату, чтобы успокоиться. Въ этомъ заключалась идея храмовъ, и въ нѣкоторыхъ изъ нихъ эта идея сохранилась и теперь; но въ большинствѣ ихъ настоящая идея утрачена. Идея состоитъ въ томъ, что, вслѣдствіе поддержанія здѣсь святыхъ вибрацій, само мѣсто становится и остается освященнымъ. Тѣ, кто не въ состояніи имѣть отдельную комнату, могутъ упражняться, гдѣ хотятъ. Сядьте прямо и первое, что сдѣлаете, пошлите добрая пожеланія всему творенію, повторяя мысленно: „да будутъ всѣ существа счастливы, да будутъ всѣ существа мирны, да будутъ всѣ существа блаженны“.

Повторяйте это, обращаясь къ востоку, югу, сѣверу и западу. Чѣмъ больше вы будете дѣлать это, тѣмъ лучше будете себя чувствовать. Вы убѣдитесь, наконецъ, что самый легкій способъ сдѣлать себя здоровымъ—это видѣть другихъ здоровыми, и самый легкій способъ сдѣлаться счастливымъ — это видѣть другихъ счастливыми. Сдѣлавши это, тѣ, кто вѣрить въ Бога, должны молиться, но не о деньгахъ, не о здоровье, ни даже о небѣ; молитесь о знаніи и свѣтѣ, — всякия другія молитвы эгоистичны. Затѣмъ слѣдующее, что надо дѣлать, — это думать о своемъ собственномъ тѣлѣ и смотрѣть на него, какъ на сильное и здоровое. Оно лучшее наше орудіе. Думайте о немъ, что оно крѣпко, какъ алмазъ, и что съ помощью его вы переплынете этотъ жизненный океанъ. Слабый никогда не достигнетъ свободы; отбросьте всякую слабость; говорите вашему тѣлу, что оно крѣпко, говорите вашему уму, что онъ силенъ, и имѣйте безграничное довѣріе къ себѣ.

Глава III.

Прана.

Пранаяма не занимается, какъ многие думаютъ, дыханиемъ; дыханіе на самомъ дѣлѣ имѣть весьма мало отношенія къ ней, чтобы не сказать, никакого. Дыханіе есть только одно изъ многихъ упражненій, посредствомъ которыхъ мы достигаемъ дѣйствительной Пранаіамы. Пранаяма значитъ управление Праной. Согласно индійскимъ философамъ, вся вселенная состоитъ изъ двухъ элементовъ, одинъ изъ которыхъ они называютъ Аказа. Это всюду находящееся и все проникающее нѣчто. Все, что имѣеть форму, все, что представляеть собою результатъ соединеній, все развилось изъ этой Аказы. Аказа это то, что стало воздухомъ, жидкостями, твердыми тѣлами. Это Аказа, что становится солнцемъ, землею, луною, звѣздами и кометами; Аказа это то, что стало тѣломъ вообще, тѣломъ животнаго, растеніемъ, что принимаетъ всѣ образы, которые мы видимъ, формы всего, что можетъ быть ощущаемо, всего, что существуетъ. Она сама не можетъ быть замѣчаема, такъ какъ настолько тонка, что находится въ всѣхъ обыкновенныхъ воспріятій и можетъ быть видима только тогда, когда станетъ грубою, примѣтъ форму. При началѣ творенія существуетъ только эта Аказа; при концѣ цикла твердяя тѣла, жидкости и газы, всѣ разложатся опять въ Аказу, и слѣдующее твореніе подобнымъ же образомъ разовьется изъ Аказы.

Какою силою Аказа превратилась въ эту вселенную? — Силою Праны. Какъ Аказа есть безконечная, всюду находящаяся матерія этой вселенной, совершенно такъ же Прана есть безконечная, всюду находящаяся и проявляющаяся сила этой вселенной. При началѣ и при концѣ каждого цикла все становится Аказой и всѣ силы, которыя существуютъ въ этой вселенной, преобразовываются опять въ Прану; въ слѣдующемъ циклѣ изъ Праны развивается все, что мы называемъ энергией, все, что называется силой.

Прана это то, что проявляется какъ всякаго рода

движение, какъ притяженіе, магнетизмъ и проч. Это Прана, что проявляется въ видѣ процессовъ тѣла, въ видѣ нервныхъ токовъ, въ видѣ силы мысли. Отъ мысли до самой грубой физической силы, все есть только проявленіе Праны. Сумма всѣхъ силъ природы, духовныхъ и физическихъ, превратившихся въ свое первоначальное состояніе, называется Праной. „Когда не было ни чего бы то ни было, ни ничего, когда тьма покрывала тьму, что существовало тогда?“ — „Существовала Аказа безъ движенія“. Физическое дѣйствіе Праны было остановлено, но она существовала. Мы знаемъ, согласно новѣйшей науки, что вся энергія, проявляющаяся теперь во вселенной, есть величина постоянная. Сумма энергіи во вселенной остается совершенно одинаковою, только при концѣ цикла эта энергія успокаивается, становится потенциальною, а при началѣ слѣдующаго цикла начинаетъ дѣйствовать, даетъ толчекъ Аказѣ, и изъ Аказы развиваются всѣ различныя формы; а, какъ только Аказа измѣняется, Прана тоже измѣняется, превращаясь во всевозможныя проявленія энергіи. Знаніе и управлѣніе Праной есть на самомъ дѣлѣ то, что разумѣется подъ Пранаймой.

Она открываетъ намъ дверь къ почти безграничному могуществу. Предположите, напримѣръ, что кто-нибудь вполнѣ постигъ Прану и пріобрѣлъ способность управлять ею, — какая могла бы быть на землѣ сила, которая не принадлежала бы ему? Онъ быль бы въ состояніи сдвинуть солнце и звѣзды съ ихъ мѣстъ, управлять всѣмъ во вселенной, отъ атомовъ до самыхъ огромныхъ солнцъ, потому что онъ можетъ управлять Праной. Въ этомъ задача и цѣль Пранаймы.

Когда Іогъ становится совершеннымъ, въ природѣ не остается ничего, ему неподвластнаго. Если онъ прикажетъ богамъ пройти къ нему, они пройдутъ по его требованію, если онъ попросить пройти отшедшихъ, они пройдутъ по его просьбѣ. Всѣ силы природы будутъ повиноваться ему, какъ его рабы, и, когда непосвященные увидятъ проявленія могущества Іога, они назовутъ ихъ чудесами.

Особенность ума индуза заключается въ томъ, что онъ всегда ищетъ возможно послѣдняго обобщенія,

оставляя детали для выработки впослѣдствіи. Въ Ведахъ ставится вопросъ: „что есть то, зная что, мы будемъ знать все?“ И всѣ книги и всѣ философи, которыхъ когда-либо были написаны, стремились только выяснить то, черезъ знаніе чего все становится известнымъ. Если бы кто-нибудь захотѣлъ ознакомиться съ вселенной по частямъ, онъ долженъ былъ бы познакомиться съ каждой отдѣльной песчинкой; для этого потребовалось бы безконечное время, и онъ никогда не узналъ бы всего. Тогда какое же можетъ быть знаніе? Какая возможность для человѣка быть всезнающимъ путемъ частностей?— Іоги говорятъ, что за частными проявленіями есть обобщеніе; за всѣми частными идеями стоитъ идея обобщенная, абстрактный принципъ. Овладѣвайте имъ и вы овладеете всѣмъ.

Въ Ведахъ вся природа обобщена въ Одномъ Абсолютномъ Бытии. Тотъ, кто понялъ это Бытие, понялъ всю вселенную. Такимъ же образомъ всѣ силы обобщены въ Пранѣ, и кто овладѣлъ Праной,— овладѣлъ всѣми силами природы, духовной и физической. Тотъ, кто подчинилъ себѣ Прану, подчинилъ свое собственное сознаніе и всѣ сознанія, какія существуютъ. Тотъ, кто подчинилъ себѣ Прану, подчинилъ свое тѣло и всѣ тѣла, какія существуютъ, потому что Прана есть обобщенное проявленіе силы. Единственная задача Пранаіамы заключается въ томъ, какъ подчинить Прану. Вся тренировка и всѣ упражненія имѣютъ одну эту цѣль, при чемъ каждый долженъ начинать съ того, на чемъ онъ остановился, долженъ учиться управлять вещами, которыя къ нему ближе всего. Прана, которая дѣйствуетъ въ нашемъ сознаніи и тѣлѣ, есть ближайшая къ намъ изъ всей Праны во вселенной. Эта маленькая волна Праны, представляющая нашу собственную энергию, духовную и физическую, есть самая ближайшая къ намъ волна всего безконечного океана Праны; и, когда мы сумѣемъ управлять этой маленькою волною, только тогда мы можемъ надѣяться подчинить себѣ всю Прану. Іогъ, который сдѣлалъ это, достигаетъ совершенства, и никакая сила болѣе не властвуетъ надъ нимъ. Онъ становится почти всемогущимъ, почти всезнающимъ.

Мы видимъ во всѣхъ странахъ секты, которыя пытались достичнуть такого подчиненія Праны. Въ этой странѣ (Америкѣ) есть духовные цѣлители, цѣлители вѣрою, спиритуалисты, „адепты христіанской науки“, гипнотизеры и проч.; и, если мы подробно изслѣдуемъ всѣ эти группы, то найдемъ, что въ основаніи каждой изъ нихъ лежитъ управлѣніе Праной,—имѣютъ ли они о ней понятіе или нѣтъ. Если вы отбросите всѣ ихъ теоріи, остатокъ у всѣхъ будетъ одинъ и тотъ же: всѣ они дѣйствуютъ посредствомъ одной и той же силы, только безсознательно. Они случайно натолкнулись на открытіе силы и, хотя не знаютъ ея природы, но безсознательно пускаютъ въ ходъ тѣ же способности, которыми пользуются Іоги и которыя вытекаютъ изъ Праны.

Прана есть жизненная сила всякаго существа, и самое тонкое и самое высокое дѣйствіе Праны есть мысль. Но мысль, какъ мы видимъ, еще не все. Есть родъ мысли, называемый инстинктомъ, или безсознательною мыслью, самый низкій уровень дѣйствія Праны. Если комаръ ужалитъ насъ, наша рука ударить его безъ всякой мысли съ нашей стороны, автоматично, инстинктивно. Но это тоже одно изъ выражений мысли. Всѣ рефлективныя дѣйствія въ тѣлѣ принадлежать къ этому уровню мысли. Затѣмъ есть высшій уровень мысли—сознаніе; я разсуждаю, сужу, думаю, вижу прямую и обратную сторону разныхъ вещей. Но и это еще не все. Мы знаемъ, что разсудокъ ограниченъ. Онъ простирается только на извѣстную область, дальше которой идти не можетъ. Кругъ внутри которого онъ дѣйствуетъ, въ дѣйствительности очень и очень ограниченъ. Но въ то же время мы видимъ факты, какъ бы вторгающіеся откуда-то въ этотъ кругъ. Подобно кометѣ, нѣчто появляется въ этомъ кругѣ, при чёмъ нѣтъ сомнѣнія, что оно пришло изъ-за его предѣловъ, хотя нашъ разсудокъ и не можетъ перейти за нихъ. Причины явленій, проникающихъ въ эту маленькую область, находятся вѣнѣ ея границы; ни разсудокъ, ни разумъ не могутъ постигнуть ихъ. Но, говорить Іогъ, разсудокъ и разумъ еще не все: сознаніе можетъ дѣйствовать на еще высшемъ уровнѣ, на уровнѣ сверхсознанія. Когда

сознаніе достигло такого состоянія, которое называется Самадхи — полное сосредоточеніе, сверхсознаніе — оно переходитъ за предѣлы разсудка и становится лицомъ къ лицу съ фактами, недоступными ни инстинкту, ни разсудку.

Всѣ дѣйствія тонкихъ силъ въ тѣлѣ, т. е., различныя проявленія Праны, если они надлежащимъ образомъ выработаны, дѣйствуютъ возбуждающимъ образомъ на сознаніе, и тогда оно подымается выше, становится сверхсознательнымъ и дѣйствуетъ изъ этого высшаго плана.

Вселенная представляетъ одну сплошную массу всевозможныхъ уровней существованія. Физически вселенная одно; нѣть никакой разницы между солнцемъ и вами. Ученый скажетъ вамъ, что заблужденіе говорить противное. Въ сущности нѣть никакой разницы между этимъ столомъ и мною; столъ есть одинъ центръ скопленія матеріи, а я другой. Каждая форма представляетъ собою какъ бы одинъ вихрь въ безконечномъ океанѣ матеріи, и такіе вихри не постоянны. Какъ въ стремительномъ потокѣ могутъ быть миллионы водоворотовъ и вода въ каждомъ изъ нихъ, въ каждое мгновеніе новая, — повернется нѣсколько секундъ, а затѣмъ уходитъ, а на ея мѣсто приходятъ новыя частицы, — такъ и вся вселенная представляетъ собою одну постоянно менѣяющуюся массу матеріи, въ которой мы суть маленькие водовороты. Нѣкоторая масса матеріи входитъ въ нихъ, кружится, образуя въ теченіе нѣсколькихъ лѣтъ человѣческое тѣло, измѣняется и уносится, чтобы образовать, быть можетъ, тѣло животнаго; изъ послѣдняго опять выносится съ тѣмъ, чтобы черезъ нѣсколько лѣтъ попасть въ новый водоворотъ, называемый глыбою минерала.

Все постоянно менѣяется. Нѣть ни одного тѣла постояннаго. Нѣть такой вещи, какъ мое тѣло или ваше тѣло, кроме какъ на словахъ. Есть одна огромная масса матеріи. Одно маленькое скопленіе ея называется луной, другое солнцемъ, слѣдующее человѣкомъ, слѣдующее землею, слѣдующее растеніемъ, слѣдующее минераломъ.

Ни что не постоянно, но все измѣнчиво: все представляетъ собою матерію, вѣчно соединяющуюся

въ отдельные массы и раздробляющуюся на составные части. То же самое и съ сознаниемъ. Представимъ матерію въ видѣ эаира. Когда дѣйствие Праны будетъ въ высшей степени тонкимъ, этотъ эаиръ, въ болѣе тонкомъ состояніи вибрацій, представить сознаніе, оставаясь все-таки одной нераздѣльной массой. Если вы будете въ состояніи возбудить въ себѣ эти тончайшія вибраціи, вы увидите и почувствуете, что вся вселенная состоить изъ такихъ же тонкихъ вибрацій. Нѣкоторые снадобья имѣютъ способность привести насъ иногда въ подходящія условія и, такъ сказать, изъять изъ-подъ вліянія обыкновенныхъ нашихъ чувствъ. Многіе изъ васъ, вѣроятно, помнятъ извѣстный случай съ сэромъ Гумфри Деви, какъ однажды, вслѣдствіе дѣйствія веселящаго газа, онъ во время лекціи вдругъ остановился ошеломленный и неподвижный и потомъ разсказывалъ, что вся вселенная представлялась ему состоящею изъ идей. Въ это время грубыя колебанія какъ бы прекратились и ему представлялись только тонкія, которыя онъ называлъ идеями. Онъ могъ видѣть вокругъ себя только тонкія вибраціи; все стало для него мыслю, вся вселенная однимъ океаномъ ея, и онъ и всѣ другіе стали маленькими мысленными вихрями. Такимъ образомъ, даже въ міровой области мысли мы находимъ единство, и, когда, наконецъ, дойдемъ до Сущаго, то узнаемъ, что и этимъ Сущимъ можетъ быть только Одинъ.

Выше движенія есть только Одинъ. Всякое проявляющееся движеніе представляетъ собою такое же единство. Этого факта нельзя уже отрицать, такъ какъ новѣйшая наука вполнѣ доказала его. Новѣйшая физика доказала, что сумма энергіи во вселенной есть величина совершенно постоянная. Доказано также, что энергія существуетъ въ двухъ видахъ: она становится потенціальной, ослабѣваетъ и успокаивается; затѣмъ опять начинаетъ обнаруживаться, проявляясь въ видѣ всевозможныхъ силъ, опять возвращается къ спокойному состоянію и опять проявляется. Такимъ образомъ, въ теченіе цѣлой вѣчности она, такъ сказать, то развертывается, то свертывается. Управлениe этою энергіею, или Праною, какъ раньше сказано, и есть то, что называется Пранаіамой.

Пранаіама очень мало занимается дыханиемъ и только какъ упражнениемъ. Наиболѣе замѣтное проявленіе Праны въ человѣческомъ тѣлѣ есть движение легкихъ. Если послѣднее прекратится, всѣ отправленія тѣла остановятся; всѣ прочія проявленія жизненной силы въ тѣлѣ немедленно прекратятся, если прекратится оно. Есть люди, которые могутъ воспитать себя такимъ образомъ, что ихъ тѣло будетъ продолжать жить, даже если это движение остановится. Существуютъ нѣкоторыя лица, которыя могутъ похоронить себя на мѣсяцъ и все это время жить безъ дыханія; но для обыкновенныхъ людей движение легкихъ есть главное грубое движение въ тѣлѣ. Чтобы достичь болѣе тонкаго, мы должны призвать на помощь грубое и медленно подвигаться къ наиболѣе тонкому, пока не достигнемъ нашей цѣли. Наиболѣе замѣтное изъ всѣхъ движений въ тѣлѣ есть движение легкихъ, маховое колесо, приводящее въ движение прочія силы. Пранаіама, на самомъ дѣлѣ, значитъ управление движениемъ легкихъ, а это движение связано съ дыханиемъ. Не дыханіе производить его, но, наоборотъ, оно производить дыханіе. Это движение втягиваетъ воздухъ, дѣйствуя какъ насосъ. Прана двигаетъ легкія, а это движение легкихъ втягиваетъ воздухъ. Такимъ образомъ Пранаіама не есть дыханіе, но управление той мускульной силой, которая двигаетъ легкія; эта же мускульная сила, проходящая черезъ нервы къ мускуламъ и отъ нихъ къ легкимъ и заставляющая послѣднія двигаться известнымъ образомъ, и есть Прана, которую мы должны управлять въ упражненіяхъ Пранаіамы.

Подчинивъ себѣ эту Прану, мы тотчасъ увидимъ, что и всѣ прочія дѣйствія Праны въ тѣлѣ понемногу подчинятся намъ. Я самъ видѣлъ людей, которые имѣли способность управлять почти всѣми мускулами и нервами своего тѣла; и почему нѣтъ? Если я управляю нѣкоторыми мускулами, почему не всѣми мускулами и нервами тѣла? Что тутъ невозможнаго? Въ настоящее время управление утрачено и движение стало автоматическимъ. Мы не можемъ двигать ушами по своей волѣ, но знаемъ, что животныя могутъ. Мы не имѣемъ этой способности потому, что не упражняемъ ея.

Намъ, извѣстно, что движеніе, которое стало скрытымъ, можно заставить снова проявляться. Настойчивой работой и упражненіемъ нѣкоторыя, наиболѣе утраченныя, движения тѣла могутъ быть опять приведены въ совершенную зависимость отъ насъ. Изъ этого разсужденія мы видимъ, что не только нѣтъ ничего невозможнаго, но напротивъ представляется вполнѣ вѣроятнымъ, что каждая часть тѣла можетъ быть приведена къ полному подчиненію. Іоги этого достигаютъ посредствомъ Пранаіамъ.

Нѣкоторыя изъ васъ, можетъ быть, читали въ книгахъ, трактующихъ объ этомъ предметѣ, что при Пранаіамъ, вдыхая, вы должны наполнить все ваше тѣло Праной, и спросить, какъ же это сдѣлать. — Здѣсь просто ошибка переводчиковъ, употребившихъ въ переводѣ на англійскій языкъ слово „Прана“, вмѣсто слова „дыханіе“.

Каждая часть тѣла можетъ быть наполнена Праной, т. е., жизненной силой, и, если вы въ состояніи сдѣлать это, вы можете управлять всѣмъ тѣломъ. Всѣ болѣзни и страданія вашего тѣла будутъ вполнѣ подчинены вамъ и не только ваши:—вы будете въ состояніи управлять также тѣломъ другого. Все въ этомъ мірѣ заразительно, и хорошее и дурное. Если ваше тѣло находится въ извѣстной степени напряженія, оно будетъ имѣть наклонность произвести то же напряженіе въ другихъ. *Если вы сильны и здоровы, тѣль, кто живетъ подъ васъ, будутъ также имѣть наклонность сдѣлаться такими же.* Колебанія будутъ какъ бы сообщаться другому тѣлу. Въ случаяхъ, когда одинъ человѣкъ пробуетъ излѣчить другого, первое что онъ можетъ сдѣлать — это просто передать свое собственное здоровье другому. Это простѣйший способъ лѣченія. Сознательно или несознательно здоровье можетъ быть передано. Очень здоровый человѣкъ, живущій съ слабымъ, сдѣлаетъ его нѣсколько сильнѣе, хочетъ ли онъ этого или нѣтъ. *Дѣйствіе сознательное будетъ въ этомъ случаѣ быстрѣе и успѣшнѣе.* Затѣмъ слѣдуютъ случаи, когда человѣкъ не очень силенъ, а между тѣмъ мы знаемъ, что онъ можетъ принести здоровье другому. Первый человѣкъ въ такомъ случаѣ

имѣеть нѣсколько большую способность управлять Праной и можетъ возбудить въ данное время свою Прану какъ бы къ извѣстному состоянію колебанія и передать это состояніе другому лицу.

Были случаи, когда это производилось на нѣкоторомъ разстояніи, но въ дѣйствительности здѣсь не было разстоянія въ смыслѣ перерыва. Гдѣ такое разстояніе, въ которомъ былъ бы перерывъ? Есть ли какой-либо перерывъ между вами и солнцемъ? Существуетъ одна непрерывная масса матеріи; солнца — одна ея часть, вы — другая. Есть ли разрывъ между одной частью рѣки и другой? Тогда почему же не быть передачѣ силъ? Нѣть никакого основанія противъ. Эти случаи вполнѣ вѣрны, и Прана можетъ быть переносима на очень большія разстоянія; но изъ сообщаемыхъ случаевъ, такого рода обыкновенно на одинъ достовѣрный приходятся сотни ложныхъ. Это не такъ легко, какъ думаютъ. Въ болѣе обыкновенныхъ случаяхъ такихъ исцѣленій, цѣлители просто пользуются естественною наклонностью человѣческаго тѣла быть здоровымъ. Никакая болѣзнь въ этомъ мірѣ не убиваетъ большинства пораженныхъ. Даже въ холерной эпидеміи, если въ теченіе первыхъ дней умираетъ 60 на 100 заболевшихъ, то затѣмъ число это уменьшается до 30 и 20 на 100, а остальные выздоравливаютъ. Приходитъ алопатъ, ухаживаетъ за холерными пациентами и даетъ имъ свои лѣкарства; приходитъ гомеопатъ, даетъ свое лѣкарство и вылѣчиваетъ, можетъ быть, большее число просто потому, что онъ не беспокоилъ больныхъ и не мѣшалъ природѣ работать съ *ними самой*. Цѣлитель вѣрою вылѣчить еще больше, потому что онъ будетъ содѣйствовать силою своего духа и возбудить посредствомъ вѣры спящую Прану пациента.

Но существуетъ постоянное заблужденіе цѣлителей вѣрою: они думаютъ, что вѣра сама непосредственно вылѣчиваетъ человѣка. Вѣрою одною нельзя объяснить всѣ случаи. Есть болѣзни, въ которыхъ самый худшій симптомъ есть тотъ, что больной никогда не признаетъ у себя этой болѣзни. Эта ужасная вѣра пациента есть сама по себѣ симптомъ болѣзни и обыкновенно указываетъ на близость смерти. Въ такихъ

случаяхъ положеніе, что вѣра лѣчить, не примѣнимо. Если бы вѣра излѣчивала во всѣхъ случаяхъ, эти больные также вылѣчились бы. На самомъ дѣлѣ излѣченіе производится Праной. Чистый человѣкъ, управляющій Праной, можетъ привести ее въ нѣкоторое состояніе колебанія, которое и сообщится другимъ, возбуждая въ нихъ подобное же колебаніе. Вы видите это ежедневно. — Я говорю вамъ. — Что я стараюсь дѣлать? Я, такъ сказать, привожу свое сознаніе въ нѣкоторое состояніе колебанія; и чѣмъ больше мнѣ удастся привести его въ это состояніе, тѣмъ болѣе на васъ дѣйствуетъ то, что я говорю. Каждый изъ васъ знаетъ, что въ тотъ день, когда я особенно возбужденъ, чтеніе доставляетъ вамъ больше удовольствія, а когда я менѣе возбужденъ, вы чувствуете пониженіе интереса.

Громадныя волевыя силы міра, — двигатели міра, — могутъ привести свою Прану въ высокое состояніе колебанія, и оно такъ велико и могущественно, что въ одинъ моментъ захватываетъ другихъ, тысячи привлекаются къ нимъ, и полміра думаютъ, какъ они. Великіе пророки міра имѣли поразительную власть надъ Праной, и эта власть давала имъ страшное могущество воли; они приводили свою Прану въ самое высшее состояніе движенія, и это давало имъ силу господствовать надъ міромъ. Всѣ проявленія силы возникаютъ изъ этого управления Праной. Люди сами могутъ не знать этого секрета; но въ немъ-то и заключается единственное объясненіе. Иногда въ нашемъ собственномъ тѣлѣ Прана привлекается больше или меньше къ одной части; равновѣсіе нарушено; а когда равновѣсіе Праны нарушено, происходитъ то, что мы называемъ болѣзнью. Удаленіе излишка Праны или прибавленіе недостающей Праны — будетъ лѣченіе болѣзни. Узнать, когда въ одной части тѣла Праны больше или меньше, чѣмъ ея должно быть, будетъ также Пранаіама. Вслѣдствіе упражненія въ Пранаіамѣ, чувства станутъ такъ изощрены, что вы будете сознавать, что въ пальцахъ ноги или руки Праны меньше, чѣмъ слѣдуетъ, и получите возможность направить ее туда. Эта способность принадлежитъ къ тѣмъ, которыя приобрѣтаются посредствомъ Пранаіамы, и должна быть развиваема медленно и постепенно. Какъ вы видите,

вся задача Раджа-Йоги состоять, въ сущности, въ томъ, чтобы научить владѣть Праной и направлять ее на различныхъ уровняхъ ея проявленія. Когда человѣкъ размышляетъ, онъ также сосредоточиваетъ Прану.

Въ океанѣ есть огромныя, подобныя горамъ, волны, затѣмъ меньшія и еще меньшія, до самой маленькой зыби, но основаніе ихъ всѣхъ безконечный океанъ. Ничтожная зыбь соединена съ безконечнымъ океаномъ на одномъ концѣ, а огромная волна на другомъ. Подобно этому, одинъ можетъ быть человѣкомъ-гигантомъ, а другой самымъ маленькимъ, но каждый соединенъ съ безконечнымъ океаномъ энергіи, и это есть общее прирожденное свойство всего живущаго. Гдѣ бы ни была жизнь, позади нея есть безконечный запасъ энергіи. Идя отъ какого-нибудь гриба, какого-нибудь самого ничтожнаго микроскопического пузырька и все время черпая изъ этого безконечнаго запаса энергіи, форма понемногу мѣняется, пока съ теченіемъ времени не станетъ растеніемъ, затѣмъ животнымъ, потомъ человѣкомъ, и, въ заключеніе, — Богомъ. Это достигается черезъ миллионы „Эоновъ“; но что такое время? Увеличеніе скорости, или напряженія, способно сократить разстояніе времени. Йогъ говоритъ, что то, что обыкновенно требуетъ для выполненія долгаго времени, можетъ быть достигнуто скорѣе усиленіемъ дѣйствія. Человѣкъ можетъ медленно двигаться впередъ, черпая энергию изъ безконечной массы ея, которая существуетъ во вселенной, и ему, можетъ быть, потребуется сто тысячъ лѣтъ, чтобы стать Девомъ, и затѣмъ, можетъ быть, пятьсотъ тысячъ лѣтъ, чтобы сдѣлаться еще выше, и, можетъ быть, пять миллионовъ лѣтъ, чтобы стать совершеннымъ. Ускореніемъ роста время можетъ быть сокращено. Почему невозможно при достаточномъ усилии достигнуть полнаго совершенства въ шесть мѣсяцевъ или въ шесть лѣтъ? Предѣловъ нѣтъ. Это показываетъ разумъ. Если паровозъ съ извѣстнымъ расходомъ угля проходитъ двѣ мили въ часъ, прибавьте угля, и онъ пройдетъ ихъ скорѣе. Подобнымъ же образомъ, почему душа, усиливши свою дѣятельность, не достигнетъ своей цѣли еще въ настоящей жизни? Мы знаемъ, что всѣ существа достигнутъ, наконецъ, совершенства;

но кто захочетъ ждать всѣ эти миллионы „эоновъ“? Почему не достигнуть его немедленно, даже въ этомъ тѣлѣ, въ этой человѣческой формѣ? Почему я не достигну этого безконечнаго знанія, безконечнаго могущества теперь? Это — идеаль Йога.

Вся наука Йога направлена къ одной цѣли, научить людей, какъ сократить время прибавленіемъ силы, какъ увеличить силу усвоенія и тѣмъ сократить время для достиженія совершенства, вместо того, чтобы медленно подвигаться шагъ за шагомъ и ожидать, пока весь человѣческій родъ дойдетъ до конца и станетъ совершеннымъ. Всѣ великие пророки, святые и прозорливцы міра, что они такое? Въ короткое время своей жизни они пережили всю жизнь человѣчества, перекинули мостъ черезъ все пространство времени, которое обыкновенное человѣчество должно употребить, чтобы дойти до состоянія совершенства. Свою жизнь они посвящаютъ совершенствованію, не имѣютъ ни одной мысли о чѣмъ-нибудь другомъ, не дышатьничѣмъ другимъ, никогда не живутъ ни одного момента для какой-нибудь другой идеи, и такимъ образомъ сокращаютъ для себя путь. Сосредоточеніемъ имѣется въ виду усилить дѣятельность, или усвоеніе, и тѣмъ сократить время, а Раджа-Йога есть наука, которая учить насъ, какъ пріобрѣсть способность сосредоточенія.

Какое отношеніе имѣеть Пранаіама къ спиритуализму? — Послѣдній есть также проявленіе Пранаіамы. Если правда, что отшедшіе духи существуютъ, но что только мы не можемъ ихъ видѣть, то вполнѣ вѣроятно, что могутъ быть сотни и миллионы живущихъ здѣсь, которыхъ мы не можемъ ни видѣть, ни чувствовать, ни осязать. Мы можемъ постоянно проходить назадъ и впередъ чрезъ ихъ тѣла, не замѣчая ихъ, и весьма вѣроятно, что они также не видѣть и не чувствуютъ насъ. Это кругъ внутри круга, вселенная внутри вселенной. Только тѣ, которые принадлежатъ къ одному и тому же уровню, видѣть другъ друга. Мы имѣемъ пять чувствъ и представляемъ собою Прану въ извѣстномъ состояніи колебанія. Всѣ существа въ одномъ и томъ же состояніи колебанія будутъ видѣть другъ друга, но, если есть существа, которыхъ

представляютъ собою Прану въ высшемъ состояніи колебанія, они не будутъ видимы. Мы можемъ увеличить напряженіе свѣта до такой степени, что не будемъ видѣть вовсе свѣта, но могутъ быть существа съ глазами настолько сильными, что они могутъ видѣть такой свѣтъ; наоборотъ, если колебанія очень слабы, мы не видимъ свѣта, но есть животныя, какъ кошки и совы, которая видятъ его. Наша сфера видѣнія заключается только въ одномъ уровнѣ колебаній этой Праны. Возьмемъ, напримѣръ, нашу атмосферу; она составлена изъ слоевъ, изъ которыхъ болѣе близкіе къ землѣ болѣе плотны, чѣмъ тѣ, которые выше, и по мѣрѣ того, какъ подымаетесь, атмосфера становится тоньше и тоньше. Или возьмемъ примѣръ океана; по мѣрѣ того, какъ вы идете глубже и глубже, плотность воды увеличивается, и тѣ животныя, которые живутъ на днѣ моря, никогда не могутъ подняться наверхъ, или они будутъ разорваны въ куски.

Представимъ себѣ всю эту вселенную какъ океанъ зѣира, колебающагося подъ дѣйствиемъ Праны и состоящаго изъ послѣдовательныхъ слоевъ съ различными степенями колебанія, — въ болѣе наружныхъ колебаній меныше, а ближе къ центру колебанія становятся быстрѣе, и каждый разрядъ колебанія составляетъ одинъ уровень. Представимъ себѣ все это вмѣстѣ, какъ одинъ шаръ, центръ котораго есть совершенство. Чѣмъ дальше вы идете отъ центра, тѣмъ медленнѣе колебанія; матерія представляетъ наружную кору, потомъ идетъ сознаніе и въ центрѣ — духъ. Теперь предположимъ, что эти степени колебаній представляютъ собою отдельные уровни, или сферы видѣнія, — столько-то миллионовъ миль рядъ колебаній высшихъ, и такъ далѣе. Совершенно ясно, что тѣ, которые живутъ въ слоѣ (уровнѣ) извѣстнаго состоянія колебанія будутъ имѣть возможность распознавать другъ друга, но не будутъ распознавать тѣхъ, которые выше или ниже ихъ. Но, подобно тому, какъ посредствомъ телескопа и микроскопа мы можемъ увеличить область нашего видѣнія и сдѣлать доступными намъ болѣе высокія или болѣе низкія колебанія, подобно этому каждый человѣкъ можетъ привести себя въ состояніе колебанія, принадлежащаго слѣдующему

слою, и такимъ образомъ сдѣлать себя способнымъ видѣть то, что происходитъ тамъ. Предположимъ, что эта комната полна существъ, которыхъ мы не видимъ. Они представляютъ извѣстныя колебанія Праны, а мы представляемъ другія колебанія. Пусть они представляютъ болѣе быстрыя, а мы болѣе медленныя. Аказа есть матерія, изъ которой состоятъ какъ они, такъ и мы; всѣ суть части того же самаго океана Аказы, только скорость ея вибраціи, т. е. Прана, различна. Если я могу привести себя къ болѣе быстрымъ колебаніямъ, мой уровень немедленно перемѣнится для меня; я не буду больше видѣть васъ; вы исчезнете, а они появятся. Нѣкоторые изъ васъ, быть можетъ, знаютъ, что это вѣрно. Такое приведеніе сознанія въ высшее состояніе колебанія выражается въ Іогѣ однимъ словомъ „Самадхи“.

Всѣ состоянія высшаго колебанія, сверхсознательныя колебанія, обозначаются однимъ этимъ словомъ, „Самадхи“, и уже низшія состоянія Самадхи даютъ намъ видѣніе этихъ существъ. Самая высокая степень Самадхи—это, когда мы видимъ вещь въ себѣ, когда мы видимъ матеріаль, изъ котораго составлены всѣ разные разряды существъ, ту глину, зная которую, мы будемъ знать вещество всей вселенной.

Итакъ, мы видимъ, что Пранайама включаетъ въ себѣ все то, что есть вѣрнаго въ спиритуализмѣ. Подобнымъ же образомъ окажется, что гдѣ бы какая-нибудь секта или отдельный человѣкъ не пытались открыть что-нибудь тайное, мистическое и скрытое,— это на самомъ дѣлѣ та же Іога, стремленіе подчинить Прану. Вы найдете, что гдѣ бы ни случилось какое-нибудь необыкновенное обнаружение силы — это есть проявленіе Праны. Даже физическая науки могутъ быть включены въ Пранайamu. Что приводить въ движение паровую машину? — Прана, дѣйствующая посредствомъ пара. Что какъ не Прана—всѣ эти явленія электричества и тому подобныя? Что такое физическая наука? — Пранайама, дѣйствующая внѣшними средствами. Прана, проявляющаяся какъ умственная сила, можетъ быть управляема только умственными средствами. Та часть Пранайамы, которая пытается управлять физическими проявленіями Праны физич-

скими средствами, называется физическою наукой, а та часть, которая старается управлять проявлениями Праны, какъ умственной силы, умственными средствами, называется Раджа-Йога.

Глава IV.

Психическая Прана.

Согласно учению Йоговъ, въ позвоночномъ столбѣ имѣется два нервныхъ проводника, называемые *Пингала* и *Ида*, и пустой каналъ, проходящій черезъ спинной мозгъ, называемый *Сусумна*. На нижнемъ концѣ пустого канала находится то, что Йоги называютъ „Лотусъ—Кундалини“. По ихъ описанію онъ имѣеть трехъугольную форму и, говорятъ, что въ немъ заключена сила, называемая на символическомъ языке Йоговъ „дремлющая Кундалини“. Когда эта Кундалини просыпается, она старается проложить себѣ проходъ черезъ пустой каналъ и, по мѣрѣ того, какъ она постепенно подымается, сознаніе Йога раскрывается, какъ бы слой за слоемъ, и онъ получаетъ способность воспріятія изъ высшихъ сферъ и удивительное могущество. Когда она достигаетъ мозга, Йогъ вполнѣ отрѣшенъ отъ тѣла и сознанія, душа его становится свободной. Мы знаемъ, что спинной мозгъ составленъ особыеннымъ образомъ. Если мы возьмемъ фигуру 8 въ горизонтальномъ положеніи (∞), то въ этой фигурѣ будутъ двѣ части, соединенные по срединѣ. Положимъ вы накладываете одно ∞ сверху другого въ видѣ столба,—это представить спинной мозгъ. Лѣвая половина есть Ида, правая Пингала, а пустой каналъ, проходящій чрезъ центръ спинного мозга — Сусумна. Тамъ, гдѣ спинной мозгъ заканчивается у одного изъ поясничныхъ позвонковъ, тонкая нить его продолжается внизъ; въ ней также есть каналъ, только значительно тоньше. Этотъ каналъ закрытъ на нижнемъ

концѣ, который приходится вблизи такъ называемаго „священнаго нервнаго сплетенія“, имѣющаго, согласно новѣйшей анатоміи, трехъугольную форму. Различныя нервныя сплетенія, имѣющія свои центры въ спинномъ мозгу, называются въ Іогѣ различными „лотусами“. Іоги имѣютъ представление о разныхъ нервныхъ центрахъ, начиная съ Муладхара — основного и кончая Сагасрара тысячелепестковымъ лотусомъ въ мозгу. Такимъ образомъ, если мы замѣнимъ названіями этихъ различныхъ сплетеній однозначная имъ название лотусовъ, идея Іога станетъ легко понятною и на языкѣ новѣйшей анатоміи. Мы знаемъ, что въ нервныхъ проводникахъ происходятъ движенія двоякаго рода: одни приносящія, другія относящія; одни чувствительныя, другія — движущія; одни — центробѣжныя, другія — центростремительныя. Одни приносятъ впечатлѣнія къ мозгу, а другія — отъ мозга къ периферіи тѣла; но всѣ они въ концѣ концовъ сообщаютъ колебанія мозгу. Чтобы сдѣлать болѣе ясными дальнѣйшія объясненія, мы должны припомнить нѣкоторые другіе факты. Во-первыхъ, спинной мозгъ оканчивается у головного нѣкотораго рода утолщеніемъ — продолговатымъ мозгомъ, который не прикасается непосредственно всею поверхностью къ головному мозгу, но плаваетъ внутри него въ жидкости, такъ что, если нанести ударъ по головѣ, сила удара будетъ ослаблена жидкостью и не повредить продолговатаго мозга. Это замѣчаніе будетъ имѣть для нась значеніе дальше. Во-вторыхъ, изъ всѣхъ этихъ центровъ намъ особенно нужно запомнить три: Муладхара (основной), Сагасрара (тысячелепестковый лотусъ головного мозга) и Свадчистхана (центральный). Дальше мы возьмемъ одинъ фактъ изъ физики. Мы всѣ слышали объ электричествѣ и разныхъ другихъ силахъ, связанныхъ съ нимъ. Что такое электричество, никто не знаетъ; но, насколько известно, оно есть нѣкоторый родъ движенія.

Во вселенной есть разныя другія движенія; — какая же разница между ними и электричествомъ? — Электрическое движение есть то, при которомъ всѣ частицы колеблются въ одномъ и томъ же направленіи. Если всѣ частицы воздуха въ комнатѣ заставить коле-

баться въ одномъ и томъ же направлениі, комната представить собою гигантскую электрическую батарею. Вспомнимъ затѣмъ другое положеніе изъ физиологии, именно, что центръ, который регулируетъ дыханіе, управляетъ также въ извѣстной степени системою нервныхъ токовъ, и что этотъ управляющій дыхательной системой центръ лежитъ противъ грудной полости въ спинномъ хребтѣ. Этотъ центръ регулируетъ дѣйствіе дыхательныхъ органовъ и также управляетъ отчасти второстепенными центрами.

Теперь для насъ ясно, почему нужно упражнять дыханіе. Во-первыхъ, вслѣдствіе мѣрнаго дыханія у всѣхъ частицъ тѣла явится стремленіе колебаться въ одномъ и томъ же направлениі. Когда сознаніе переходитъ въ волю, токи измѣняются, переходя въ движение, подобное электричеству, что видно изъ того, что нервы подъ дѣйствіемъ электрическихъ токовъ обнаруживаютъ полярность. Это показываетъ также, что, когда воля развивается въ нервные токи, она измѣняется въ нечто, подобное электричеству. Когда всѣ движения тѣла становятся вполнѣ гармоничными, тѣло дѣлается какъ бы гигантскою батарею воли. Эта страшная воля и есть именно то, что нужно Іогу. Итакъ, вотъ физиологическое объясненіе упражненія дыханія. Это упражненіе дѣлаетъ всѣ движения въ тѣлѣ ритмическими и помогаетъ намъ черезъ дыхательный центръ управлять другими центрами. Цѣль Пранаіамы при этомъ состоитъ въ возбужденіи дремлющей силы въ Муладхарѣ, называемой Кундалини.

Все, что мы воображаемъ, видимъ на яву или во снѣ, мы сознаемъ въ пространствѣ. Это обыкновенное понятное всѣмъ пространство называется Махаказа, или большое пространство. Когда Іогъ читаетъ мысли другихъ людей или видитъ сверхчувственные предметы, онъ видитъ ихъ въ другомъ родѣ пространства, называемомъ Читтаказа,—умственное пространство. Когда воспріятіе становится безпредметнымъ и душа обнаруживается въ своей собственной природѣ, пространство называется Чидаказа, или пространство знанія. Когда Кундалини разбужена и входитъ въ каналъ Сусумны, всѣ воспріятія происходятъ въ

умственномъ пространствѣ. Когда она достигла того конца канала, который открывается въ мозгъ, безпредметное воспріятіе происходитъ въ пространствѣ знанія.

Проводя аналогію съ электричествомъ, мы находимъ, что человѣкъ можетъ посыпать токъ только по проволокѣ; но природа не требуетъ никакихъ проволокъ, чтобы посыпать свои страшные токи. Это доказываетъ, что проволока на самомъ дѣлѣ не необходима, но что только наше неумѣніе обходиться безъ нея заставляетъ насъ употреблять ее. Подобнымъ образомъ всѣ ощущенія и движенія тѣла посыпаются въ мозгъ и отъ него черезъ проволоки нервныхъ фибръ. Пучки чувствующихъ и движущихъ фибръ въ спинномъ мозгу суть Ида и Пингала Йоги. Они суть главные пути, по которымъ движутся приносящіе и относящіе токи. Но почему не можетъ мозгъ посыпать сообщенія безъ какой-нибудь проволоки, или реагировать безъ всякихъ проволокъ? Мы видимъ, что въ природѣ это дѣлается. Йогъ говоритъ, что, если вы можете сдѣлать это, вы освободились отъ оковъ матеріи. Но какъ это сдѣлать? — Если вы можете заставить токъ проходить чрезъ Сусумну, каналъ внутри позвоночного столба, вы разрѣшили задачу. Сознаніе создало эту сѣть нервной системы и должно разорвать ее, чтобы не нужно было никакое посредство проволокъ. Тогда только мы достигнемъ знанія всего и не будемъ больше въ зависимости отъ тѣла. Вотъ почему такъ важно достигнуть управлениія Сусумною. Йогъ говоритъ, что, если вы можете посыпать умственные токи чрезъ этотъ каналъ, помимо какихъ-нибудь нервныхъ фибръ, дѣйствующихъ какъ проволоки, вы разрѣшили задачу, и онъ говоритъ также, что это вполнѣ возможно.

Сусумна у обыкновенныхъ людей закрыта на нижнемъ концѣ; никакое дѣйствіе не происходитъ въ ней. Йога предлагаетъ упражненіе, посредствомъ кото-
рого она можетъ быть открыта и нервные токи при-
нуждены будутъ проходить чрезъ нее.

Когда ощущеніе приносится къ центру, центръ реагируетъ. Эта реакція, въ случаѣ автоматическихъ центровъ, имѣтъ слѣдствіемъ движеніе; въ случаѣ сознательныхъ центровъ, за нею слѣдуетъ сначала

воспріятіе и потомъ движеніе. Всякое воспріятіе есть реакція на дѣйствіе извнѣ. Но тогда какъ же возникаютъ воспріятія во снѣ? Вѣдь при этомъ не бываетъ никакого дѣйствія извнѣ. — Движенія, вызывающія ощущенія, очевидно, находятся гдѣ-то въ скрытомъ состояніи, подобно тому, какъ силы, производящія движенія въ тѣлѣ, сосредоточены, какъ извѣстно, въ различныхъ центрахъ. Напримѣръ, я вижу городъ; представление объ этомъ городѣ получилось у меня вслѣдствіе реакціи на впечатлѣнія, принесенные отъ виѣшнихъ предметовъ, составляющихъ городъ. Здѣсь произошло нѣкоторое движеніе въ частицахъ мозга, возбужденное движеніемъ въ приносящихъ нервахъ, которые въ свою очередь были приведены въ движение виѣшними предметами города. Этотъ городъ я могу вспомнить даже послѣ долгаго времени, при чмъ воспоминаніе о немъ представитъ собою совершенно то же явленіе, только въ болѣе слабой формѣ. Откуда же является дѣйствіе, которое вызываетъ хотя бы и въ слабой формѣ подобное колебаніе въ мозгу? — Конечно, не непосредственно отъ первоначальныхъ впечатлѣній. Поэтому необходимо признать, что эти впечатлѣнія гдѣ-то находились дремлющими, и затѣмъ своимъ дѣйствіемъ возбудили слабую реакцію, которую мы и называемъ сновидѣніемъ. Центръ, гдѣ эти остающіяся впечатлѣнія, такъ сказать, накопляются, называется Муладгара, коренное вмѣстилище, а дремлющая энергія дѣйствія есть (покоющаяся) Кундалини. Весьма вѣроятно, что остающаяся движущая энергія также накапливается въ томъ же самомъ центрѣ, такъ какъ послѣ глубокаго размышленія и обдумыванія виѣшнихъ предметовъ, часть тѣла, гдѣ расположены центръ Муладгара (вѣроятно, священное сплетеніе) нагрѣвается. Если эта дремлющая энергія разбужена и возбуждена къ дѣйствію и затѣмъ сознательно принуждена двигаться вверхъ по каналу Сусумны, то, по мѣрѣ того, какъ она дѣйствуетъ на одинъ центръ за другимъ, въ нихъ возбуждается страшная реакція. Когда маленькая часть энергіи дѣйствуетъ вдоль нервной фибры и вызываетъ реакцію центровъ, ощущеніе есть или сновидѣніе или образъ воображенія. Но когда огромная масса этой энергіи, накопленной силою

долгаго внутренняго размышленія, дѣйствуетъ вдоль Сусумны и бьеть по центрамъ, реакція получается страшная, значительно большая реакціи сновидѣнія или воображенія, значительно болѣе напряженная, чѣмъ реакція воспріятія чувства. Это воспріятіе сверхчувственное, и сознаніе въ этомъ состояніи называется сверхсознательнымъ. Когда оно достигаетъ главнаго вмѣстилища всѣхъ воспріятій, мозга, весь мозгъ реагируетъ; каждая воспринимающая частица въ тѣлѣ тоже реагируетъ, и въ результатаѣ получается полное торжество просвѣтленія,—воспріятіе Сущаго. По мѣрѣ того, какъ сила Кундалини начинаетъ дѣйствовать на одинъ центръ за другимъ, сознаніе раскрывается какъ бы слой за слоемъ, и Іогъ видитъ вселенную какъ въ ея тонкой, такъ и въ грубой формѣ. Тогда обѣ причины этой вселенной, т. е., какъ чувственное воспріятіе, такъ и волевая реакція, будутъ познаны въ самихъ себѣ и получится всезнаніе. Разъ известны причины, знаніе результатовъ будетъ неизбѣжнымъ слѣдствіемъ.

Такимъ образомъ, пробужденіе Кундалини есть единственный путь къ пріобрѣтенію Божественной Мудрости и сверхсознательного воспріятія, къ реализаціи духа. Оно достигается различными путями: посредствомъ любви къ Богу, милостью достигшихъ совершенства мудрецовъ или какъ результатъ могущественной аналитической силы и воли самого философа. Гдѣ бы ни произошло какое-нибудь проявленіе того, что обыкновенно называютъ сверхъестественною силою или мудростью, тамъ несомнѣнно былъ хоть маленький токъ Кундалини, которая нашла себѣ дорогу въ Сусумну. Только, въ огромномъ большинствѣ такихъ случаевъ сверхъестественного, люди наталкиваются на какое-нибудь упражненіе, освобождающее маленькую часть ихъ дремлющей Кундалини, безсознательно. Всякая молитва, сознательно или несознательно, ведеть къ такому результату. Человѣкъ, который думаетъ, что получаетъ отвѣты на свои молитвы, не знаетъ, что исполненіе его молитвъ исходитъ изъ его собственной природы, что ему удалось посредствомъ мысленного молитвенного настроенія пробудить частицу той безконечной силы, которая

дремала внутри его самого. Итакъ, по учению Йоговъ то, чemu люди, угнетаемые страхомъ и бѣдствіями, по невѣжеству поклоняются подъ разными именами, есть въ дѣйствительности сила, скопленная въ каждомъ существѣ, мать вѣчнаго блаженства, если мы только умѣемъ подойти къ ней. А Раджа-Йога есть наука о религіи, разумное объясненіе всякаго богослуженія, всѣхъ молитвъ, обрядовъ, церемоній и чудесъ.

Глава V.

Управлениe психической Праной.

Теперь мы перейдемъ къ упражненіямъ въ Пранаіямъ. Мы уже видѣли, что первымъ шагомъ, согласно учению Йоговъ, должно быть управлениe движenіемъ легкихъ. Намъ нужно достигнуть того, чтобы чувствовать болѣе тонкія движенія, происходящія въ тѣлѣ. Наше сознаніе сдѣлалось способнымъ понимать только виѣшнее и потеряло способность чувствовать тонкія движенія внутри. Если мы научимся чувствовать ихъ, мы будемъ въ состояніи управлять ими. Нервные токи проходятъ по всему тѣлу, принося энергию и жизнеспособность каждому мускулу, но мы не чувствуемъ ихъ. Йогъ говоритъ, что мы можемъ научиться этому. Но какъ? — Овладѣвъ всѣми движеніями Праны и управляя ими. Начинать надо съ движеніемъ легкихъ, а послѣ достаточно продолжительного упражненія надъ ними, мы будемъ въ состояніи управлять также и болѣе тонкими движеніями.

Итакъ, мы пришли къ упражненіямъ въ Пранаіямъ. Сядьте прямо, держа корпусъ вертикально. Спинной мозгъ хотя и находится внутри позвоночного столба, но не касается его. Если вы сидите согнувшись, вы стѣсняете вашъ спинной мозгъ; дайте ему свободу. Всякій разъ, какъ сидя согнувшись, вы станете раз-

мышлять, вы причините себѣ вредъ. Три части тѣла должны всегда держаться прямо на одной линії: грудь, шея и голова. Вы увидите, что послѣ небольшого упражненія это станетъ для васъ такъ же естественнымъ, какъ дышать. Второе — это достигнуть управления нервами. Мы видѣли, что нервный центръ, который управляетъ органами дыханія, отчасти управляетъ другими нервами, поэтому равномѣрное дыханіе и необходимо. Дыханіе, которымъ мы обыкновенно пользуемся, совсѣмъ не должно бы заслуживать названія дыханія; оно очень неправильно. Слѣдуетъ замѣтить, что между дыханіемъ мужчины и женщины есть нѣкоторая естественная разница.

Первый урокъ заключается въ томъ, чтобы дышать, равномѣрно вдыхая и выдыхая. Это сдѣлаетъ гармоничною всю систему. Послѣ такого упражненія въ теченіе нѣкотораго времени, полезно присоединять къ нему повтореніе слова, „Ом“ или какого-нибудь другого священнаго слова, произнося это слово равномѣрно и гармонично, какъ при вдыханіи, такъ и при выдыханіи; вы увидите при этомъ, что все тѣло становится гармоничнымъ. Тогда вы узнаете, что такое отдыхъ. Сонъ сравнительно совсѣмъ не отдыхъ. Разъ этотъ отдыхъ наступитъ, наиболѣе утомленные нервы успокоятся, и вы увидите, что раньше вы на самомъ дѣлѣ никогда не отдыхали.

Первымъ результатомъ этого упражненія будетъ измѣненіе лица, рѣзкія линіи исчезнутъ; вмѣстѣ съ спокойными мыслями явится спокойствіе лица. Вслѣдъ затѣмъ голосъ станетъ прекраснымъ. Я никогда не видѣлъ ни одного Іога съ хриплымъ голосомъ. Эти признаки являются послѣ немногихъ мѣсяцевъ упражненія. Послѣ этого первоначального упражненія дыханія въ теченіе нѣсколькихъ дней, приступайте къ высшему. Медленно наполняйте легкія воздухомъ черезъ Иду—лѣвую ноздрю—и въ то же время сосредоточьте ваше сознаніе на нервномъ токѣ. Вы какъ бы посыльте мысленно нервный токъ внизъ позвоночного столба и сильно ударяйте на послѣднее сплетеніе, основный Лотусъ трехъугольной формы, мѣсто нахожденіе Кундалини. Задержите тамъ токъ нѣкоторое время и затѣмъ представьте себѣ, что вы медленно напра-

вляете этот нервный токъ вмѣстѣ съ дыханіемъ на другую сторону и потомъ медленно выгоняете его черезъ правую ноздрю. Исполнять это вамъ покажется нѣсколько труднымъ. Легчайшій способъ будетъ такой: закройте правую ноздрю большимъ пальцемъ и медленно втягивайте воздухъ черезъ лѣвую; затѣмъ закройте обѣ ноздри большимъ и указательнымъ пальцемъ и вообразите, что вы посылаете токъ внизъ и ударяете имъ по основанию Сусумны; послѣ того отнимите большой палецъ и выпускайте воздухъ черезъ правую ноздрю. Затѣмъ вдыхайте медленно черезъ эту ноздрю, держа другую закрытою указательнымъ пальцемъ, потомъ закройте обѣ, какъ раньше. Способъ, употребляемый индурами при этомъ упражненіи, былъ бы очень труденъ для вашей страны (Америки), потому что индуры употребляютъ его съ дѣтства и ихъ легкія подготовлены для него. Вамъ полезно начать съ четырехъ секундъ и медленно увеличивать продолжительность каждого пріема. Втягивайте воздухъ въ теченіе четырехъ секундъ, удерживайте его въ легкихъ 16 секундъ, потомъ выдыхайте въ теченіе 8-ми секундъ. Это составить одну Пранаіаму. Въ то же время думайте о треугольномъ нервномъ сплетеніи, сосредоточьте сознаніе на этомъ центрѣ; воображеніе здѣсь можетъ очень много помочь вамъ. Затѣмъ опять медленно втягивайте воздухъ, потомъ тотчасъ медленно выдыхайте, и затѣмъ задержите дыханіе, употребляя на каждый пріемъ то же время, какъ въ предыдущей Пранаіамѣ. Единственная разница здѣсь будетъ въ томъ, что въ первомъ случаѣ, при задержкѣ дыханія, легкія были наполнены воздухомъ, а во второмъ освобождены отъ него.

Послѣднее легче. Въ дыханіи, при которомъ вы задерживаете воздухъ въ легкихъ, не слѣдуетъ упражняться слишкомъ много. Дѣлайте это только четыре раза утромъ, и четыре раза вечеромъ. Потомъ вы можете постепенно увеличивать продолжительность каждого пріема и число Пранаіамъ. Вы увидите, что въ состояніи исполнять эти упражненія и что они доставляютъ вамъ удовольствіе. Когда вы почувствуете, что въ состояніи увеличивать время и число

упражненій, увеличивайте ихъ осторожно и осмотрительно до 6 вмѣсто 4. При нерегулярности упражненій, они могутъ повредить вамъ.

Изъ трехъ процессовъ,—очищенія нервовъ, удержанія дыханія при наполненныхъ легкихъ и удержанія дыханія при опорожненныхъ легкихъ,—первый и послѣдній не трудны и не опасны. Чѣмъ больше вы будете упражняться въ первомъ, тѣмъ станете спокойнѣе. Думайте только объ „Ом“ и вы пріобрѣтете способность упражняться, даже сидя за работой, которая при этомъ пойдетъ еще успѣшнѣе. При усердномъ упражненіи, Кундалини у васъ будетъ пробуждена. У тѣхъ, кто упражняется одинъ или два раза въ день, наступить только небольшое спокойствіе тѣла и сознанія и получится прекрасный голосъ; у тѣхъ же, кто можетъ упражняться больше, Кундалини пробудится, вся природа начнетъ измѣняться, и для нихъ откроется книга знанія. Для полученія знанія вы не будете болѣе нуждаться ни въ какихъ книгахъ; ваше собственное сознаніе станетъ вашей книгой, заключающей въ себѣ безконечное знаніе.

Я уже говорилъ о нервныхъ проводникахъ Идѣ и Пингалѣ, проходящихъ по обѣ стороны позвоночного столба, также о Сусумнѣ, проходѣ по оси спинного мозга. Всѣ они находятся у каждого животнаго: кто имѣть позвоночный столбъ имѣть эти три пути для дѣйствія; но Іога говорить, что у обыкновеннаго человѣка Сусумна закрыта, что дѣйствіе здѣсь не проявляется, тогда какъ въ другихъ двухъ дѣйствіе нервныхъ токовъ, передавая силу различнымъ частямъ тѣла, обнаруживается совершенно ясно.

Открытую Сусумну имѣютъ только Іоги. Когда проходъ Сусумны открыть и сознаніе начинаетъ подниматься черезъ него, мы становимся выше чувствъ, наше сознаніе становится сверхчувственнымъ, сверхсознательнымъ; мы поднимаемся даже выше разума, въ области, куда разсудокъ не можетъ достигнуть. Открыть Сусумну есть главная задача Іоги. По объясненію Іоговъ, вдоль этой Сусумны расположены центры отправленій, или на болѣе фигуральномъ языкѣ „лотусы“, какъ они ихъ называютъ. Низшій изъ нихъ находится у нижняго конца спинного мозга и назы-

вается Муладгара, слѣдующій называется Свадистхана, слѣдующій,—Манипура, слѣдующій—Анахата, слѣдующій—Висудха и наконецъ тотъ, который въ мозгу,—Сагасара (или тысячелестковый). Изъ нихъ намъ нужно теперь познакомиться только съ двумя: низшимъ Муладгарой и высшимъ Сагасрапой. Низшій есть тотъ, въ которомъ накапляется вся энергія; эта энергія должна быть взята отсюда и перенесена къ послѣднему, мозгу. Іоги заявляютъ, что изъ всѣхъ энергій, которыя заключаются въ человѣческомъ тѣлѣ, самая высшая есть та, которую они называютъ „Оджасъ“. Этотъ Оджасъ накапляется въ мозгу, и, чѣмъ больше его въ головѣ, чѣмъ онъ энергичнѣе, тѣмъ человѣкъ разумнѣе и умственно крѣпче. Дѣйствіе Оджаса таково, что одинъ можетъ высказывать высокія мысли прекраснымъ языкомъ, но онъ не производить впечатлѣнія на людей, другой не обладаетъ ни краснорѣчіемъ, ни глубиною мысли, во слова его очаровываются. Это зависитъ отъ силы исходящаго изъ человѣка Оджаса. Каждое движеніе, производимое имъ, могущественно.

Все человѣчество обладаетъ большимъ или меньшимъ количествомъ накопленного имъ Оджаса, и всѣ силы, дѣйствующія въ обществѣ, достигая высшей обработки, становятся Оджасомъ. Вы должны помнить, что все дѣло тутъ только въ преобразованіи. Сила, дѣйствующая въ тѣла, какъ электричество и магнетизмъ, измѣняется во внутреннюю силу; сила же, которая дѣйствуетъ какъ мускульная энергія, измѣняется въ Оджасъ. Іоги говорятъ, что та часть человѣческой энергіи, которая выражается какъ производительная энергія въ соотвѣтствующихъ отправленіяхъ, мысляхъ и т. д., когда она обуздана и подчинена, легко измѣняется въ Оджасъ; а такъ какъ низшій центръ и есть тотъ, который руководить всѣми этими отправленіями, то Іогъ этому центру и оказываетъ особенное вниманіе. Онъ старается овладѣть всею производительной энергией и превратить ее въ Оджасъ. Только цѣломудренный мужчина или женщина можетъ заставить Оджасъ подняться и скопиться въ мозгу. Вотъ почему цѣломудріе разсмотривалось всегда какъ высшая добродѣтель;—человѣкъ чувствуетъ, что, если

онъ не цѣломудренъ, духовность его уходить, и онъ теряетъ какъ умственную, такъ и могущественную нравственную жизненную силу. Вотъ почему во всемъ мірѣ, у всѣхъ религіозныхъ орденовъ, производившихъ умственныхъ гигантовъ, вы всегда находите стремленіе настаивать на цѣломудріи. Вотъ почему появились монахи, отказывающіеся отъ брака. Необходимо быть вполнѣ цѣломудреннымъ мыслью, словомъ и дѣломъ. Безъ этого упражненіе въ Раджа-Іогѣ опасно и можетъ привести къ умопомѣшательству. Если люди упражняются въ Раджа-Іогѣ и въ то же время ведутъ нечистую жизнь, какъ могутъ они ожидать стать Іогами?

Г л а в а VI.

Прат്യахара и Дхарана.

Слѣдующая ступень называется Прат्यахара. Что это такое? — Мы знаемъ, какъ получаются наши воспріятія. Для полученія ихъ мы имѣемъ, во-первыхъ, внѣшнія орудія, потомъ внутренніе органы, дѣйствующіе въ тѣлѣ черезъ посредство мозговыхъ центровъ, и затѣмъ сознаніе. Когда всѣ они функционируютъ вмѣстѣ, и ихъ дѣятельность находится въ связи съ какимъ-нибудь внѣшнимъ предметомъ, тогда мы со знаемъ этотъ предметъ. Но сосредоточить сознаніе и соединить его только съ однимъ органомъ вещь очень трудная; сознаніе есть рабъ.

Мы слышимъ, какъ по всему свѣту учать: будь добръ, будь добръ, будь добръ. Едва ли найдется въ какой-нибудь странѣ свѣта ребенокъ, которому бы не говорили — не кради, не лги; но никто не говоритъ ребенку, какъ онъ можетъ удержаться отъ этого. Разговоры тутъ никогда не помогутъ. И почему ему не стать воромъ? Мы вѣдь не учимъ его, какъ не красть, а только говоримъ: не „крадь“. Только, когда

мы научимъ его управлять сознаніемъ, мы дѣйствительно окажемъ ему помощь. Всѣ дѣйствія внутреннія и виѣшнія происходятъ тогда, когда сознаніе соединяется съ извѣстными центрами, называемыми органами. Добровольно или невольно оно стремится соединиться съ этими центрами, и вотъ почему люди дѣлаютъ неразумныя дѣла и чувствуютъ несчастія, которыхъ не было бы, если-бы сознаніе было подчинено нашей волѣ. Какой бытъ бы результатъ управлія сознаніемъ? — Оно не соединялось бы само съ центрами воспріятія, и, слѣдовательно, чувства и желанія зависѣли бы отъ насъ. Это ясно. Но возможно ли? Вполнѣ возможно. Вы видите это и въ настоящее время: цѣлити вѣрою учать людей не признавать страданія, боли, зла; ихъ философія нѣсколько запутана, но она есть часть Іоги, на которую они какъ-то набрели. Въ тѣхъ случаяхъ, гдѣ имъ удалось заставить кого-нибудь освободиться отъ страданія, отрицая его, они на самомъ дѣлѣ научили части Пратѣхары, такъ какъ сдѣлали сознаніе пациента достаточно сильнымъ, чтобы отвергнуть свидѣтельство чувствъ. Гипнотизеры подобнымъ же образомъ своимъ внушеніемъ возбуждаютъ въ пациентѣ на нѣкоторое время родъ болѣзниенной Пратѣхары. Такъ называемое гипнотическое внушеніе можетъ дѣйствовать только на болѣвное тѣло и затѣмненное сознаніе. И, пока оператору посредствомъ устремленного пристальнаго взгляда или другимъ образомъ не удалось привести сознаніе субъекта въ нѣкоторое болѣзниенное пассивное состояніе, его внушенія не дѣйствительны.

Управліе центрами, устанавливаемое на время въ гипнотическомъ пациентѣ или пациентѣ лѣченія вѣрою, заслуживаетъ въ высшей степени порицанія, потому что оно ведетъ его къ окончательной гибели. Это не дѣйствительное управліе мозговыми центрами силою своей собственной воли, но какъ бы ошеломленіе сознанія пациента на данное время внезапными ударами, которые наносить ему воля другого. Это обузданіе бѣшенаго бѣга горячихъ коней не посредствомъ вожжей и мускульной силы, но скорѣе посредствомъ просьбы другому — нанести имъ тяжелые удары по головамъ, чтобы ошеломить ихъ и сдѣлать на

время покорными. При каждомъ изъ этихъ процессовъ человѣкъ, подвергающійся имъ, теряетъ часть своей умственной энергіи, и его сознаніе, вмѣсто того, чтобы приобрѣсть способность управлять, становится безформенной безсильной массой; единственный конецъ такого пациента домъ умалишенныхъ.

Всякая попытка управлять непроизвольно, не посредствомъ собственного сознанія, не только гибельна, но и не цѣлесообразна. Цѣль каждой души свобода, господство; свобода отъ рабства матеріи и сознанія, господство надъ виѣшней и внутренней матеріей. Вмѣсто того, чтобы вести къ этому, каждый волевой токъ со стороны другого лица, въ какой бы формѣ онъ ни вліялъ на меня, въ видѣ ли прямого управления моими органами, или какъ побужденіе меня управлять ими въ болѣзненномъ состояніи, только прибавляетъ лишнее звено къ уже существующей тяжелой цѣли зависимости отъ прежнихъ мыслей, прежняго суевѣрія. Поэтому остерегайтесь позволять другимъ управлять вами; остерегайтесь, какъ бы вы сами по незнанію не принесли другимъ гибели. Правда нѣкоторымъ удается приносить на время пользу многимъ, давая новое направленіе ихъ склонностямъ; но въ то же время они миллионамъ приносятъ гибель, безсознательно разсѣивая кругомъ гипнотическая внушенія и возбуждая въ мужчинахъ и женщинахъ тѣ болѣзненные пассивныя гипнотическая условия, которыя дѣлаютъ ихъ наконецъ почти лишенными воли. Всякий, кто предлагаетъ кому-нибудь слѣпо вѣрить, или кто увлекаетъ за собою человѣчество, подчиняя его своей могущественной волѣ, приносить вредъ человѣчеству, хотя, можетъ быть, и не намѣренно.

Поэтому пользуйтесь своимъ собственнымъ умомъ, управляйте тѣломъ и сознаніемъ сами, помните, что, если вы не больной субъектъ, никакая посторонняя воля не можетъ дѣйствовать на васъ, и избѣгайте всякаго, кто велитъ вамъ слѣпо вѣрить, какъ бы великъ и добръ онъ ни былъ. По всему свѣту существовали пляшущія, прыгающія и воюющія секты, которыхъ, благодаря своимъ пѣнію, пляскамъ и проповѣдямъ, распространялись подобно заразѣ; — онѣ также подходятъ подъ эту рубрику. Онѣ оказываются вре-

менно замѣчательное вліяніе на впечатлительныхъ людей, но, увы, часто къ вырожденію впослѣдствіи цѣлыхъ расъ. Да, здоровье для индивидуума или расы оставаться злыми, чѣмъ сдѣлаться повидимому добрыми посредствомъ такого болѣзnenнаго внѣшняго вліянія. Сердце замираетъ, когда подумаешь о массѣ зла, причиненнаго человѣчеству такими неотвѣтственными, хотя бы и благонамѣренными религіозными фанатиками. Они не понимаютъ, что сознанія, достигающія, повидимому, подъ ихъ внушеніями, сопровождаемы музикой и молитвами, внезапнаго духовнаго подъема, становятся пассивными, болѣзnenными, безсильными, открытыми всякимъ чужимъ внушеніямъ, какъ бы пагубны они ни были.

Мало думаютъ эти невѣжественные заблуждающіеся люди о томъ, что въ то время, какъ они приходятъ въ восторгъ отъ своей чудесной силы передѣливать людскія сердца,—силы, по ихъ мнѣнію, ниспосланной имъ нѣкимъ существомъ, живущимъ надъ облаками,—они сѣютъ сѣмена будущаго безсилія, преступленія, сумасшествія и смерти. Берегитесь же всего, что отнимаетъ вашу свободу. Знайте, что это опасно, и избѣгайте его всѣми средствами, какія въ вашей власти.

Тотъ, кто достигъ способности по желанію соединять или разъединять свое сознаніе съ нервными центрами, усвоилъ Пратьяхару, которая значитъ „собираніе къ“, обузданіе стремящихся къ внѣшнему силь сознанія, освобожденіе его отъ рабства чувствъ. Когда мы сумѣемъ достигнуть этого, мы будемъ дѣйствительно обладать характеромъ; только тогда мы сдѣляемъ серьезный шагъ къ свободѣ, а до того мы только машины.

Какъ трудно управлять сознаніемъ! Его очень удачно уподобляли сошедшей съ ума обезьянѣ. Была одна обезьяна, беспокойная по натурѣ, какъ всѣ обезьяны. Но кому-то этого показалось мало, и онъ напоилъ ее допьяна виномъ, отчего она стала еще беспокойнѣе. Затѣмъ ее ужалить скорпионъ. Когда человѣкъ ужаленъ скорпиономъ, онъ цѣлый день прыгаетъ; очевидно, и бѣдная обезьяна оказалась въ условіяхъ худшихъ, чѣмъ прежде. Въ довершеніе

несчастія, въ нее вселился демонъ. Какой языкъ въ состояніи описать необузданное буйство этой обезьяны! Человѣческій умъ подобенъ этой обезьянѣ. Безпрестанно дѣятельный по своей собственной натурѣ, онъ опьяняется виномъ желаній, и смятеніе его увеличивается. Послѣ того, какъ желанія овладѣли имъ, является укушеніе скорпиона — зависть къ другимъ, которыхъ желанія сполняются, и послѣ всего сознаніемъ овладѣваетъ демонъ гордости, заставляющій его считать себя выше всѣхъ. Какъ трудно управлять такимъ сознаніемъ!

Первый урокъ поэтому состоить въ томъ, чтобы сидѣть нѣкоторое время спокойно и дать сознанію волю. Сознаніе постоянно бурлитъ, оно похоже на эту скачущую обезьяну. Дайте обезьянѣ прыгать, сколько она можетъ, а сами ждите и наблюдайте. Знаніе есть сила, говоритъ пословица, и это вѣрно. Пока вы не знаете, что дѣлаетъ сознаніе, вы не можете управлять имъ; отпустите же ему совсѣмъ поводья. Много самыхъ низкихъ мыслей можетъ прійти въ него, и вы будете удивлены, что такія мысли могутъ явиться у васъ. Скоро, однажды, вы замѣтите, что съ каждымъ днемъ капризы сознанія становятся слабѣе и слабѣе, что съ каждымъ днемъ оно успокаивается.

Въ первые мѣсяцы вы найдете, что въ вашемъ сознаніи будетъ, положимъ, тысяча мыслей. Позже увидите, что число ихъ уменьшится, можетъ быть, до семисотъ, а спустя еще нѣсколько мѣсяцевъ ихъ будетъ все меньше и меньше, пока наконецъ сознаніе не станетъ вполнѣ подчинено волѣ. Но для этого нужно терпѣливо упражняться каждый день. Какъ только паръ пущенъ, машина двигается, и, когда передъ нами есть предметы, мы ихъ воспринимаемъ; поэтому, если человѣкъ желаетъ доказать, что онъ не машина, онъ долженъ доказать, что ничто имъ не управляетъ. Управление сознаніемъ и недозволеніе ему соединяться съ нервными центрами есть — Пратѣхара. Какъ упражняться въ ней? — Это упражненіе требуетъ долгой работы, и только послѣ постоянныхъ терпѣливыхъ усилий въ теченіе годовъ мы можемъ достигнуть

успѣха. Отъ соблюденія того же условія зависитъ успѣхъ и слѣдующаго урока.

Послѣ того, какъ вы нѣкоторое время упражнялись въ Пратьяхарѣ, приступайте къ слѣдующей ступени — Дхаранѣ, задержанію сознанія на извѣстныхъ пунктахъ. Что значитъ задержаніе сознанія на извѣстныхъ пунктахъ? — Принужденіе сознанія чувствовать извѣстныя части тѣла съ исключеніемъ другихъ. Напримѣръ, старайтесь чувствовать только руку, съ исключениемъ другихъ частей тѣла. Когда Читта, или умственная матерія, задержана и ограничена извѣстнымъ мѣстомъ, это называется Дхарана. Дхарана можетъ быть разнаго рода. Для успѣха въ ней всегда полезно прибѣгнуть къ помощи воображенія. Напримѣръ, можно заставить сознаніе сосредоточиться на одной точкѣ въ сердцѣ, но это очень трудно; легче вообразить въ сердцѣ полный лучезарного свѣта лотосъ и направить сознаніе на него, или думать о лотосѣ въ мозгу, какъполномъ свѣта, или о различныхъ упомянутыхъ раньше нервныхъ центрахъ въ Сусумнѣ.

Іогъ долженъ всегда упражняться. Онъ долженъ жить одинъ; общество различнаго рода людей развлекаетъ умъ; онъ не долженъ много говорить, потому что разговоры развлекаютъ умъ; ни работать много, потому что слишкомъ усиленная работа также развлекаетъ умъ. Сознаніемъ нельзя управлять послѣ цѣлаго дня тяжелой работы. Человѣкъ, рѣшившійся на все это становится Іогомъ. Благотворное вліяніе упомянутыхъ упражненій таково, что даже самое малое, что вы сдѣлаете въ этомъ направленіи, принесетъ вамъ огромную пользу. Они никому не повредятъ, но каждому будутъ полезны. Прежде всего они понизятъ наше нервное возбужденіе, принесутъ спокойствіе, сдѣлаютъ насъ способными видѣть вещи болѣе ясно. Однимъ изъ первыхъ признаковъ успѣха будетъ улучшеніе здоровья и прекрасный голосъ,—всѣ недостатки въ голосѣ исчезнутъ. Это будетъ однимъ изъ первыхъ результатовъ въ числѣ многихъ другихъ. Тѣ, кто усердно упражняется, замѣтятъ, кромѣ того, много другихъ признаковъ. Иногда они будутъ слышать звуки, подобные отдаленному звону колоколовъ, сливающіеся и производящіе въ ухѣ впечатлѣніе одного

непрерывного звука; иногда будуть видеть какъ бы маленькая свѣтлая пятна, плавающія и становящіяся больше и больше. Когда вы начнете испытывать это, знайте, что вы очень быстро подвигаетесь впередъ. Тѣ, кто хочетъ быть йогомъ и упражняются очень усердно, должны сначала держать легкую діэту. Желающіе же дѣлать очень быстрые успѣхи, достигнуть этого скорѣе, если будутъ въ состояніи прожить нѣсколько мѣсяцевъ, питаясь только молокомъ и продуктами хлѣбныхъ растеній. Строгая діэта для нихъ абсолютно необходима. Но тѣ, кто хочетъ только слегка упражняться, при ежедневной дѣловой жизни, пусть не позволяютъ себѣ обѣдаться, ёсть же могутъ все, что имъ нравится.

По мѣрѣ того, какъ вашъ организмъ будетъ становиться утонченнѣе, вы начнете замѣчать, что самыя ничтожныя причины выводятъ васъ изъ равновѣсія: каждый лишній или недостающей кусочекъ пищи разстроить весь вашъ организмъ. Но это продолжится только до тѣхъ поръ, пока вы не достигнете полного управления собою, послѣ чего можете ёсть все, что угодно. Вы увидите, что, когда начнете сосредоточиваться, паденіе булавки покажется вамъ похожимъ на ударъ молніи, проходящей черезъ вашъ мозгъ. Органы станутъ тоньше и воспріятія тоньше. Это ступени, черезъ которыхъ необходимо пройти, и всѣ, кто настойчивъ, будутъ имѣть успѣхъ. Не спорьте и не доказывайте разумность вашихъ стремленій. Что толку въ пустыхъ словопреніяхъ? Они только выводятъ умъ изъ равновѣсія и смущаютъ его. Вашу цѣль надо осуществить, а развѣ вы достигнете этого болтовней? Итакъ, оставьте всѣ напрасные разговоры и читайте только тѣ книги, которыхъ написаны людьми прозрѣвшими.

Будьте подобны жемчужной устрицѣ. Есть хорошенькая подходящая сюда индійская басня. Въ ней говорится, что, если послѣ восхода звѣзды Свати идетъ дождь и капля его попадаетъ въ устрицу, эта капля становится жемчужиной. Устрицы знаютъ это и, когда на небѣ блеститъ эта звѣзда, выходятъ на поверхность и ждутъ, чтобы схватить драгоценную каплю дождя. Когда капля попадаетъ въ раковину,

устрица быстро закрывает ее и погружается на дно моря, чтобы тамъ терпѣливо переработать эту каплю въ жемчужину. Намъ нужно быть похожими на нее: сначала слушать, потомъ понять и затѣмъ, отбросивши все, отвлекающее насъ отъ цѣли, запереть наше сознаніе для вѣщнихъ вліяній и предаться развитію истины внутри насъ. Хватаясь за идею только ради ея новизны и потомъ бросая ея для другой, болѣе новой, мы подвергаемся опасности растратить нашу энергию. Принимайтесь за одно, исполняйте разъ заданное себѣ, стремитесь къ цѣли и не оставляйте ее раньше, чѣмъ увидите ея осуществленіе. Только тотъ, кто можетъ помѣшаться на одной идеѣ, увидить свѣтъ. Тѣ, которые только понемножку берутъ то здѣсь, то тамъ, никогда ничего не достигнутъ. Они могутъ на мгновеніе напрячь свои нервы, но этимъ у нихъ и кончается. Они будутъ рабами въ рукахъ природы и никогда не станутъ выше чувствъ.

Тѣ, которые дѣйствительно желаютъ быть Іогами, должны разъ навсегда отказаться отъ разбрасыванія. Остановитесь на одной идеѣ. Сдѣлайте эту идею вашею жизнью; пусть она грезится вамъ во снѣ; думайте о ней; живите ею. Пусть мозгъ, мускулы, нервы, каждая часть вашего тѣла будутъ полны этой идеей, и совершенно отбросьте всякую другую. Это путь къ успѣху, и этимъ путемъ образуются великие гиганты духа. Другіе—только простыя говорильныя машины. Если мы дѣйствительно желаемъ быть счастливыми и дѣлать счастливыми другихъ, мы должны уйти въ глубь, и съ первого же шага не смущать сознанія и не имѣть общенія съ людьми, которыхъ идеи вносятъ смуту. Каждый изъ васъ знаетъ нѣкоторыхъ людей, нѣкоторыя мысли, нѣкоторую пищу, которые отталкиваютъ васъ; избѣгайте ихъ. Тѣ же, кто хочетъ достигнуть самаго высшаго состоянія, должны избѣгать всякаго общества, хорошаго и дурнаго. Упражняйтесь усердно; останетесь ли вы живы или умрете, это неважно. Вы должны погрузиться въ это дѣло и работать, не думая о результатѣ. Если вы достаточно смѣлы, въ шесть мѣсяцевъ вы сдѣлаетесь совершеннымъ Іогомъ; разбрасываясь же и беря отъ всего понемногу, не достигнете ничего высшаго. Отъ того,

что вы пройдете только курсъ упражненій, не будетъ никакой пользы. Для тѣхъ, кто полонъ Тамаса, невѣжественъ и тупъ, чье сознаніе никогда не сосредоточивается на одной идее, кто жаждетъ чего-нибудь только для развлечения, для нихъ религія и философія простыя забавы. Они обращаются къ религіи какъ къ развлечению, и только развлеченіе и получаютъ. Такие не настойчивы. Они слышать разговоръ, интересуются имъ, а затѣмъ идутъ домой и все забываютъ. Для достижения успѣха необходима страшная *настойчивость, страшная воля*. „Я выпью океанъ“. „По моей волѣ распадутся горы“,—говорить настойчивая душа. Имѣйте этотъ родъ энергіи, этотъ родъ воли, работайте упорно, и вы достигнете цѣли.

Г л а в а VII.

Дхіана и Самадхи.

Мы окончили бѣглый обзоръ различныхъ ступеней Раджа-Іоги, исключая самой высшей,—упражненія въ сосредоточеніи, составляющей конечную цѣль, къ которой имѣеть въ виду привести насъ Раджа-Іога. Какъ человѣческія существа, мы видимъ, что все наше знаніе, называемое рациональнымъ, коренится въ сознательности. Я сознаю этотъ столъ, сознаю ваше присутствіе и т. д.; и это даетъ мнѣ знать, что вы здѣсь, что столъ здѣсь и что предметы, которые я вижу, чувствую и слышу, находятся здѣсь. Но въ то же время очень большую часть моего существованія я не сознаю;—никто не сознаетъ различныхъ внутреннихъ органовъ своего тѣла, различныхъ частей мозга, всего мозга и другихъ подобныхъ предметовъ.

Когда я ъмъ пищу, я дѣлаю это сознательно; когда же усваиваю ее, я этого не сознаю. Пища перерабатывается въ кровь, и изъ крови вырабатываются различные части моего тѣла безсознательно,

но тѣмъ не менѣе все это дѣлается мною. Не можетъ быть двадцати лицъ въ одномъ моемъ тѣлѣ. Откуда я, однако, знаю, что это дѣлаю я, а не кто-нибудь другой? Можно, вѣдь, пожалуй, утверждать, что мое дѣло только єсть пищу, а усвоеніе ея и вырабатываніе тѣла изъ крови дѣлается за меня кѣмъ-нибудь другимъ. Этого не можетъ быть, такъ какъ легко доказать, что почти всѣ дѣйствія, которыхъ мы теперь не сознаемъ, могутъ быть опять подняты до уровня сознательности. Сердце, повидимому, не зависимо отъ нашей воли: никто изъ настѣ не можетъ управлять имъ; оно бѣется само по себѣ. Но упражненіемъ человѣкъ можетъ даже сердце подчинить себѣ до такой степени, что оно станетъ бѣться по желанію медленно или скоро, или почти остановится. Почти каждая часть тѣла можетъ быть приведена къ подчиненію. Что это показываетъ? — Это показываетъ, что тѣ дѣйствія, которыя находятся подъ сознаніемъ, производятся также нами, только мы производимъ ихъ безсознательно. Итакъ, мы имѣемъ два уровня, на которыхъ работаетъ человѣческое сознаніе. Первый уровень сознанія тотъ, въ которомъ всѣ дѣйствія всегда сопровождаются самочувствіемъ; за нимъ слѣдуетъ уровень низшаго порядка, гдѣ дѣйствія, не сопровождаемыя самочувствіемъ, безсознательны. Та часть работы сознанія, которая не сопровождается самочувствіемъ, есть безсознательная работа, а та часть, которая сопровождается самочувствіемъ, есть сознательная работа. У низшихъ животныхъ безсознательная работа называется инстинктомъ. У высшихъ и у самого высшаго животнаго, человѣка, вторая часть, сопровождаемая самочувствіемъ, преобладаетъ и называется сознательною работою.

Но здѣсь еще не конецъ. Существуетъ еще высшій уровень, на которомъ можетъ работать сознаніе. Оно можетъ идти дальше. Подобно тому, какъ безсознательная работа ниже сознанія, есть другая работа выше сознанія и также не сопровождаемая самочувствіемъ. Самочувствіе присуще только среднему уровню. Когда сознаніе выше или ниже его предѣловъ, нѣтъ никакого чувства своего Я, и все-таки сознаніе работаетъ. Когда сознаніе подымается выше

предѣловъ самосознанія, оно называется Самадхи, или сверхсознательностью. Какъ, однако, мы знаемъ, что человѣкъ въ Самадхи не приходитъ въ состояніе ниже своего сознанія, не опускается, вмѣсто того, чтобы идти выше? въ обоихъ, вѣдь, случаяхъ работа не сопровождается самочувствіемъ. Отвѣтъ слѣдующій: о томъ, что ниже и что выше, мы узнаемъ по послѣдствіямъ, по результатамъ дѣйствія. Когда человѣкъ впадаетъ въ глубокій сонъ, онъ вступаетъ на уровень ниже сознанія. Онъ все время вырабатываетъ тѣло, дышитъ, быть можетъ, двигаетъ во снѣ тѣло, безъ сопровождающаго самочувствія; онъ безсознательнъ и, просыпаясь, остается тѣмъ же человѣкомъ, какимъ заснулъ. Сумма знанія, которую онъ имѣлъ до того, какъ заснулъ, остается та же самая, она нисколько не увеличилась; не произошло никакого просвѣтленія. Но, если человѣкъ приходитъ въ Самадхи, то, если онъ и входилъ въ нее глупымъ, онъ выходитъ мудрецомъ.

Что производить эту разницу? Изъ одного состоянія человѣкъ выходитъ тѣмъ же самымъ, какимъ входилъ въ него, а, выходя изъ другого состоянія, становится просвѣтленнымъ, мудрецомъ, пророкомъ, святымъ; весь его характеръ менѣется, его жизнь измѣняется, просвѣтляется. Таковы слѣдствія. А, разъ слѣдствія различны, причины должны быть тоже различны. Такъ какъ просвѣтленіе, съ которымъ человѣкъ возвращается изъ Самадхи, гораздо выше того, которое можетъ быть получено отъ безсознательного состоянія, и даже гораздо выше, чѣмъ то, которое можетъ быть достигнуто размышеніемъ въ сознательномъ состояніи, то оно должно поэтому быть сверхсознательнымъ; почему Самадхи и называется сверхсознательнымъ состояніемъ.

Вотъ вкратцѣ понятіе о Самадхи. Какое же его примѣненіе?—Примѣненіе слѣдующее. Поле разума, или сознательныхъ дѣйствій мысли, узко и ограничено. Существуетъ только маленький кругъ, внутри которого долженъ дѣйствовать человѣческій разумъ. Разсудокъ не можетъ идти за предѣлы его. Всякая попытка идти дальше невозможна. Тѣмъ не менѣе за этимъ кругомъ разсудка лежитъ все то, что человѣчество

считаетъ самыи дорогими. Всѣ эти вопросы: безсмертна ли душа? есть ли Богъ? есть ли высшій разумъ, управляющій этою вселеною?—всѣ они за предѣлами сферы разсудка. Разсудокъ не можетъ никогда отвѣтить на эти вопросы. Что говоритъ разсудокъ?—Онъ говоритъ: я агностикъ, я не знаю: да или нѣтъ. Однако, эти вопросы такъ важны для насъ! Безъ прямого отвѣта на нихъ человѣческая жизнь невозможна. Всѣ наши этическія теоріи, всѣ наши нравственныя положенія, все, что есть хорошаго и великаго въ человѣческой природѣ, все это вылилось изъ отвѣтовъ, полученныхыхъ изъ-за предѣловъ этого круга. Поэтому-то въ высшей степени важно имѣть отвѣты на эти вопросы. Если жизнь есть только нѣчто маленькое, пяти-минутное, если вселенная только случайное соединеніе атомовъ, тогда почему долженъ я дѣлать добро другимъ? Зачѣмъ нужно милосердіе, справедливость, сочувствіе? Самое лучшее, къ чему надо было бы стремиться въ этомъ мірѣ, было бы „убирать сѣно каждому для себя, пока солнце свѣтитъ“. Если нѣтъ надежды на будущее, зачѣмъ я стану любить моего брата, а не перерѣжу ему горло? Если нѣтъ ничего дальше, если нѣтъ свободы, а только неумолимые, бездушные законы, я долженъ бы стараться только сдѣлать себя счастливымъ здѣсь. Вы встрѣтите людей, которые говорятъ въ настоящее время, что для нихъ основаніемъ всей нравственности служатъ соображенія о пользѣ. Что это за основаніе?—Доставить наибольшее количество счастія наибольшему числу. Но зачѣмъ я стану это дѣлать? Почему бы мнѣ не причинять самое большое несчастіе наибольшему числу, если это служить моимъ цѣлямъ? Какъ отвѣтить утилитаріанцы на этотъ вопросъ? Откуда они знаютъ, что правильно и что нѣтъ? Я побуждаюсь моими желаніями къ счастію, и выполняю ихъ; это въ моей природѣ, и я не знаю ничего больше. Я имѣю желанія и долженъ удовлетворять имъ. На что же вамъ жаловаться? Откуда всѣ эти истини относительно человѣческой жизни, морали, бессмертной души, Бога, любви и симпатіи; относительно того, чтобы быть добрымъ, а главное относительно того, чтобы не быть эгоистомъ?

Вся этика, всѣ человѣческія дѣйствія и всѣ человѣческія мысли держатся на этой одной идеѣ несебялюбія; вся идея человѣческой жизни можетъ быть выражена въ этомъ одномъ словѣ „несебялюбіе“. Но зачѣмъ намъ быть несебялюбивыми? Гдѣ для меня необходимость, сила, возможность быть не эгоистомъ? Почему я долженъ быть такимъ? Вы называете себя разумнымъ человѣкомъ, утилитаріанцемъ; но, если вы не указываете мнѣ причины, я скажу, что вы неразумны. Покажите мнѣ причину, почему я не долженъ быть эгоистомъ. Почему я не долженъ быть похожъ на звѣря, дѣйствующаго безъ разума? Это можетъ быть хорошо въ поэзіи, но поэзія не основаніе. Покажите мнѣ основаніе. Почему я долженъ быть не эгоистиченъ, и почему я буду добръ? Потому, что такой-то и такая-то это говорятъ?—это для меня ничего не значитъ. Гдѣ эта польза моего несебялюбія? Если пользой считается наибольшое количество счастія, моя польза заключается въ томъ, чтобы быть эгоистомъ. Я могу достигнуть наибольшаго количества счастія, обманывая и губя другихъ. Въ чёмъ же отвѣтъ?—Утилитаріанецъ никогда не дастъ его. Отвѣтъ же въ томъ, что этотъ міръ есть только капля въ бесконечномъ океанѣ, одно звено въ бесконечной цѣпи. Но откуда тѣ, кто проповѣдуется несебялюбіе и учить ему человѣческій родъ, добыли эту идею? Мы знаемъ что она явилась у нихъ не инстинктивно: животныя, которыхъ имѣютъ инстинкты, не знаютъ ея. И не разсудкомъ она добыта: разсудокъ не знаетъ ничего объ этихъ идеяхъ. Откуда же она взялась?

Изучая исторію, мы находимъ одинъ фактъ, согласно признаваемый всѣми великими учителями религіи, какихъ когда-либо имѣлъ міръ: всѣ они заявляли, что получили эти истины свыше; только многие изъ нихъ не знали, въ какомъ состояніи они сами находились, когда получили ихъ. Напримѣръ: одинъ говоритъ, что ангель сошелъ къ нему въ видѣ человѣческаго существа съ крыльями и сказалъ: „слушай, человѣкъ, вотъ откровеніе“. Другой говоритъ, что ему явилось свѣтлое существо—Дева. Третій, что онъ видѣлъ во снѣ своего предка сообщившаго ему то, что онъ передаетъ, и больше онъ

ничего не знаетъ. Но у всѣхъ общее одно—то, что они видѣли ангеловъ, или слышали голосъ Бога, или видѣли удивительный сонъ. Всѣ заявляютъ, что знаніе они получили свыше, а не сами додумались до него. Чему же учить наука Іога? Она учить, что они совершенно правы, утверждая, что всѣ ихъ знанія получены не путемъ ихъ собственныхъ размышлений, и вмѣстѣ съ тѣмъ объясняетъ, что эти знанія получились не отъ кого-либо другого, а изъ глубины ихъ самихъ.

Іога учитъ, что сознаніе само имѣеть высшую сравнительно съ разсудкомъ форму сверхсознательного состоянія и что, когда сознаніе достигаетъ этого высшаго состоянія, тогда человѣкъ становится обладателемъ знанія высшаго, чѣмъ разсудочное, обладателемъ метафизического знанія, которое выше всякаго физического знанія. Человѣкъ, развившій свое сознаніе до высшаго состоянія, становится обладателемъ метафизического и трансцендентального знанія. Но въ то же состояніе, высшее сознательного и недоступное обыкновенной человѣческой природѣ, человѣкъ, не имѣющій о немъ ни малѣйшаго представленія, можетъ иногда прійти случайно, какъ бы натолкнуться на него. При этомъ тѣ трансцендентальные знанія, которыя онъ выносить изъ этого состоянія, онъ обыкновенно считаетъ полученными извнѣ. Этимъ объясняется, почему вдохновеніе, или трансцендентальное знаніе, можетъ быть однимъ и тѣмъ же въ разныхъ странахъ, но въ одной странѣ оно выдается за пришедшее отъ ангела, во второй отъ Дева и въ третьей отъ Бога. Что это значитъ?—Это значитъ, что сознаніе получаетъ знаніе изъ своей собственной природы, но что въ каждомъ случаѣ источникъ знанія объясняется согласно вѣрѣ и воспитанію лица, которое его получило. Суть въ томъ, что эти различные люди приходили въ сверхсознательное состояніе случайно, не понимая его.

Іога говоритъ, что случайно впадать въ это состояніе очень опасно. Во многихъ случаяхъ является опасность повредить мозгъ. Какъ общее же правило вы замѣтите, что, какъ бы велики ни были люди, приходившіе въ это сверхсознательное состояніе случайно, не понимая его, они ходятъ ощупью, во тьмѣ

и, попутно съ знаніями, у нихъ встрѣчаются всегда нѣкоторыя странныя суевѣрія. Кромѣ того, они подвержены галлюцинаціямъ. Магометъ, напримѣръ, разсказываетъ, что ангель Гавріль приходилъ къ нему однажды въ пещеру и посадилъ его на небеснаго коня Гаракъ, на которомъ онъ посѣтилъ небеса. Но вмѣстѣ съ тѣмъ Магометъ высказалъ и нѣсколько поразительныхъ истинъ. Если вы прочтете Коранъ, то найдете въ немъ наиболѣе удивительныя истины смѣшанныя съ подобными суевѣріями. Какъ объяснить это? — Этотъ человѣкъ былъ несомнѣнно вдохновленъ, но на вдохновеніе онъ какъ бы случайно натолкнулся. Онъ не былъ выработанный упражненіями Іогъ и не зналъ основаній, въ силу которыхъ дѣйствовалъ. Подумайте о добрѣ, которое сдѣлалъ для міра Магометъ, и о громадномъ злѣ, причиненномъ его фанатизмомъ; подумайте о миллионахъ умерщвленныхъ вслѣдствіе его ученія, материахъ, лишенныхъ дѣтей, осиротѣвшихъ дѣтяхъ, цѣлыхъ разрушенныхъ странахъ, миллионахъ за миллионами убитаго народа. Изучая жизнь всѣхъ подобныхъ великихъ учителей, мы находимъ, что они подвергались такой опасности; но въ то же время видимъ, что всѣ они были вдохновлены. Какимъ бы путемъ ни входилъ пророкъ въ сверхсознательное состояніе, только всякий разъ, какъ онъ достигалъ этого состоянія простою силою возбужденія, однимъ лишь подъемомъ своей экзальтированной натуры, онъ выносилъ изъ него нѣкоторыя истины, но также и нѣкоторый фанатизмъ, нѣкоторое суевѣріе, которое причиняли міру столько же зла, сколько величие его ученія приносило добра.

Чтобы разобраться въ той массѣ несообразностей, которая называется человѣческою жизнью, намъ необходимо возвыситься надъ своимъ разсудкомъ; но мы должны дѣлать это научно, медленно, правильно упражняясь и отбросивъ всякое суевѣріе. Приниматься за это слѣдуетъ совершенно такъ же, какъ за всякую другую науку: мы должны принять за основаніе разсудокъ и слѣдовать за нимъ до тѣхъ поръ, пока онъ будетъ вести насъ; а, когда разсудка окажется недостаточно, онъ самъ укажетъ намъ путь къ высшему уровню. Поэтому, каждый разъ, какъ вы

слышите, что человѣкъ говорить: „на меня нашло вдохновеніе“, и затѣмъ болтаетъ неразумный вздоръ, не обращайте на него вниманія. Почему? — Потому, что три состоянія сознанія — инстинктъ, разумъ и сверхсознательность, или несознательное, сознательное и сверхсознательное состоянія, принадлежать одному и тому же сознанію. Въ человѣкѣ нѣтъ трехъ сознаній, но одно развивается въ другое. Инстинктъ развивается въ разсудокъ, а разсудокъ въ трансцендентальное сознаніе. Поэтому одно никогда не противорѣчить другому. Итакъ, когда бы вы ни встрѣтились съ дикими утвержденіями, которыя противорѣчать человѣческому разсудку и здравому смыслу, отвергайте ихъ безъ всякой боязни, потому что настоящее вдохновеніе никогда не противорѣчить разсудку, но только дополняетъ его. Вы знаете изреченіе великаго Пророка: „Я пришелъ не разрушить, но дополнить“. Совершенно также и вдохновеніе всегда приходитъ, чтобы дополнить разсудокъ, и всегда строго соглашается съ нимъ. Все же, что противорѣчить разсудку,— знайте,—это не вдохновеніе.

Всѣ различныя ступени Іоги имѣютъ цѣлью привести насъ къ сверхсознательному состоянію, или Самадхи. Въ высшей степени важно усвоить себѣ, что вдохновеніе въ такой же мѣрѣ свойственно каждой человѣческой натурѣ, какъ оно было свойственно древнимъ пророкамъ. Эти пророки не были исключениемъ; они были совершенно такими, какъ вы или я. Они были только великие Іоги. Они достигли сверхсознательности; но и вы и я можемъ достигнуть того же. Они вовсе не были особенными людьми. Простой фактъ, что одинъ человѣкъ когда-нибудь достигъ такого состоянія, доказываетъ, что и для всякаго человѣка оно возможно. И не только возможно, но каждый человѣкъ обязанъ стремиться достигать такого состоянія, и въ этомъ-то и состоить религія. Опытъ есть единственный нашъ учитель. Мы можемъ толковать и разсуждать всю нашу жизнь, и никогда не поймемъ ни одного слова истины, пока сами не убѣдимся въ ней опытомъ. Вы не можете разсчитывать сдѣлать человѣка хирургомъ, только давъ ему нѣсколько книгъ. Вы не можете удовлетворить мое

желаніе познакомиться съ какою-нибудь страною, показывая мнѣ карту; я долженъ видѣть самую страну. Карты могутъ возбудить во мнѣ лишь интересъ къ получению болѣе полныхъ свѣдѣній; большаго значенія онѣ не имѣютъ.

Всякое исключительное пристрастіе къ книгамъ только ослабляетъ человѣческій умъ. Можно ли представить себѣ болѣе ужасное богохульство, чѣмъ сказать, что полное знаніе о Богѣ заключается въ этой или той книгѣ? Какъ смыаютъ люди называть Бога безконечнымъ и въ то же время пытаться заключить Его въ переплетъ маленькой книги? Милліоны народа были убиты за то, что не вѣрили тому, что говорятъ книги; за то, что не хотѣли признать, что полное знаніе о Богѣ заключается внутри переплета одной книги. Конечно, такія убийства и истребленія — теперь дѣло прошлаго, но міръ все еще ужасно связанъ вѣрою въ книги.

Чтобы достигнуть сверхсознательного состоянія научнымъ путемъ, мы должны пройти черезъ тѣ различныя ступени Раджа-Іоги, которыми училъ я васъ. Послѣ Пратьяхары и Дхараны, о которыхъ я говорилъ вамъ въ послѣдней лекціи, мы приходимъ къ Дхіанѣ, размышленію. Когда сознаніе привыкло удерживаться сосредоточеннымъ на извѣстномъ внутреннемъ или внѣшнемъ пунктѣ, оно приобрѣаетъ способность какъ бы непрерывнаго теченія по направленію къ этому пункту. Это состояніе называется Дхіана. Когда сила Дхіаны настолько напряжена, что мы въ состояніи отбросить внѣшнюю часть воспріятія и удерживать созерцаніе только на внутренней части, значеніи,—это состояніе называется Самадхи. Дхарана, Дхіана и Самадхи — вмѣстѣ называются Самаіяма. Если сознаніе можетъ сначала сосредоточиться на одномъ предметѣ, затѣмъ оставаться въ этомъ сосредоточеніи нѣкоторое время и наконецъ, продолжая сосредоточеніе, остановиться только на одной внутренней части воспріятія, слѣдствіемъ котораго было представление о предметѣ, все придетъ къ подчиненію такому сознанію.

Созерцательное состояніе есть высшее состояніе существованія. Пока есть желанія, никакое реальное

счастіе, невозможнo. Только созерцательное наблюдение предметовъ, подобное какъ бы отношенію свидѣтеля къ событию, приноситъ намъ дѣйствительное наслажденіе и счастіе. Животныя находять свое счастіе въ чувствахъ, человѣкъ въ своемъ разумѣ, а Богъ въ духовномъ созерцаніи. Только для души, достигшей созерцательного состоянія, міръ становится дѣйствительно прекраснымъ. Для того, кто ничего не желаетъ и не отождествляетъ себя ни съ чѣмъ, безконечная измѣненія природы представляютъ одну сплошную панораму красоты и величія.

Въ Дхіанѣ, или размысленіи, намъ станетъ вполнѣ ясно слѣдующее: мы слышимъ звукъ. Здѣсь, во-первыхъ, имѣется виѣшнее колебаніе, во-вторыхъ,—нервное движение, которое приноситъ его къ сознанію, въ-третьихъ,—реакція со стороны сознанія, вмѣстѣ съ которой является представление о предметѣ, послужившимъ виѣшнею причиною этихъ различныхъ измѣненій, отъ колебанія воздуха до умственной реакціи. Эти три процесса называются въ Іогѣ: Сабда (звукъ), Артха (значеніе) и Инана (знаніе). На языкѣ физіологии они называются: колебаніе воздуха, движение въ нервахъ и мозгу и умственная реакція. Въ настоящее время эти три различные процессы настолько у насъ смѣшались, что стали совершенно неразличимы. Дѣйствительно, мы не можемъ теперь воспринимать ни одной изъ этихъ причинъ; мы только видимъ слѣдствіе всѣхъ трехъ и называемъ его виѣшнимъ предметомъ. Но такъ какъ всякое воспріятіе заключаетъ въ себѣ всѣ эти три причины, то нѣть никакого основанія думать, что мы ни при какихъ условіяхъ не въ состояніи различать ихъ.

Когда посредствомъ предварительныхъ упражнений, наше сознаніе укрѣпится и будетъ вполнѣ подчинено намъ, и мы пріобрѣтемъ способность тонкаго воспріятія, тогда слѣдуетъ перейти къ упражненію сознанія въ созерцаніи. Созерцаніе должно имѣть своимъ предметомъ сначала грубыя явленія, а затѣмъ медленно подниматься къ болѣе и болѣе тонкимъ, пока не станетъ безпредметнымъ; сначала оно должно быть направлено на воспріятіе виѣшнихъ причинъ ощущеній, потомъ—внутреннихъ движеній и затѣмъ—реакціи

сознанія. Когда оно достигнетъ познаванія вѣшнихъ причинъ ощущеній, какъ таковыхъ, оно пріобрѣтеть способность видѣть всѣ тонкія матеріальныя существованія, всѣ тонкія тѣла и Формы. Достигнувъ способности воспринимать внутреннія движенія, какъ таковыя, оно будетъ въ состояніи управлять всѣми умственными волнами въ себѣ и въ другихъ, даже раньше, чѣмъ эти волны преобразуются въ физической силы. А когда оно сдѣлается способнымъ воспринимать умственную реакцію, какъ таковую, Іогъ пріобрѣтаетъ знаніе всего, такъ какъ всякий чувственныи предметъ и всякая мысль есть результатъ этой реакціи. Тогда онъ какъ бы увидитъ настоящія основанія своего сознанія и станетъ полнымъ его властелиномъ. Іогъ пріобрѣтеть разныя чудесныя способности; но, если онъ соблазнится искушеніемъ воспользоваться какою-нибудь изъ нихъ, путь къ дальнѣйшему совершенствованію будетъ для него загражденъ. Таковы гибельные послѣдствія погони за наслажденіями. Но, если онъ достаточно твердъ, чтобы отречься даже отъ пользованія этими чудесными способностями, онъ достигнетъ цѣли Іоги — совершенного подавленія волнъ въ океанѣ сознанія. Тогда величие его души, не затемненное никакими развлеченіями сознанія или движеніями тѣла, возсияетъ въ полномъ блескѣ, и Іогъ увидитъ, наконецъ себя, каковъ онъ есть и какимъ всегда былъ, — всевѣдущимъ, бессмертнымъ и вездѣсущимъ.

Самадхи свойственно всякому человѣку, больше того, всякому животному. Начиная съ самаго низшаго животнаго до самаго высшаго ангела, каждый, рано или поздно, долженъ пройти къ этому состоянію, и тогда, и только тогда, ему станетъ доступна религія. А все это время, что же мы дѣлаемъ? — Мы только стремимся къ этому состоянію. Пока неѣтъ никакой разницы между нами и тѣмъ, кто не имѣеть никакой религіи, потому что у насъ не было личнаго опыта. А если упражненія въ сосредоточеніи не приведутъ насъ къ этому опытному познанію, какая тогда отъ нихъ польза? — Усердно выполняемыя, они, навѣро, приведутъ къ желаемой цѣли, потому что каждая изъ ступеней къ достиженію Самадхи строго обдумана, надлежащимъ образомъ выработана и составлена

вполнѣ научно. Когда же цѣль будетъ достигнута, прекратятся всѣ горести, исчезнутъ всѣ страданія, послѣдствія поступковъ будутъ уничтожены, и душа сдѣлается свободною навѣки.

Г л а в а VIII.

Раджа-Іога вкратцѣ.

Конспектъ Раджа-Іоги, свободно переведенный изъ Курма-Пураны.

Огонь Іоги сжигаетъ клѣтку грѣха, которая окружаетъ человѣка. Знаніе становится очищеннымъ, и Нирвана достигается непосредственно. Отъ Іоги приходитъ знаніе; знаніе въ свою очередь помогаетъ упражненію въ Іогѣ. Тотъ, кто совмѣщаетъ въ себѣ Іогу и знанія, угоденъ Богу. Тѣ, кто упражняются въ Махаіогѣ, одинъ ли разъ въ день, или два, или три раза въ день, или постоянно,—знайте,—это боги. Іога дѣлится на двѣ части. Одна называется Абхава и другая—Махаіога. Размышленіе о себѣ, какъ о нулѣ и лишенномъ свойствъ, называется Абхава. Іогъ посредствомъ каждой изъ нихъ познаетъ свое „Я“. Та Іога, въ которой кто-нибудь видитъ себя полнымъ блаженства, лишеннымъ всякой нечистоты и соединившимся съ Богомъ, называется Махаіога. Другія Іоги, о которыхъ мы читали и слышали, не стоять и частички этой великой Браhmaіоги, въ которой Іогъ видить себя и всю вселенную, какъ Самого Бога. Эта есть самая высшая изъ всѣхъ Іогъ.

Раджа-Іога состоять изъ слѣдующихъ ступеней: Іама, Ніама, Асана, Пранаіама, Пратьяхара, Дхарана, Дхіана и Самадхи. Іамой называется непричиненіе кому бы то ни было вреда, правдивость, некорыстолюбіе, цѣломудріе, непринятіе чего бы то ни было отъ другого. Она очищаетъ сознаніе, Читту. Непричиненіе никогда страданія никакому животному суще-

ству ни мыслью, ни словомъ, ни дѣломъ есть то, что называется Ахимса—непричиненіе вреда. Нѣть высшей добродѣтели, чѣмъ непричиненіе вреда. Нѣть высшаго счастія, чѣмъ, когда человѣкъ достигъ состоянія непричиненія вреда никакому творенію. Посредствомъ правдивости мы приобрѣтаемъ силу. Правдивостью достигается все; на правдивости основано все. Разсказать факты, какъ они есть,—это правдивость. Не брать чужого хитростью или силой называется Астіямъ—несязаніе. Цѣломудріе въ мысли, словѣ и дѣлѣ, всегда и при всѣхъ условіяхъ, есть то, что называется Брахмачарья. Не принятіе никакихъ подарковъ отъ другихъ, даже если отказывающійся отъ этого ужасно страдаетъ, есть то, что называется Апариграха. Когда человѣкъ получаетъ подарокъ отъ другого, согласно этой теоріи, его сердце становится нечистымъ, онъ унижается, теряетъ свою независимость, становится связаннымъ и доступнымъ чужому вліянію. Слѣдующія ступени помогаютъ успѣхамъ въ Іогѣ. Ніяма—выработка постоянныхъ привычекъ и пріемовъ, Тапась—строгость, Свадхіаія—прилежное повтореніе священныхъ словъ, Сантоза — удовлетворенность, Саучамъ — чистота, Иsvара праницхана — молитва. Постъ или другой способъ подчиненія тѣла называется физическимъ Тапасомъ.

Повтореніе Ведъ или другихъ Мантрамовъ, которыми очищается тѣлесная матерія (Саттва), называется упражненіемъ—Свадхіаія. Есть три рода повторенія Мантрамовъ: одинъ называется устнымъ, другой—полуустнымъ и третій—умственнымъ. Устный, или внятный, есть самый низшій, а умственный есть высшій изъ всѣхъ. Повтореніе, настолько громкое, что его можетъ слышать всякий, есть устное; слѣдующее есть то, когда органы только что начинаютъ вибрировать, но никакого звука не слышно,—другой человѣкъ, сидящій возлѣ, не можетъ слышать, что говорится. То, въ которомъ нѣть никакого звука, а только умственное повтореніе священного слова и въ то же время размышленіе о его значеніи, называется „умственнымъ бормотаніемъ“ и есть самое высшее. Мудрецы говорятъ, что есть два рода очищенія: наружное и внутреннее. Очищеніе тѣла производится водой,

землей или другими материалами,—это наружное очищение, какъ, напр., купанье и т. п. Очищение ума правдивостью и всѣми другими добродѣтелями есть то, что называется внутреннимъ очищеніемъ. Оба необходимы. Недостаточно, если человѣкъ будетъ чистъ внутренно, а наружно грязенъ. Когда обѣ недостижимы, внутренняя чистота важнѣе; но никто не можетъ быть Іогомъ, если не соблюдаетъ обѣихъ.

Молитва заключается въ прославленіи Бога, въ памятованіи Его и въ преданности Ему. Мы говорили о Іамѣ и Ніямѣ; дальше идетъ Пранаіама. Прана значитъ жизненные силы въ собственномъ тѣлѣ, Іама значитъ управление ими. Есть три сорта Пранаіамы: простѣйшая, средняя и высшая. Всѣ Пранаіамы дѣлятся на двѣ части: одна называется наполненіе, другая—опорожненіе. Если вы начинаете съ двѣнадцати секундъ—это низшая Пранаіама; если начинаете съ двадцати четырехъ секундъ—это средняя Пранаіама; самая высшая та, которая начинается съ тридцати шести секундъ. Та Пранаіама, при которой появляется сначала испарина, потомъ дрожаніе тѣла, а затѣмъ человѣкъ быстро подымается на ноги и душа его испытываетъ невыразимое блаженство, есть самая высшая Пранаіама. Есть Мантрамъ, называемый „Гайатри“. Это слѣдующій очень святой стихъ изъ Ведъ: „Мы размышляемъ о славѣ Того, Кто создалъ эту вселенную; да просвѣтитъ Онъ нашъ умъ“. Въ началѣ и въ концѣ этого Мантрама произносится слово „Омъ“. Въ одной Пранаіамѣ повторяйте три Гайатри. Во всѣхъ книгахъ говорится о Пранаіамѣ, раздѣленной на Речаха (выбрасываніе или выдыханіе), Пурака (вдыханіе) и Кумбака (удержаніе, остановка).

Индріи, органы чувствъ, направлены наружу и приходятъ въ сообщеніе съ внѣшними предметами. Приведеніе ихъ въ подчиненіе волѣ есть то, что называется Пратьяхара,—буквальный переводъ, „собирание въ себѣ“.

Направленіе сознанія на лотосъ сердца или на головной центръ есть то, что называется Дхарана. Когда, оставаясь въ одномъ мѣстѣ, принимая одно мѣсто за основаніе, волны ума пробуждаются, не соединяясь съ другими волнами—когда всѣ другія

волны остановились—и только одна волна возстаетъ въ умѣ—это называется *Дхіана*, созерцаніе. Когда нѣть надобности ни въ какомъ основаніи, когда все сознаніе становится одной волной, одной формой,—это его состояніе называется *Самадхи*. Въ сознаніи тогда присутствуетъ только значеніе предмета, не связанное ни съ какимъ мѣстомъ или центромъ. Если сознаніе можетъ быть устремлено на одинъ центръ въ продолженіи двѣнадцати секундъ—это будетъ *Дхарана*, двѣнадцать такихъ *Дхаранъ* будетъ *Дхіана*, двѣнадцать *Дхіанъ* будетъ *Самадхи*.

Слѣдующая есть *Асана* (поза). Нужно усвоить только одно: держать корпусъ прямо, оставляя его свободнымъ и имѣя грудь, плечи и голову на вертикальной линіи. Въ Іогѣ не слѣдуетъ упражняться въ такихъ мѣстахъ, где есть огонь или вода, или почва усѣяна сухими листьями; где есть дикия животныя, где встрѣчаются четыре улицы, где слишкомъ много шума или много причинъ къ боязни; где слишкомъ много муравьиныхъ кучъ, где много злыхъ людей. Это въ особенности относится къ Индіи. Не упражняйтесь, когда ваше тѣло чувствуетъ себя очень лѣнивымъ, когда вашъ умъ угнетенъ горемъ и печалью, или когда вы нездоровы. Идите на мѣсто, которое хорошо скрыто и куда люди не приходятъ беспокоить васъ. Извѣстно, вѣдь, что, когда вы не хотите, чтобы люди знали, что вы дѣлаете, любопытство всѣхъ возбуждается; но, если вы нарочно выйдете на улицу, чтобы люди знали, что вы собираетесь дѣлать, они не обратятъ на васъ вниманія. Не выбирайте грязныхъ мѣсть. Выбирайте, наоборотъ, красивую мѣстность или хорошую комнату въ вашемъ собственномъ домѣ. Приступая къ упражненію, прежде всего воздайте честь всѣмъ древнимъ Іогамъ, вашему собственному Гуру (учителю) и Богу, и затѣмъ начинайте.

О *Дхіанѣ* сказано все. А вотъ нѣсколько примѣровъ, о чёмъ размышлять. Сидите прямо и смотрите на кончикъ вашего носа. Дальше мы узнаемъ, какъ этимъ путемъ сосредоточивается мысль, какъ посредствомъ управлія двумя зрительными нервами достигается значительно болѣе быстрый успѣхъ въ управліи дугою реакцией и такимъ образомъ въ управле-

нії волею. Есть нѣсколько образцовъ для созерцанія. Вообразите у себя на головѣ, на нѣсколько дюймовъ выше ея, лотось и добродѣтель, — какъ его центръ, стебель — какъ знаніе. Восемь лепестковъ лотоса — восемь силъ Іога. Внутри тычинки и пестики — отреченія. Если Іогъ отказывается отъ внѣшняго могущества, онъ достигаетъ вѣчнаго спасенія. Восемь лепестковъ лотоса суть восемь способностей, или силъ Іога; внутренніе же тычинки и пестики должны представлять собою полное отреченіе, отреченіе отъ пользованія всѣми ими. Внутри лотоса представьте себѣ Золотого Единаго, Всемогущаго, Неосвящаемаго, Того, чье имя есть Ом, Невыразимаго, окруженаго лучезарнымъ свѣтомъ. Созерцайте все это. Второе созерцаніе слѣдующее. Представьте себѣ какое-нибудь мѣсто въ вашемъ сердцѣ и въ срединѣ его пламя. Вообразите, что это пламя ваша собственная душа, что внутри этого пламени находится лучезарное пространство, и что это пространство есть душа вашей души — Богъ. Созерцайте это въ своемъ сердцѣ.

Цѣломудріе, непричиненіе обиды, прощеніе вся-
каго, даже самаго величайшаго врага, правдивость,
вѣра въ Бога — это различныя Бритти (волны, обра-
зующіяся въ умственной матеріи). Не бойтесь, если
вы не совершенны во всѣхъ ихъ; работайте и недо-
стающее придетъ. Тотъ, кто отказался отъ привязан-
ности къ чему бы то ни было, отъ всякаго страха и
гнѣва, чья вся душа поглощена Богомъ, для кого Богъ
сталъ единственнымъ прибѣжищемъ, чье сердце очи-
стилось, — съ какимъ бы желаніемъ онъ ни пришелъ
къ Богу, — Богъ исполнитъ его желаніе. Итакъ, покло-
няйтесь Ему знаніемъ или любовью, или отреченіемъ.

„Онъ мой возлюбленный поклонникъ, мой возлю-
бленный Бхакта, не завидующій никому, другъ всѣхъ,
милосердный ко всѣмъ, не имѣющій ничего своего,
утратившій всякий эгоизмъ; тотъ, кто всегда доволенъ,
кто всегда занимается Іогой, кто подчинилъ себѣ свое
я, чья воля тверда, чье сознаніе и разумъ предались
мнѣ,—знайте, что онъ мой возлюбленный Бхакта. Тотъ,
отъ кого не исходить никакого смущенія, кто никогда
не бываетъ причиною беспокойства другихъ, кто отка-
зался отъ неумѣренныхъ радостей, отъ горя, страха и

заботъ, — таковъ мой возлюбленный. Кто не зависить ни отъ чего, кто чистъ и дѣятеленъ, кто отказывается отъ всего, кто не заботится, хорошо ли ему или дурно, — тотъ никогда не бываетъ несчастнымъ; тотъ, кто одинаковъ въ чести и унижениі, чей умъ скроменъ и вдумчивъ, кто счастливъ тѣмъ малымъ, что ему достается, кто не имѣть дома, но чей домъ весь міръ, кто непоколебимъ въ своихъ идеяхъ, — такой становится Іогомъ“.

Былъ нѣкій великий богъ-мудрецъ, по имени Нарада. — Какъ среди людей есть мудрецы — великіе Іоги, такъ же есть Іоги и между богами. — Нарада былъ добрый Іогъ, достигшій большой высоты. Онъ странствовалъ всюду и однажды, проходя черезъ лѣсъ, увидѣлъ человѣка, который такъ долго былъ погруженъ въ глубокое размышленіе, что бѣлыя муравьи выстроили вокругъ его тѣла огромную кучу. „Куда ты идешь?“ обратился тотъ къ Нарадѣ. Нарада отвѣчалъ: „я иду на небо“. — „Тогда спроси Бога, когда онъ смируется надо мною, когда я достигну свободы“. Нарада пошелъ дальше и увидѣлъ другого человѣка. Тотъ пѣлъ, плясалъ и дѣлалъ прыжки. „Нарада, куда ты идешь?“ спросилъ онъ. Его голосъ и жесты были дики. „Я иду на небо“, отвѣтилъ Нарада. — „Тогда спроси, когда я буду свободенъ“. Нарада пошелъ дальше. Спустя нѣкоторое время, онъ шелъ опять тою же дорогою и увидѣлъ опять человѣка, размышлявшаго до тѣхъ поръ, пока муравьиная куча не выросли вокругъ него. Тотъ обратился къ нему: „Нарада, спроси ли ты Бога обо мнѣ?“ — „Да“. — „Что же Онъ сказалъ?“ — „Богъ сказалъ мнѣ, что послѣ того, какъ ты родишься еще четыре раза, ты достигнешь свободы“. Тогда этотъ человѣкъ сталъ плакать и рыдать, и воскликнулъ: „я размышлялъ пока муравьиная куча воздвиглась вокругъ меня, и мнѣ предстоитъ еще четыре раза родиться!“ Нарада пошелъ къ другому человѣку. „Передаль ли ты мой вопросъ?“ — Да. Видишь ты это тамариндовое дерево? Я долженъ сказать тебѣ, что, сколько листьевъ на этомъ деревѣ, столько разъ ты родишься и только тогда достигнешь свободы“. Услышавъ это, тотъ переспросилъ: „такъ скоро я получу свободу?!“ и отъ радости сталъ снова

плясать. И вотъ, послышался голосъ: „дитя мое, ты уже свободенъ“. То была награда за его настойчивость. Онъ былъ готовъ трудиться столько жизней; ничто не могло привести его въ уныніе; первый же находилъ, что и четыре рожденія для него слишкомъ много.

Только настойчивость, подобная той, какая была у человѣка, согласнаго ждать Эоны, можетъ привести къ самому высшему результату.

А Ф О Р И З М Ы

Йога-Патанджали.

Вступленіе.

Раньше чѣмъ приступить къ изложенію афоризмовъ Патанджали, разсмотримъ одинъ важный вопросъ, на которомъ, по мнѣнію Іоговъ, основана вся теорія религіи. Всѣ великие умы міра, кажется, сходятся, въ мнѣніи, которое при томъ почти доказано и изысканіями, произведенными въ области физической природы, что мы представляемъ собою продуктъ и проявленіе абсолютного начала, лежащаго позади нашего настоящаго относительного состоянія, и что мы идемъ впередъ, чтобы опять вернуться къ тому же абсолютному. Развѣ это установлено, является вопросъ: которое же состояніе лучше, абсолютное или это настоящее?

Многіе выдающіеся мыслители держатся мнѣнія, что мы суть проявленныя частицы недифференцированного существа, и что это наше дифференцированное состояніе выше абсолютного. Такъ какъ въ абсолютномъ не можетъ быть никакихъ качествъ, то они представляютъ себѣ, что оно должно быть безчувственнымъ, одѣпенѣлымъ, безжизненнымъ; что только жизнь, какою мы ее знаемъ, способна доставить наслажденіе, и что поэтому мы должны дорожить именно ею. Чтобы судить о правильности такого взгляда, необходимо познакомиться съ другими решеніями вопроса о жизни. Существуетъ старое мнѣніе, что человѣкъ послѣ смерти остается тѣмъ же, чѣмъ былъ здѣсь, что всѣ его хорошия стороны минусъ дурные остаются навсегда. Разсуждая логически, это значитъ, что назначеніе человѣка этотъ міръ; — тотъ

же міръ, но степенью выше и освобожденный отъ зла, называютъ небомъ. Эта теорія въ сущности вздоръ и ребячество, такъ какъ она утверждаетъ невозможное. Не можетъ быть добра безъ зла или зла безъ добра. Жить въ мірѣ, гдѣ все хорошо и нѣтъ ничего злого, значитъ то, что санскритскіе логики называютъ „грезить на яву“.

Въ послѣднее время нѣкоторыя школы выставили другую теорію, именно, что назначеніе человѣка все болѣе и болѣе совершенствоваться, постоянно стремиться впередъ, никогда не достигая цѣли. Это положеніе, повидимому, очень изящное, также нелѣпо, потому что нѣтъ такой вещи, какъ движеніе по прямой линіи. Всякое движеніе происходитъ по кругу. Прямая линія, безконечно продолженная, обращается въ кругъ. Поэтому мысль, что назначеніе человѣка есть движеніе все впередъ и впередъ, никогда не останавливаясь,—абсурдъ.

Замѣчу,—хотя это и не относится къ предмету,—что высказанная мною сейчасъ истина объясняетъ этическую теорію, согласно которой не слѣдуетъ ненавидѣть, а должно любить, потому что здѣсь совершенно то же, что и въ случаѣ электричества или всякой другой силы, относительно которыхъ новѣйшая теорія говоритъ, что сила выходитъ изъ динамо и завершаетъ кругъ назадъ къ динамо. То же и со всѣми силами природы: онѣ необходимо возвращаются къ своему источнику. Поэтому не ненавидьте никого, такъ какъ та сила, та ненависть, которая исходить отъ васъ, впослѣдствіи неизбѣжно вернется къ вамъ. Если вы любите, любовь вернется къ вамъ, заканчивая круговое обращеніе. Несомнѣнно, что всякая капля ненависти и всякое побужденіе любви, исходящія изъ сердца человѣка, сполна возвращаются къ нему, и ничто не въ силахъ остановить ихъ.

Теорія вѣчнаго движенія впередъ не можетъ быть принята и по другой практической причинѣ, потому что разрушеніе есть удѣльъ всего земного. Всѣ наши стремленія и надежды, и страхи, и радости, къ чему ведутъ они? Конецъ всѣхъ нась въ смерти. Ничто такъ не вѣрно, какъ это. Гдѣ же тогда это движеніе по прямой линіи, это безконечное совершенствованіе?

Оно проходитъ только нѣкоторое разстояніе и опять возвращается къ центру, отъ котораго начало движеніе. Посмотрите, какъ изъ туманности образуются солнце, луна и звѣзды, затѣмъ разрушаются и обращаются опять въ туманность. То же самое дѣлается звездѣ. Растеніе беретъ матеріалъ отъ земли, разлагается и отдаетъ его назадъ. Всякая форма въ этомъ мірѣ образуется изъ окружающихъ атомовъ и обращается въ тѣ же атомы.

Не можетъ быть, чтобы одинъ и тотъ же законъ дѣйствовалъ различно въ разныхъ сферахъ. Законъ есть однообразіе. Это безусловно вѣрно. Если это законъ природы, то онъ также и законъ мысли: мысль разложится и вернется къ тому, изъ чего произошла. Хотимъ мы или нѣть, мы должны вернуться къ нашему началу, которое называется Богомъ или Абсолютомъ. Мы всѣ произошли отъ Бога и всѣ должны идти къ Богу, какимъ бы именемъ этого Бога ни называли; называйте его Богомъ или Абсолютомъ, или природою, сотнею именъ, которыхъ вамъ нравятся, фактъ остается тѣмъ же. „Отъ кого вся эта вселенная произошла, въ комъ все рожденное живеть, къ тому все и вернется“. Это единственный вѣрный фактъ. Природа дѣйствуетъ по одному и тому же плану: что происходит въ одной сфере, то же самое происходит въ миллионахъ сферъ. Что вы видите относительно планетъ, то же самое будетъ съ землею, съ людьми и со звѣздами. Огромная волна есть могучее соединеніе малыхъ волнъ, можетъ быть, миллионовъ; жизнь всего міра есть соединеніе миллионовъ малыхъ жизней, и смерть всего міра есть соединеніе смертей этихъ миллионовъ малыхъ существъ.

Теперь возникаетъ вопросъ: возвращеніе къ Богу есть ли высшее состояніе или нѣть? Философы Йоги категорически отвѣчаютъ, что высшее. Они говорятъ, что настоящее состояніе человѣка есть состояніе вырожденія; и нѣть на землѣ ни одной религіи, которая говорила бы, что человѣкъ есть продуктъ совершенствованія. Онѣ считаютъ, что начало человѣка совершенно и чисто, что онъ падаетъ и будетъ падать до возможно крайняго предѣла; затѣмъ должно наступить время, когда онъ устремится опять вверхъ, чтобы

закончить кругъ; кругъ долженъ быть завершень. Какъ бы низко ни спустился человѣкъ, въ концѣ концовъ онъ долженъ повернуть опять вверхъ и идти къ первоначальному источнику, который есть Богъ. Вначалѣ человѣкъ идетъ отъ Бога, въ серединѣ становится человѣкомъ и въ концѣ идетъ назадъ къ Богу. Это методъ объясненія въ дуалистической формѣ. Въ монистической формѣ вы говорите, что человѣкъ по своей сущности Богъ и становится Имъ опять.

Если наше настоящее состояніе есть высшее, тогда почему существуетъ столько ужаса и бѣдствій, и почему оно такъ кончается? Если это высшее состояніе, почему оно вообще кончается? То, что портится и вырождается, не можетъ быть высшимъ состояніемъ. Почему оно такое неудовлетворительное, такое дьявольское? — Оно можетъ быть оправдано лишь въ томъ случаѣ, если черезъ него мы принимаемъ высшую обработку, если мы должны пройти черезъ него, чтобы опять возродиться. Положите зерно въ почву, и оно черезъ нѣкоторое время разлагается на составные части, растворяется, и изъ этого разложения выходить великолѣпное дерево. Всякая душа должна сначала выродиться, чтобы стать потомъ величественнымъ деревомъ. Отсюда слѣдуетъ, что, чѣмъ скорѣе мы выходимъ изъ этого состоянія, которое мы называемъ „человѣкомъ“, тѣмъ лучше для насъ. Но тогда не выйти ли изъ него путемъ самоубийства? — Ни въ какомъ случаѣ: это сдѣлало бы наше состояніе самимъ худшимъ. Умерщвленіе себя, или отрицаніе міра, не есть путь къ выходу. Мы должны пройти черезъ отчаяніе и бездну, и, чѣмъ скорѣе пройдемъ, тѣмъ лучше. Всегда надо понимать, что настоящее состояніе не есть самое высшее.

Дѣйствительно, трудно понять, что то абсолютное состояніе, которое мы признаемъ самимъ высшимъ, не есть состояніе зоофита или камня, какъ думаютъ нѣкоторые. По мнѣнію ихъ существуетъ только два вида существованія: одно камня, а другое — мысли. Но какое право они имѣютъ ограничивать существованіе этими двумя? Нѣтъ ли чего-нибудь безконечно высшаго, чѣмъ мысль? Свѣтовыя колебанія, когда они очень медленны, не видны для насъ;

дѣляясь нѣсколько быстрѣе, они становятся для нась свѣтомъ; а при дальнѣйшемъ увеличеніи скорости, мы ихъ не видимъ опять: они темны для нась; но та ли самая темнота въ концѣ, что въ началѣ? — Очевидно нѣтъ; между ними разница двухъ полюсовъ. Отсутствіе мышленія у камня то же ли самое, что непримѣненіе этого процесса Богомъ? — Конечно, нѣтъ. Богъ не думаетъ, не разсуждаетъ; да и зачѣмъ бы Онъ сталъ дѣлать это? Развѣ есть что-нибудь Ему неизвѣстное, о чёмъ Онъ долженъ былъ бы разсуждать? Камень не можетъ разсуждать, — Богу не зачѣмъ разсуждать: такова разница. Упомянутые выше философы думаютъ, что ужасно, если мы перейдемъ за предѣлы мысли; выше мысли они ничего не видятъ. Но за предѣлами разсужденія существуютъ гораздо высшія состоянія существованія. На самомъ дѣлѣ, только выше разума начинается низшая стадія религіозной жизни. Перешагнувъ за мысль и интеллектъ, и всѣ разсужденія, вы дѣлаете первый шагъ къ Богу; это и есть начало жизни. То, что обыкновенно называется жизнью, только зародышевое ея состояніе.

Дальше слѣдуетъ вопросъ: что доказываетъ, что состояніе за предѣлами мысли и разума есть высшее состояніе? — Во-первыхъ, всѣ великие люди міра, гораздо болѣе великие чѣмъ тѣ, которые ограничиваются разговорами, люди, двигавши міръ, люди, никогда не помышлявшіе ни о какой эгоистичной цѣли, заявляютъ, что эта жизнь только маленькой шагъ пути, что Безконечное за предѣлами ея. Во-вторыхъ, они не только говорятъ это, но объясняютъ каждому свои методы и оставляютъ ихъ потомству, такъ что всѣ могутъ слѣдовать по ихъ стопамъ. Въ-третьихъ, наконецъ, не остается никакого другого пути, нѣть никакого другого объясненія. Если допустить, что нѣть высшаго состоянія, то зачѣмъ тогда мы проходимъ все время этотъ кругъ, путемъ какого разсужденія можемъ объяснить этотъ міръ? „Если мы не можемъ идти дальше свидѣтельства чувствъ, если мы не должны искать ничего больше, то доступное чувствамъ будетъ предѣломъ нашего знанія, и мы пройдемъ къ агностицизму. Но тогда какое основаніе вѣрить свидѣтельству чувствъ? Если разсудокъ есть

все, онъ не позволяетъ намъ останавливаться и передъ отрицаніемъ чувствъ. Я готовъ назвать настоящимъ агностикомъ только того человѣка, который стоитъ молча на улицѣ и умираетъ. Если же онъ агностикъ во всемъ, кромѣ денегъ, славы и извѣстности, онъ только обманщикъ. Кантъ старался доказать, что мы не можемъ проникнуть за страшную мертвую стѣну, называемую разсудкомъ; но это и есть та идея, противъ которой, главнымъ образомъ, возстаетъ вся индусская мысль. Эта мысль осмѣливается искать и успѣваетъ найти нѣчто высшее, чѣмъ разсудокъ, то въ чемъ находимъ единственное объясненіе нашего настоящаго состоянія. Въ поискахъ этого нѣчто и состоитъ истинное изученіе того, что переносить насъ за предѣлы этого міра. „Ты нашъ Отецъ, и ты возьмешь насъ на ту сторону океана невѣдѣнія!— это наука религіи; ничто другое не можетъ быть ею.

Афоризмы Йога.

Глава I.

Сосредоточение. Его духовное значение.

1. Всъ объясненіе сосредоточенія.
2. Йога есть удержаніе матеріи мысли (Читта) отъ облечениія въ различные образы (Вритти).

Афоризмъ этотъ требуетъ объясненія. Мы должны понять, что такое Читта и что такое Вритти.—У меня есть глаза, но не они видѣть. Отнимите мозговой центръ, находящійся въ головѣ, глаза останутся, ретина цѣла, изображеніе на лицо, и все-таки глаза не будутъ видѣть. Слѣдовательно, глаза составляютъ только второстепенный инструментъ, а не органъ видѣнія. Органъ видѣнія находится въ нервномъ центрѣ мозга. Двухъ глазъ и нервнаго центра, однако, также еще недостаточно. Иногда человѣкъ спить съ открытыми глазами; свѣтъ и изображеніе на лицо, но необходима еще третья вещь: сознаніе должно быть соединено съ органомъ. Глазъ есть только наружный инструментъ, и намъ нуженъ еще мозговой центръ и участіе сознанія. Экипажи катятся по улицѣ, а вы не слышите ихъ. Почему? Потому, что ваше сознаніе не соединено съ органомъ слуха. Итакъ, во-первыхъ, есть инструментъ, затѣмъ органъ и, въ-третьихъ, сознаніе, соединенное съ этими двумя. Сознаніе вбираетъ въ себя впечатлѣніе глубже и пере-

даетъ его опредѣляющей способности,—Буддхи, кото-
рая реагируетъ, и вмѣстѣ съ этой реакцией возникаетъ
идея о своемъ я. Впечатлѣніе и реакція представля-
ются затѣмъ Пурушѣ, настоящей душѣ, которая въ
этомъ соединеніи и воспринимаетъ предметъ. Органы
(Индріи), вмѣстѣ съ сознаніемъ (Манаи), опредѣляю-
щей способностью (Буддхи), и сознаніемъ своего „я“
(Ахамкара), образуютъ группу, называемую Антак-
карана (внутреннее орудіе). Они суть только различ-
ные процессы въ матеріи сознанія, называемой Читта.
Волны мысли въ Читтѣ называются Вритти (буквальный
переводъ „вихрь“). Что такое мысль?—Мысль есть
сила, какъ притяженіе и отталкиваніе. Она погло-
щается изъ безконечнаго запаса силы въ природѣ.
Орудіе, называемое Читта, представляетъ собою часть
этой силы и, когда эта часть выдѣляется, она назы-
вается мыслью. Эта сила доставляется намъ посред-
ствомъ пищи; изъ пищи тѣло извлекаетъ силу дви-
женія и прочія болѣе тонкія силы, изъ которыхъ
затѣмъ выдѣляетъ то, что называется мыслью. Итакъ,
мы видимъ, что хотя сознаніе и кажется разумнымъ,
оно въ сущности неразумно. Почему?—Потому, что
разумная душа позади него. Только *вы* разумное
существо; сознаніе же только орудіе, посредствомъ
котораго вы познаете вицій міръ. Возьмемъ эту
книгу; какъ книга она не существуетъ вицъ нась; то,
что существуетъ вицъ нась, неизвѣстно и непознаваемо.
Существуетъ причина, дающая толчекъ сознанію, а
сознаніе отвѣчаетъ реакциєю. Если камень брошенъ
въ воду, вода реагируетъ въ формѣ волнъ. Дѣйстви-
тельная вселенная есть причина реакціи сознанія.
Формы книги или слона, или человѣка вицъ нась нѣть;
все, что мы знаемъ, есть наша умственная реакція на
виційнія воздействиія. Матерія есть „постоянная воз-
можность впечатлѣнія“, сказалъ Джонъ Стюартъ
Милль. Она есть только воздействиіе извицъ. Возь-
мемъ для примѣра устрицу. Вы знаете, какъ обра-
зуется жемчужина. Зерно песку или другого твер-
даго тѣла попадаетъ внутрь устрицы и начинаетъ ее
раздражать, и устрица выдѣляетъ вокругъ песчинки
родъ эмали, которая и образуетъ жемчужину. Вся
вселенная есть, такъ сказать, наша собственная эмаль,

а дѣйствительная вселенная песчинка. Обыкновенный человѣкъ никогда не постигнетъ ея, потому что, пытаясь постигнуть, онъ выдѣляетъ эмаль и видѣть только свою собственную эмаль. Теперь мы знаемъ, что разумѣется подъ Бритти. Самъ человѣкъ позади сознанія; сознаніе только орудіе въ его рукахъ, и это его разумная личность, что проглядываетъ черезъ сознаніе. Только когда вы стоите позади сознанія, оно становится разумнымъ. Когда человѣкъ оставляетъ его, оно распадается и отъ него ничего не остается. Итакъ, Читта—матерія сознанія, а Бритти—волны и зыбь, возникающія въ ней, когда по ней ударяютъ виѣшнія причины. Эти Бритти и есть вся наша вселенная. Дно озера мы не можемъ видѣть, потому что поверхность покрыта зыбью. Тогда, когда зыбь пропадетъ и вода успокоится, мы можемъ увидѣть проблескъ дна. Если вода мутна, дна не видно; если вода постоянно волнуется, дна также нельзя видѣть, и только, когда вода прозрачна и спокойна, мы видимъ дно. Это дно озера—наша собственная настоящая душа; самое озеро—Читта, а волны—Бритти.

Сознаніе бываетъ въ трехъ состояніяхъ. Одно состояніе—это темнота, оно называется Тамасъ и совершенно такое, какъ у звѣрей и идіотовъ; оно приходитъ въ движение только, чтобы причинять вредъ другимъ; никакая другая идея не приходитъ въ это состояніе сознанія. Второе состояніе сознанія—дѣятельное—Раджасъ, котораго главныя побужденія суть власть и наслажденіе—„Я хочу быть могущественнымъ и управлять другими“. Затѣмъ, наконецъ, когда волны успокаиваются и вода озера становится прозрачною, является состояніе, называемое Саттва—ясность, спокойствіе. Оно не бездѣятельно, но скорѣе напряженно дѣятельно. Оно есть величайшее проявленіе спокойной силы и легко становится дѣятельнымъ. Дайте свободу поводьямъ, и лошади выбросятъ васъ. Это можетъ сдѣлать каждый; но тотъ, кто можетъ остановить несущихъ лошадей, тотъ сильный человѣкъ. Что требуетъ больше силы, предоставить бѣжать или удержать? Спокойный человѣкъ не тотъ, кто бездѣйствуетъ, но тотъ, кто останавливаетъ волны,

и не слѣдуетъ ошибочно принимать Саттву за инертность или лѣнность. Дѣятельность есть проявленіе низшей силы, спокойствіе—высшей.

Читта всегда стремится принять свое естественное ясное состояніе, но органы выводятъ ее изъ него. Сдержать ее, обуздить склонность къ материальному и направить эту склонность обратно къ разумному существу (т. е. душѣ), есть первый шагъ въ Іогѣ, потому что только этимъ способомъ Читта можетъ принять свойственное ей спокойное состояніе. Хотя Читта есть у всѣхъ животныхъ, отъ самаго низшаго до самаго высшаго, но только въ человѣческой формѣ мы находимъ разумъ, и, пока матерія сознанія не можетъ принять формы разума, для нея невозможно пройти черезъ всѣ ступени и освободить душу. Для коровы или собаки, хотя онѣ и имѣютъ сознаніе, непосредственно достигнуть блаженства невозможно, потому что ихъ Читта не можетъ пока принять ту форму, которую мы называемъ разумомъ.

Читта проявляется въ различныхъ формахъ; безпорядочности, помраченности, слабости и сосредоточенности. Это четыре состоянія, въ которыхъ проявляется матерія сознанія. Первая, беспорядочная форма, есть дѣятельность, она стремится проявляться въ формѣ удовольствія или страданія. Слѣдующая тупая форма — помраченность, единственное побужденіе которой вредить другимъ. Комментаторъ говоритъ, что первая форма есть естественная для Девовъ, ангеловъ, а вторая — демонская форма. Викшипта есть форма, когда матерія сознанія стремится къ своему центру. Экагра, сосредоточенная форма Читты, есть то, что приводить насъ къ Самадхи.

3. Въ это время (время сосредоточенія) зряцій (Пуруша) покоится въ своемъ собственномъ (естественномъ) состояніи.

Какъ только волны остановились и озеро стало спокойнымъ, мы видимъ дно его. Тоже и съ сознаниемъ: когда оно спокойно, мы видимъ то, что составляетъ нашу собственную природу; не смѣшиваемъ себя ни съ чѣмъ, но остаемся сами собою.

4. Въ остальное время (внѣ сосредоточенія) зряцій сливается съ своими видоизмѣненіями.

Напримѣръ, я огорченъ, потому что кто-то порицааетъ меня. Это видоизмѣненіе Бритти, и я отождествляю себя съ нимъ; въ результатѣ страданіе.

5. Есть пять разрядовъ видоизмѣненій, связанныхъ съ страданіемъ и не связанныхъ.
6. Таковы: правильное знаніе, неразличеніе, устное заблужденіе, сонъ и память.
7. Прямое воспріятіе, заключеніе, и свидѣтельство компетентнаго лица суть доказательства.

Если два изъ нашихъ воспріятій не противорѣчать одно другому, мы считаемъ это доказательствомъ; если же я слышу нѣчто, но оно противорѣчить чему-нибудь, раньше наблюденному, я отвергаю его и не вѣрю ему. Существуетъ три рода доказательствъ: во-первыхъ, прямое воспріятіе, Пратьякшамъ: все что мы видимъ и чувствуемъ есть доказательство, если ничто не вводить въ заблужденіе чувства; я вижу міръ, и это достаточное доказательство, что онъ существуетъ. Во-вторыхъ, Анумана, заключеніе: вы видите признакъ и отъ этого признака приходите къ предмету, имъ обозначаемому. Въ-третьихъ, Аптавакхъямъ, прямое наблюденіе Іога, т. е. одного изъ тѣхъ, кто позналъ истину. Всѣ мы стремимся къ знанію, но вы и я должны стремиться настойчиво, и приходимъ къ знанію посредствомъ долгаго, утомительного процесса размышленія, а Іогъ, настоящій Іогъ, обходится безъ всего этого. Передъ его умомъ прошедшее, настоящее и будущее—подобно книгѣ, которую онъ читаетъ; онъ не нуждается во всемъ этомъ скучномъ процессѣ, и его слова суть доказательства, потому что онъ видить значеніе въ себѣ самомъ, онъ Всезнающій. Таковы, напримѣръ, авторы священныхъ писаній. Поэтому священные писанія суть доказательства, и, если бы кто-нибудь изъ нихъ авторовъ (Апта) жилъ теперь, ихъ слова были бы доказательствами. Нѣкоторые философы оспариваютъ такихъ Апта и спрашиваютъ: что доказываетъ, что сказанное ими правда? — Правда потому, что они

видѣли то, что говорять, а все, что я вижу, есть доказательство, если оно не противорѣчить прежнему знанію. Есть знаніе виѣ чувствъ и всегда, какъ оно не противорѣчить разуму и прежнему человѣческому опыту, это знаніе есть доказательство. Но какой-нибудь сумасшедший можетъ пройти въ эту комнату и сказать, что онъ видѣтъ кругомъ себя ангеловъ. Что же, это будетъ также доказательство? — Нѣтъ, это доказательствомъ не будетъ. Во-первыхъ, то, что можетъ быть доказательствомъ, должно быть дѣйствительнымъ знаніемъ, во-вторыхъ, оно не должно противорѣчить прежнему и, въ-третьихъ, оно должно соответствовать характеру сообщающаго. Говорятъ, что характеръ человѣка не имѣтъ значенія, а важно лишь то, что онъ говоритъ. Это вѣрно въ другихъ вещахъ: человѣкъ можетъ быть злымъ и все-таки сдѣлать астрономическое открытие; но въ религії это не такъ, потому что ни одинъ не чистый человѣкъ никогда не будетъ имѣть возможности овладѣть религіозными истинами. Поэтому прежде всего мы должны знать, что человѣкъ, который объявляетъ себя Апостоломъ не эгоистичное и святое лицо; во-вторыхъ, что онъ былъ виѣ чувствъ; въ-третьихъ, что то, что онъ говоритъ не противорѣчить прежнему знанію человѣчества. — Никакое новое открытие истины не противорѣчить прежней истинѣ, но согласуется съ ней. — Въ-четвертыхъ, эта истина должна представлять возможность повѣрки. Если человѣкъ говоритъ: „я видѣлъ видѣніе“, и заявляетъ, что для меня оно недоступно, я ему не вѣрю. Каждый долженъ имѣть возможность самъ его видѣть. Никто, кто продаетъ свое знаніе, не есть Апостолъ. Всѣ эти условия должны быть соблюдены. Во-первыхъ, вы должны знать, что человѣкъ чистъ и что онъ не имѣтъ никакихъ корыстныхъ побужденій, что онъ не жаждетъ выгоды или славы. Во-вторыхъ, онъ долженъ показать, что обладаетъ сверхзнаніемъ. Въ-третьихъ, онъ долженъ показать намъ что-нибудь, свѣдѣнія о чёмъ мы не можемъ получить отъ нашихъ чувствъ и что доставляетъ пользу миру. Мы должны видѣть, что оно не противорѣчить другимъ истинамъ; если оно противорѣчить другимъ научнымъ истинамъ, немедленно отбросьте его. Въ-четвертыхъ, человѣкъ этотъ

никогда не долженъ выдавать себя за что-то особенное, но представлять собою только то, чего всякий другой можетъ достигнуть. Итакъ, есть три рода доказательствъ: прямое чувство познанія, заключеніе и слова Апты. Я не могу точно перевести это слово. Оно не значитъ вдохновленный, потому что вдохновение приходитъ извнѣ, тогда какъ Апта отъ самого себя. Буквальное значеніе этого слова „достигшій“.

8. *Неразличеніе есть ложное знаніе, не подтверждаемое дѣйствительностью.*

Второе видоизмѣненіе Бритти *) есть неразличеніе, ошибочное принятіе одной вещи за другую, какъ, напримѣръ, если кусокъ жемчужной раковины принять за кусокъ серебра.

9. *Устное заблужденіе происходит отъ словъ, не имѣющихъ (соответствующей) реальности.*

Есть особый родъ Бритти, называемый Викальпа. Произнесено слово, и мы, не давъ себѣ времени обсудить его истинное значеніе, немедленно переходимъ къ заключенію. Это признакъ слабости Читты. Теперь вы можете понять, въ чемъ состоитъ сдержанность. Чѣмъ слабѣе человѣкъ, тѣмъ меньшею способностью сдерживаться онъ обладаетъ. Наблюдайте за собою постоянно въ этомъ отношеніи. Когда вы готовы впасть въ гнѣвъ или печаль, разберите, какъ можетъ быть, что какое-нибудь полученное вами извѣстіе ввергаетъ ваше сознаніе въ Бритти.

10. *Сонъ есть Бритти, обнимающее чувство пустоты.*

Слѣдующій разрядъ Бритти называется сномъ и сновидѣніемъ. Проснувшись, мы знаемъ, что спали; помнить же можемъ только наши ощущенія. О томъ, что не было нами воспринято, мы никогда не можемъ имѣть воспоминанія. Каждая реакція есть волна въ озерѣ. Итакъ, если во время сна сознаніе не имѣло волнъ, не будетъ никакихъ воспріятій, положительныхъ или отрицательныхъ, и потому мы не вспомнимъ ихъ. Настоящая причина сновидѣнія заключается въ томъ,

*) Первое видоизмѣненіе—правильное знаніе. Афоризмъ 6.

что во время сна въ сознаніи былъ нѣкоторый рядъ волнъ.

Память есть особый классъ Вритти, называемый Смитри.

11. Память есть слѣдствіе неисчезновенія (Вритти) воспринятыхъ предметовъ (впечатлѣнія отъ которыхъ вновь возникаютъ въ сознаніи).

Память имѣть тѣ же причины. Вы слышите слово. Оно, подобно камню, брошенному въ воду, производить въ озерѣ Читта зыбь, представляющую собою серію бороздъ; это и есть память (вспоминаніе). То же бываетъ и во снѣ. Когда особый родъ зыби въ Читтѣ, называемый сномъ, переходитъ въ зыбь воспоминанія, это называются сновидѣніемъ. Сновидѣніе есть форма зыби въ состояніи сна, которая въ бодрствующемъ состояніи называется памятью.

12. Власть надъ ними (Вритти) достигается упражненіемъ и отреченіемъ (отсутствиемъ привязанности).

Сознаніе, чтобы быть способнымъ къ отреченію, должно быть чистымъ, добрымъ и разумнымъ. Почему мы должны упражняться? — Потому, что всякое дѣйствіе подобно зыби на поверхности озера. Колебанія прекращаются, что же остается? — Самскары, впечатлѣнія. Когда большое число впечатлѣній остается въ сознаніи, они соединяются въ массу и становятся привычкою. Говорятъ: „привычка вторая натура“; это невѣрно: привычка — первая натура и вся натура человѣка; все, что мы есть, есть результатъ привычки. Это должно утѣшать насъ, потому что, если все въ насъ только привычка, то мы можемъ во всякое время какъ создать въ себѣ, такъ и уничтожить все, что хотимъ. Каждая изъ Самскаръ, являющихся слѣдствіемъ колебаній, выходящихъ изъ нашего сознанія, оставляетъ свои слѣды. Нашъ характеръ есть сумма такихъ слѣдовъ и, согласно тому, какая волна преобладаетъ, онъ принимаетъ соответствующій тонъ. Если преобладаетъ волна добра, онъ становится добрымъ, если слабость — слабымъ, если радость — счастливымъ. Единственное лѣкарство противъ дурныхъ привычекъ

— противоположная привычки; все дурные привычки, оставившие свои впечатления, должны быть побеждены хорошими привычками. Делайте добро, возбуждайте въ себѣ постоянно возвышенные мысли; это единственный способъ подавить низкие впечатления. Никогда не говорите, что какой бы то ни было человѣкъ безнадеженъ; потому что онъ представляетъ только известный характеръ, серию привычекъ, которыхъ могутъ быть обузданы новыми лучшими. Характеръ есть сумма привычекъ, и только созданиемъ новыхъ противоположныхъ привычекъ можно перевѣлать его.

13. Постоянное усилие держать ихъ (Вритти) въ совершенномъ подчиненіи есть упражненіе.

Что такое это упражненіе? — Стремленіе сдерживать сознаніе въ формѣ Читты, не позволять ему переходить въ волны.

14. Его почва укрѣпляется продолжительными и постоянными усилиями, сопровождаемыми страстью любовью (къ достигаемой цѣли).

Сдержанность не достигается въ одинъ день, но посредствомъ долгаго непрерывнаго упражненія.

15. Результатъ, получаемый тьми, которые отвергли жажду воспринимаемыхъ зрѣніемъ или слухомъ предметовъ, и состоящий въ господствѣ надъ этими предметами, есть отреченіе.

Есть двѣ побудительные причины нашихъ дѣйствій: 1) то, что мы сами видимъ и 2) опытъ другихъ.

Эти двѣ причины вызываютъ въ сознаніи (озерѣ) различныя волны. Отреченіе есть сила бороться противъ нихъ и держать сознаніе въ подчиненіи.

Отреченіе отъ побужденій есть то, чего намъ недостаетъ. Я иду по улицѣ, и кто-нибудь подходитъ и беретъ мои часы. Это мой собственный опытъ. Я самъ вижу это, и моя Читта немедленно начинаетъ волноваться, принимая форму гнева. Не допускайте этого. Если вы не можете помѣшать развиться гневу,

вы — ничто; если можете, вы овладѣли Вайрагьямъ. Житейскій опытъ учить насъ, что чувственныя наслажденія составляютъ самую высшую цѣль. Это ужасный соблазнъ. Отвергать его и не позволять сознанію принимать соответствующую ему форму есть отреченіе; подчинять двойную причину силъ, возникающихъ изъ моего собственного опыта и изъ опыта другихъ, и такимъ образомъ не позволять Читтѣ быть зависимой отъ нихъ есть Вайрагьямъ. Силы должны быть управляемы мною, а не я ими. Этотъ родъ проявленія умственной моціи называется отреченіемъ. Вайрагьямъ есть единственный путь къ свободѣ.

16. Это крайнее отреченіе, отвергающее даже качества, показываетъ Пурушу (настоящую природу ея).

Самое высшее проявленіе могущества есть то, когда оно устраниетъ даже наши привязанности къ качествамъ.

Мы должны сначала понять, что такое Пуруша, Сущее, и что такое качества. Согласно философіи Йоги, вся природа состоитъ изъ трехъ качествъ: одно называется Тамасъ, другое — Раджасъ и третье — Саттва. Эти три качества проявляются въ физическомъ мірѣ какъ притяженіе, отталкиваніе и управлениe. Все, что существуетъ въ природѣ, всѣ ея проявленія, суть сочетанія и сочетанія вновь этихъ трехъ силъ. Согласно послѣдователямъ школы Санкья, природа дѣлится на различныя категоріи. Сущность же человѣка выше ихъ всѣхъ, выше всей природы. Она озаряется Свою собственою природою. Она чиста и совершенна. Все разумное, что мы видимъ въ природѣ, есть только отраженіе въ природѣ этой Сущности. Природа сама безчувственна. Вы должны помнить, что слово природа заключаетъ въ себѣ также мысль, — мысль есть сила природы; отъ мысли (внизъ) до самой грубой формы матеріи, — все есть проявленіе природы. Природа закрываетъ Сущность человѣка, и, когда она убираетъ свой покровъ, Сущность является незакрытою покрываломъ и показывается въ своемъ собственномъ блескѣ. Отреченіе, какъ оно описано въ 15-мъ афоризмѣ (какъ подчиняющее природу), больше всего способствуетъ къ проявленію Сущности. Слѣ-

дующій афоризмъ опредѣляетъ Самадхи, полное сосре-
доточеніе, которое есть цѣль Іоги.

17. *Сосредоточеніе, называемое правильнымъ знаніемъ, есть то, за которымъ слѣдуетъ разсужденіе, рас-
познаваніе, блаженство, безкачественное „я“.*

Самадхи дѣлится на два вида. Одинъ называется Сампрайната, а другой — Асампрайната. Сампрайната имѣть четыре видоизмѣненія. Въ этомъ Самадхи человѣкъ пріобрѣтаетъ власть надъ всѣми силами, управляющими природой. Первое его видоизмѣненіе называется Савитарка, когда сознаніе созерцаеть только одинъ предметъ, выдѣляя его отъ другихъ. Есть два рода предметовъ для созерцанія: категоріи природы и Пуруша. Категоріи въ свою очередь бываютъ двухъ родовъ: двадцать четыре неразумныя и одна разумная — Пуруша. Когда сознаніе сосредоточено на элементахъ природы, думая объ ихъ началѣ и концѣ, это одинъ родъ Савитарки. Эти слова требуютъ объясненія. Эта часть Іоги основана вполнѣ на философіи Санкья, о которой я уже говорилъ вамъ. Какъ вы припомните, чувство своего „я“, воля и сознаніе имѣютъ общее основаніе, и это общее основаніе есть Читта, матерія сознанія, изъ которой они всѣ вырабатываются. Эта матерія сознанія беретъ силы изъ природы и выдѣляетъ ихъ какъ мысль. Но, опять-таки, должно быть нѣчто, представляющее собою сразу и силу и матерію. Это нѣчто называется Авьяктамъ, непроявленное состояніе природы до сотворенія, и къ нему послѣ конца цикла возвращается вся природа, чтобы опять выйти изъ него послѣ другого періода. Надъ нею есть Пуруша, сущность разума. Въ достижениіи могущества нѣтъ освобожденія. Оно есть мірская погоня за наслажденіями, но наслажденій нѣтъ въ этой жизни; всякие поиски наслажденій напрасны: это старая, старая истина, которую человѣкъ такъ трудно усваиваетъ. Когда онъ познаетъ ее, онъ освобождается отъ природы и становится свободнымъ. Обладаніе тѣмъ, что называется оккультными силами, только расширяетъ міръ природы и въ концѣ усиливаетъ страданіе. Хотя, какъ ученый, Патанджали былъ обязанъ указать на возможность такого знанія, но

онъ никогда не упускаетъ случая предостеречь нась противъ пользованія этими силами. Знаніе есть власть, и, какъ только мы узнаемъ предметъ, мы достигаемъ власти надъ нимъ; также, когда сознаніе начинаетъ созерцать различные элементы, оно достигаетъ власти надъ ними. Тотъ родъ созерцанія, въ которомъ вѣщіе грубые элементы составляютъ объекѣтъ, называется Савитарка. Тарка значитъ вопросъ, Савитарка — совопросъ, т. е. разсмотрѣніе элементовъ, какъ могутъ передать свои истины и силы человѣку, размышляющему о нихъ. Но если при этомъ же созерцаніи кто-нибудь стремится изъять элементы изъ времени и пространства и думаетъ о нихъ, какъ они есть (сами въ себѣ), это называется Нирватарка, — безъ вопроса. Когда созерцающій идетъ степенью выше и береть своимъ предметомъ Танматрасъ и думаетъ о немъ, какъ о находящемся во времени и пространствѣ, это называется Савачара, съ различиемъ; а когда то же самое созерцаніе идетъ выше времени и пространства, и человѣкъ думаетъ о тонкихъ элементахъ, какъ они есть, это называется Нирвачара, безъ различія. Слѣдующая степень, — когда всѣ элементы, какъ грубые, такъ и тонкие отбрасываются, и предметомъ созерцанія служить внутренній мыслящій органъ, и если при этомъ онъ мыслится какъ лишенный качествъ дѣятельности и инертности, — называется Санандамъ, блаженная Самадхи. Эта Самадхи, — когда мы думаемъ о сознаніи, какъ о предметѣ созерцанія, но еще не достигли высшаго состоянія сознанія, когда оно становится вполнѣ зрѣлымъ и сосредоточеннымъ; когда всѣ идеи о грубыхъ или тонкихъ элементахъ отбрасываются, и предметомъ является только сознаніе, какъ оно есть; когда отъ „я“ остается только состояніе Сатва, отдѣленное отъ всѣхъ другихъ предметовъ, — называется Асмита Самадхи; и человѣкъ, который достигъ его, достигъ того, что въ Ведахъ называется „лишенный тѣла“. Онъ можетъ думать о себѣ, какъ о не имѣющемъ грубаго, но имѣющемъ тонкое тѣло. Тѣ, кто въ этомъ состояніи погружаются въ природу, не достигнувъ цѣли, называются Пракритиляйя; тѣ же, кто не останавливаются ни на какихъ наслажденіяхъ, достигаютъ цѣли, которая есть освобожденіе.

18. Есть другое Самадхи, достигаемое постояннымъ упражнениемъ въ прекращеніи всякой умственной дѣятельности, въ которомъ Читта удерживаетъ только непроявленная впечатлѣнія.

Это есть совершенная сверхсознательная Асампрайната Самадхи, состояніе, которое даетъ намъ свободу. Первое состояніе не даетъ свободы, не освобождаетъ душу. Человѣкъ можетъ достичь всякаго рода могущества и все-таки опять упасть. Нѣть никакой обеспеченности, пока душа не стала выше природы и выше сознательного сосредоточенія. Достигнуть этого трудно, хотя методъ достижениія очень легкій. Методъ состоять въ томъ, чтобы держать сознаніе какъ объектъ и, какъ только приходитъ мысли, прогонять ихъ, не позволяя никакой мысли приходить въ сознаніе и дѣлая его такимъ образомъ совершенно свободнымъ. Въ моментъ, когда вы дѣйствительно это сдѣлаете, вы достигнете освобожденія. Лицамъ, пытающимся безъ выработки и подготовки сдѣлать свое сознаніе свободнымъ, удается только какъ бы покрыть его Тамасомъ, элементомъ невѣдѣнія, который дѣлаетъ сознаніе темнымъ и неразумнымъ и приводить ихъ къ мысли, что они произвели въ немъ пустоту. Способность осуществить это есть проявленіе громадной силы высшаго управлениія. Когда это состояніе Асампрайната, сверхсознанія, достигнуто, Самадхи становится безсѣмяннымъ. Что этимъ выражается?—Въ томъ состояніи сосредоточенія, когда есть сознательность, когда сознаніе успѣло только утишить волны Читты и остановить ихъ, они еще остаются въ формѣ стремленій, и эти стремленія (или сѣмена) сдѣлаются опять волнами, когда придетъ время. Но, когда вы уничтожили всѣ стремленія, почти уничтожили сознаніе, тогда оно становится безсѣмяннымъ: въ сознаніи нѣть больше никакихъ сѣмянъ, изъ которыхъ бы опять и опять вырабатывалось растеніе жизни, этотъ безпрерывный кругъ рождения и смерти. Вы можете спросить: какое же это будетъ состояніе, въ которомъ мы не будемъ имѣть никакого знанія?—То, что мы называемъ знаніемъ, есть низшее состояніе, чѣмъ то, которое за

предѣлами знанія. Вы должны постоянно помнить, что крайности кажутся очень похожими. Низкія колебанія свѣта есть темнота и очень высокія колебанія также темнота, но одна настоящая темнота, другое свѣтъ крайче напряженный; и, тѣмъ не менѣе, они кажутся однимъ и тѣмъ же. Невѣжество есть самое низшее состояніе, знаніе есть среднее состояніе и сверхзнаніе высшее состояніе. Само знаніе есть нѣчто выработанное, соединеніе; оно не есть дѣйствительность. Какой будетъ результатъ постояннаго упражненія въ этомъ высшемъ сосредоточеніи?—Всѣ старыя склонности къ беспокойству и инертности будутъ уничтожены такъ же, какъ и склонность къ пользѣ. Это совершенно то же, что съ металлами, которые употребляются съ золотомъ, чтобы отнять грязь и лигатуру. Когда золото плавится, шлакъ сгораетъ вмѣстѣ съ лигатурою. Такъ и это постоянное управлѣніе силою остановитъ прежнія дурныя наклонности, а попутно также и хорошия. Добрыя и злыя наклонности будутъ вытѣсняты другъ друга, и останется душа во всемъ ея удивительномъ великолѣпіи, не спутанная ни добромъ, ни зломъ; и эта душа—вездѣсущая, всемогущая и всезнающая. Отказываясь отъ всячаго могущества, она становится всемогущею; отказываясь отъ всякой жизни, она выше смерти, она сама становится жизнью. Тогда душа узнаетъ, что она не имѣть ни рожденія, ни смерти, не нуждается ни въ небѣ, ни въ землѣ. Она узнаетъ, что она не пришла, ни ушла; передъ нею двигалась только природа и ея движеніе отражалось на душѣ. Свѣтлая форма движется и, отражаясь, отбрасывается камeroю на стѣну, а стѣна безразсудно думаетъ, что движется она. То же со всѣми нами: Читта постоянно движется, проявляя себя въ разныхъ формахъ, а мы думаемъ, что эти формы мы. Всѣ эти заблужденія исчезнутъ. Когда свободная Душа прикажетъ,—не будетъ молиться или просить, но прикажетъ,—тогда, что бы Она ни пожелала, будетъ немедленно исполнено; Она будетъ въ состояніи сдѣлать все, что бы ни захотѣла. Согласно философіи Санкья, это не Богъ. Санкья говоритъ, что не можетъ быть никакого Бога въ этой вселенной, потому что, еслибы Онъ былъ, Онъ долженъ бы быть

Душою, а Душа должна быть или связанною или свободною. Какъ душа, которая связана и управляема природою, можетъ творить? Она сама рабъ. Съ другой стороны, съ чего Душа, которая свободна, станетъ творить и проявлять всѣ эти вещи? Она не имѣть никакихъ желаній, и потому не можетъ имѣть никакой нужды творить. Она говоритъ также, что въ теоріи о Богъ нѣтъ и необходимости,—природа одна объясняетъ все; какая же надобность въ Богѣ? Капила учитъ, что есть много душъ, которыя хотя почти достигаютъ совершенства, но не достигаютъ вполнѣ, потому что не могутъ еще отказаться отъ всякаго могущества. Ихъ сознанія, на нѣкоторое время погружаются въ природу, чтобы выйти изъ нея властелинами. Такие боги есть. Мы всѣ будемъ такими богами, и, согласно Санкья, Богъ, о которомъ говорится въ Ведахъ, на самомъ дѣлѣ значитъ одна изъ этихъ свободныхъ душъ. Выше ихъ нѣтъ одного вѣчно свободного и блаженного создателя вселенной. Но Іоги говорятъ: „Нѣтъ, есть Богъ; есть одна Душа, отличная отъ всѣхъ остальныхъ душъ, и Онъ есть вѣчный Властитель всего созданного, Вѣчно Свободный Учитель всѣхъ учителей“. Іоги признаютъ, что тѣ, которыхъ Санкья называетъ погруженными въ природу, также существуютъ, что есть Іоги, которые не достигли совершенства и, хотя на время лишенные достиженія цѣли, остаются правителями части вселенной.

19. *Самадхи, не сопровождаемое крайнимъ отречениемъ, становится причиной новыхъ явлений боговъ и тьхъ, которые слились съ природой.*

Богами въ индусскихъ системахъ называются достигшія значительного, но не полного совершенства души, исполняющія нѣкоторыя высокія миссіи.

20. *Другими это Самадхи достигается путемъ впры, энергіи, памяти, сосредоточенія и различенія дѣйствительного.*

Это суть тѣ, кто не желаетъ положенія боговъ или даже управляющихъ циклами. Они достигаютъ освобожденія.

21. Успѣхъ достигается быстро при наивысшей энергіи.
22. Онь (Самадхи) затѣмъ различны въ зависимости отъ употребленныхъ средствъ: легкихъ, среднихъ или высшихъ.
23. Или преданностью Иварь.
24. Ивара (верховный правитель) есть особая Пуруша, непричастная страданію, сльдствію дѣйствій или желаній.

Мы опять должны вспомнить, что эта философія Іога Патанджали основана на философіи Санкья, но только въ послѣднемъ нѣтъ мѣста для Бога, тогда какъ Іоги признаютъ существованіе Бога, не признавая однако многихъ идей о Немъ, какъ напримѣръ, созданія. Богъ, какъ создатель вселенной, не подразумѣвается подъ Иварой Іоговъ, хотя, согласно Ведѣ, Ивара есть Создатель вселенной. Такъ какъ вселенная гармонична, она должна быть проявленіемъ одной воли. Іоги, какъ и Санкья, избѣгаютъ вопроса о созданіи, не желая установить бытіе Бога, приходить къ понятію о Немъ своимъ особеннымъ способомъ. Они говорятъ:

25. Въ немъ становится безконечнымъ то всевѣдѣніе, которое въ другихъ только въ зародыши.

Сознаніе постоянно переходить отъ одной крайности къ другой. Вы можете думать объ ограниченномъ пространствѣ, но самая мысль о немъ приводитъ васъ къ безпредѣльному пространству. Закройте ваши глаза и думайте о маленькомъ пространствѣ; въ то самое время, какъ вы представляете маленький кругъ, вокругъ него представится кругъ безпредѣльного протяженія. То же самое съ временемъ: попробуйте думать объ одной секундѣ, и, вмѣстѣ съ актомъ этого представлениія, явится представлениe о времени безграничномъ. То же и съ знаніемъ: человѣкъ обладаетъ только зачаткомъ знанія; но вы не можете не мыслить безконечного знанія вокругъ него, такъ какъ сама наша природа подсказываетъ намъ, что существуетъ неограниченное знаніе. Это неограниченное знаніе Іоги называютъ Богомъ.

26. Онъ будучи неограниченъ временемъ, есть наставникъ самыхъ древнихъ учителей.

Несомнѣнно, что все знаніе внутри нась самихъ; но оно должно быть вызвано посредствомъ другого знанія. Хотя способность знать заключается внутри нась, она должна быть вызвана, и этотъ вызовъ знанія можетъ быть достигнутъ, какъ говорить одинъ Іогъ, черезъ другое знаніе. Мертвая, неразумная матерія никогда не вызываетъ знанія; знаніе обнаруживается дѣйствіемъ знанія. Знающія существа должны быть съ нами, чтобы вызвать то, что есть въ нась, такъ что учителя были всегда необходимы. Миръ никогда не былъ безъ нихъ: и никакое знаніе не могло пройти безъ нихъ. Богъ есть учитель всѣхъ учителей, потому что эти учители, какъ бы они ни были велики,—боги или ангелы,—всѣ были связаны и ограничены временемъ, а Богъ не ограниченъ временемъ. Іоги, такимъ образомъ, приходятъ къ двумъ своимъ особеннымъ выводамъ. Первый — тотъ, что, думая объ ограниченномъ, сознаніе должно думать о неограниченномъ, и что, если одна часть воспріятія вѣрна, другая тоже должна быть вѣрна на томъ основаніи, что ихъ достоинство, какъ воспріятій сознанія, одинаково. Простой фактъ, что человѣкъ имѣеть маленькое знаніе, показываетъ, что Богъ имѣеть безграничное знаніе. Если я могу пріобрѣсть одно, почему не могу имѣть другое? Разумъ побуждаетъ меня брать оба или отказаться отъ обоихъ. Если я вѣрю, что есть человѣкъ съ небольшимъ знаніемъ, я долженъ также признать, что есть кто-нибудь позади его съ безграничнымъ знаніемъ. Второй выводъ — тотъ, что никакое знаніе не можетъ быть пріобрѣтено безъ помощи учителя. Вѣрно, какъ говорять новѣйшіе философы, что въ человѣкѣ есть нечто, что развивается изъ него самого; все знаніе есть въ человѣкѣ, но необходима известная среда, чтобы вызвать его. Мы не можемъ получить никакого знанія безъ учителя. Если есть люди-учители, боги-учители или ангелы-учители, то всѣ они ограничены; кто же былъ учителемъ до нихъ? — Мы вынуждены принять, какъ послѣднее заключеніе, Одного Учителя, неограниченного временемъ, и этотъ Одинъ

Учитель безконечного знанія, безъ начала и конца, называется Богомъ.

27. Выражающее его слово есть „Ом.“ *)

Всякая идея, существующая въ сознаніи, имѣть соотвѣтственную часть въ словѣ; слово и мысль нераздѣльны. Внѣшняя часть мысли есть то, что мы называемъ словомъ, а внутренняя часть то, что мы называемъ идеей. Ни одинъ человѣкъ не можетъ путемъ анализа отдѣлить идею отъ слова. Доказано, что мысль, будто языкъ былъ созданъ людьми, т. е., что известные люди сидѣли и рѣшали вопросы о словахъ, — ложна. Слова и языкъ были съ тѣхъ поръ, какъ существуютъ вещи. Какое соотношеніе между идею и словомъ? — Хотя мы видимъ, что съ идеей всегда должно быть слово, нѣть необходимости, чтобы одна и та же идея требовала одного и того же слова. Идея можетъ быть одна и та же въ двадцати различныхъ странахъ, между тѣмъ какъ языкъ разный. Мы должны имѣть слово для выраженія каждой идеи, но нѣть надобности, чтобы это слово имѣло тотъ же самый звукъ. Звуки различны у разныхъ націй. Нашъ комментаторъ говоритъ: „хотя вполнѣ естественно, что между идеей и словомъ существуетъ соотношеніе, однако же это не значитъ, что между каждымъ звукомъ и идею соотношеніе должно быть строго определенное“. Звуки измѣняются, между тѣмъ, какъ отношеніе между звуками и идеями естественно одно. Отношеніе между идеями и звуками тогда только хорошо, если существуетъ дѣйствительное отношеніе между обозначаемой вещью и символомъ, и безъ этого символъ никогда не войдетъ во всеобщее употребленіе. Символъ есть выразитель обозначаемой вещи, и если обозначаемая вещь имѣеть уже существованіе, и если по опыту мы знаемъ, что символъ обозначаетъ эту вещь долгое время, мы увѣрены, что имѣется дѣйствительное соотношеніе между ними. Даже если вещи нѣть налицо, тысячи узнаютъ ее по ея символу. Должно быть естественное соотношеніе между символомъ и обозначаемою вещью; тогда, если символъ

*) Произносится почти какъ „аум“.

произнесенъ, онъ напоминаетъ обозначаемую имъ вещь. Комментаторъ говоритъ, что выраждающее Бога слово есть „Ом“. Почему онъ настаиваетъ на этомъ? Есть сотни словъ для обозначенія Бога. Идея „Богъ“ связана съ сотнею словъ, и каждое изъ нихъ признается символомъ Бога. Но должно быть обобщеніе всѣхъ этихъ словъ, нѣкоторый субстратъ, нѣкоторое общее основаніе всѣхъ этихъ символовъ; и тотъ символъ, который есть общий символъ, будетъ наиболѣе наилучшимъ и дѣйствительнымъ символомъ всѣхъ. Произнося слово, мы употребляемъ гортань и небо, какъ резонаторъ. Есть ли какой-нибудь основной звукъ, наиболѣе натуральный?—Такой звукъ есть Ом (Аум)—основаніе всѣхъ звуковъ. Первый звукъ „А“ коренной звукъ, ключъ, произносимый безъ прикосновенія какой-нибудь части языка или неба; „М“, будучи произносимъ закрытыми губами, представляетъ послѣдній звукъ въ серіи, и „У“ катится отъ самаго корня къ концу резонатора рта. Такимъ образомъ, Ом представляетъ собою цѣлое явленіе производства звука. Какъ таковой, онъ долженъ быть естественнымъ символомъ, основаніемъ всѣхъ различныхъ звуковъ. Онъ обозначаетъ цѣлый рядъ и возможность всѣхъ словъ, которыхъ могутъ быть образованы. Независимо отъ этихъ соображеній, мы видимъ, что на этомъ словѣ Ом сходятся всѣ религіозныя идеи Индіи; всѣ различные религіозныя идеи Ведъ собраны вокругъ этого слова Ом. Какое значеніе это можетъ имѣть для Америки, Англіи и какой-либо другой страны? Только то, что это слово удержалось на всѣхъ ступеняхъ развитія религіознаго роста Индіи и употреблялось для обозначенія всѣхъ различныхъ идей о Богѣ. Дуалисты, Монодуалисты, Дисседенты и даже Атеисты приняли этотъ Ом. Ом сталъ единственнымъ символомъ для религіознаго стремленія огромнаго большинства человѣческихъ существъ. Возьмемъ, напримѣръ, англійское слово „God“. Оно покрываетъ только ограниченную функцию, и, если вы пойдете дальше ея, вы должны прибавить прилагательное, назвать его Личнымъ или Безличнымъ, или Абсолютнымъ Богомъ. То же относится до словъ, обозначающихъ Бога во всѣхъ другихъ языкахъ: ихъ значенія очень ограничены. Слово же Ом, наоборотъ,

обнимаетъ всѣ различныя обозначенія и, какъ таковое, должно быть принято всѣми.

28. *Повтореніе его (Ом) и размышеніе о его значеніи (есть путь)*

Къ чemu это повтореніе? — Мы не забыли теоріи Самскаръ, что сумма впечатлѣній остается въ сознанії. Въ сознаніи остаются всѣ впечатлѣнія, вся ихъ сумма; они становятся болѣе и болѣе скрытыми, но все же остаются тамъ и, какъ скоро получать соотвѣтственное возбужденіе, вновь обнаруживаются. Молекулярные колебанія никогда не прекращаются. Когда вселенная разрушается, всѣ крупныя колебанія исчезаютъ; солнце, луна, звѣзды и земля исчезнутъ, но вибраціи должны остаться въ атомахъ. Каждый атомъ будетъ производить тѣ же отправленія, какія производятъ огромные міры. Подобнымъ образомъ, колебанія Читты стихнутъ, но будутъ продолжаться, какъ молекулярные колебанія, и получивъ вновь возбужденіе, обнаружатся опять. Теперь намъ понятно, что значить повтореніе. Оно есть самый великий возбудитель Самскаръ. „Одинъ моментъ сообщества съ Святымъ заставитъ овцу переплыть этотъ океанъ жизни“. Таково могущество общества. Повтореніе Ом и размышеніе о его значеніи есть также поддержаніе въ сознаніи хорошаго общества. Упражняйтесь въ умѣніи размышлять, и размышляйте, когда научитесь. Такимъ путемъ придется къ вамъ свѣтъ, проявится сущность. Но необходимо постоянно думать объ Ом и размышлять о его значеніи. Избѣгайте дурного общества, потому, что въ васъ есть рубцы старыхъ ранъ, а дурное общество есть именно тотъ жаръ, который вызываетъ возобновленіе ихъ; хорошее общество, наоборотъ, вызоветъ хорошія впечатлѣнія, которыя есть въ васъ, но которыя стали скрытыми. Въ этомъ мірѣ для насъ нѣть ничего болѣе благодѣтельного, чѣмъ хорошее общество, потому что подъ его вліяніемъ всѣ наши хорошія впечатлѣнія получаютъ стремленія обнаруживаться.

29. *Отсюда приобрѣтается наука интроспекціи (умѣніе смотрѣть внутрь) и уничтоженія препятствій.*

Первое проявление повторения и думанья объ Ом будетъ то, что интроспективная сила станетъ проявляться больше и больше, и всѣ умственныя и физическая препятствія начнутъ исчезать.

Что же это за препятствія для Іога?

30. *Болѣзнь, умственная лѣнность, сомнѣніе, апатія, перерывъ, ложная воспріятія, неуспѣхъ въ сосредоточеніи и паденіе съ достигнутої высоты суть заграждающія (путь) препятствія.*

Болѣзнь. Наше тѣло есть судно, которое перенесеть насъ на другой берегъ океана жизни. Необходимо заботиться о немъ. Нездоровыя люди не могутъ быть Іогами. Умственная лѣнъ заставляетъ насъ терять всякий живой интересъ къ предмету, безъ кого-либо не будетъ ни желанія, ни энергіи упражняться. Какъ бы ни было сильно убѣжденіе человѣка въ вѣрности этой науки, въ его сознаніи будутъ все-таки возникать сомнѣнія до тѣхъ поръ, пока не явятся нѣкоторыя особенные физическія явленія, какъ, напр., слышаніе и видѣніе на разстояніи и т. п. Эти промежутки укрѣпятъ умъ и сдѣлаютъ обучающагося настойчивымъ.

Паденіе послѣ достиженія. Въ теченіе нѣсколькихъ дней или недѣль упражненій сознаніе будетъ спокойно и легко сосредоточиваемо, и вы найдете, что быстро двигаетесь впередъ; но наступить день, когда быстрые ваши успѣхи остановятся, и вы увидите себя какъ бы выкинутыми на берегъ. Будьте настойчивы. Всякий успѣхъ сопровождается такими подъемами и паденіями.

31. *Скорбь, спутанность мыслей, дрожаніе тѣла, неправильное дыханіе сопровождаютъ неудержаніе сосредоточенія.*

Сосредоточеніе приноситъ полное спокойствіе уму и тѣлу во все время, когда въ немъ упражняются. Когда упражненіе ведется непостоянно и неправильно, наступаетъ беспокойство. Повтореніе „Ом“ и представление себя Богу укрѣпитъ умъ и принесетъ новую энергію. Нервная дрожь является почти у

каждаго. Не думайте о ней, но продолжайте упражняться. Упражненіе излѣчить ее, и вы будете сидѣть спокойно.

32. Для излѣченія этого (слѣдуетъ дѣлать) упражненіе надъ однимъ предметомъ.

Принужденіемъ сознанія удерживать форму одного предмета въ теченіе нѣкотораго времени эти препятствія уничтожаются. Это общий совѣтъ. Въ слѣдующихъ афоризмахъ это объясняется и разбирается въ подробностяхъ. Такъ какъ одно и то же упражненіе не можетъ быть подходящимъ для каждого, то предлагаются разные методы, и каждый собственнымъ опытомъ найдетъ тотъ, который наиболѣе ему подходитъ.

33. Дружба, милосердіе, радость, равнодушіе, дѣланіе себя предметомъ размышенія въ связи съ предметами, счастливымъ или несчастливымъ, добрымъ или злымъ,—смотря по условіямъ,— успокаиваетъ Читту.

Слѣдуетъ имѣть эти четыре сорта идей.

Мы должны дружественно относиться ко всѣмъ, быть милосердны къ несчастнымъ, счастливы при видѣ счастливыхъ и равнодушны къ злымъ. Такое отношеніе должно быть ко всему насы окружающему. Если объектъ нашей мысли хорошъ, мы должны чувствовать къ нему доброжелательство и радоваться; если онъ несчастенъ, мы должны быть милосердны къ нему; если онъ дуренъ, мы должны быть равнодушны. Эта постановка сознанія по отношенію къ различнымъ предметамъ, которые являются передъ нами, дѣлаетъ сознаніе спокойнымъ; наибольшія изъ затрудненій нашей повседневной жизни происходятъ отъ того, что мы неспособны поддерживать сознаніе въ этомъ направленіи. Напримеръ, если человѣкъ причиняетъ намъ вредъ, мы немедленно хотимъ реагировать на зло, и каждая такая реакція показываетъ, что мы не въ состояніи усмирить Читту: она выступаетъ въ видѣ волнъ навстрѣчу впечатлѣнію, и мы теряемъ надъ нею власть. Всякая реакція, въ видѣ ненависти или зла, есть

большой вредъ для сознанія; а всякая злая мысль, ненависть, или мысль о противодѣйствіи, если они подавлены, послужатъ намъ въ пользу. Сдерживая себя такимъ образомъ, мы не теряемъ, а выигрываемъ безконечно больше, чѣмъ подозрѣваемъ. Всякій разъ, какъ мы подавляемъ въ себѣ ненависть или чувство гнѣва, мы накопляемъ тѣмъ массу полезной для насъ энергіи, и эта энергія преобразуется затѣмъ въ высшія силы.

34. Выдыхая и удержанная дыханіе.

Здѣсь говорится о Пранѣ. Слово Прана не знать дыханіе. Оно есть название энергіи, проникающей всю вселенную. Все, что вы видите во вселенной, все, что движется или работает, или имѣеть жизнь, все это—проявленіе Праны. Праной называется сумма энергіи, проявляющейся во вселенной. Эта Прана, раньше чѣмъ начался циклъ, остается въ почти неподвижномъ состояніи, а когда циклъ начинается, Прана начинаетъ сама проявляться. Прана это то, что проявляется какъ движение, какъ нервное движение въ людяхъ или животныхъ, какъ мысль и т. д. Вся вселенная, включая и человѣческое тѣло, есть сочетаніе Праны и Аказы. Изъ Аказы образуются различные элементы предметовъ, которые вы чувствуете и видите, а изъ Праны всѣ различныя силы. Выпускание и задерживаніе Праны есть то, что называется Пранаіама. Патанджали, отецъ Іога-философіи, не даетъ много указаний для Пранаіамы; но позже другіе Іоги открыли многое относительно Пранаіамы и сдѣлали изъ нея обширную науку. Согласно Патанджали, Пранаіама представляетъ собою одинъ изъ многихъ способовъ, но онъ не придастъ ей особенного значенія. Онъ полагаетъ, что слѣдуетъ просто выдыхать воздухъ и вдыхать его, на нѣкоторое время задерживая, что透过 это сознаніе сдѣлается немногого спокойнѣе и только. Но дальше вы увидите, что изъ этого развилась особая наука, называемая Пранаіама. Я не буду особенно распространяться о томъ, что говорить о ней позднѣйшиe Іоги. Кое-что я уже сообщалъ вамъ, а теперь сдѣлаю лишь маленькое повтореніе, чтобы закрѣпить сказанное въ вашей памяти. Во-первыхъ,

вы должны вспомнить, что Прана не дыханіе, а то, что служитъ причиною движенія дыханія; Прана это жизнь дыханія. Кромѣ того, слово Прана употребляется въ примѣненіи ко всѣмъ чувствамъ; всѣ они называются Праной; Праной же называютъ и сознаніе. Итакъ, мы видимъ, что Прана есть название нѣкоторой силы, хотя, въ сущности, силой назвать ее нельзя, потому что сила есть только ея проявленіе. Она есть то, что само проявляется въ видѣ силы и всего производящаго движеніе. Читта, матерія сознанія, есть орудіе, втягивающее Прану изъ окружающаго и вырабатывающее изъ нея различныя жизненные силы: прежде всего тѣ силы, которыя сохраняютъ цѣлость тѣла, а затѣмъ мысль, волю и всѣ другія способности. Посредствомъ процесса дыханія, мы можемъ управлять всѣми различными движеніями въ тѣлѣ и различными нервными токами, проходящими черезъ тѣло. Сначала мы начнемъ распознавать ихъ, и потомъ медленно приобрѣтемъ способность управлѣнія ими. Позднѣйшиѳ Іоги считаютъ, что въ человѣческомъ тѣлѣ есть три главныхъ проводника, по которымъ направляется Прана: одинъ называется Ида, другой—Пингала и третій—Сусумна. Пингала по ихъ объясненію есть правая сторона спинного мозга, Ида—лѣвая сторона, а въ серединѣ спинного мозга находится Сусумна,—свободный каналъ. Ида и Пингала, по ихъ мнѣнію, суть проводники, дѣйствующіе въ каждомъ человѣкѣ, и посредствомъ этихъ проводниковъ мы производимъ всѣ жизненные отправленія. Сусумна находится у всѣхъ, какъ возможность, но она дѣйствуетъ только у Іоговъ. Вы должны помнить, что Іоги измѣняютъ свое тѣло: по мѣрѣ того, какъ вы подвигаетесь впередъ въ упражненіи, ваше тѣло измѣняется; оно уже не то самое тѣло, которое вы имѣли до упражненія. Это вполнѣ рационально и объяснимо: такъ всякая наша новая мысль должна какъ бы сдѣлать новый проходъ въ мозгу, чѣмъ и объясняется страшный консерватизмъ человѣческой природы. Натура человѣка любить слѣдоватъ путями, уже существующими въ немъ, потому что это легче. Если мы представимъ себѣ для примѣра, что сознаніе есть игла, а мозговая субстанція мягкой матеріалъ, находящейся

передъ нею, тогда каждая наша мысль дѣластъ въ мозгу какъ бы борозду, и эта борозда изгладилась бы; но является сѣрое вещество и обволакиваетъ поверхность борозды, чтобы разъединить края ея. Если бы не было сѣраго вещества, не было бы никакой памяти, потому что память означаетъ прохожденіе мысли по этимъ старымъ бороздамъ, какъ бы новое прочерчиваніе по прежнему пути. Вы, можетъ быть, замѣтили и теперь, что когда я говорю о предметахъ, въ которыхъ излагаю нѣсколько идей хорошо знакомыхъ каждому, комбинируя ихъ такъ и этакъ, за ними легко слѣдить, потому что пути для нихъ уже имѣются въ сознаніи каждого и необходимо только пройти снова по нимъ. Но, разъ является новый предметъ, долженъ быть сдѣланъ новый проходъ, и тогда этотъ предметъ понимается не такъ легко. Вотъ почему мозгъ (мозгъ, а не сами люди) безсознательно отказывается подчиняться вліянію новыхъ идей. Онъ упорствуетъ. Прана старается сдѣлать новые проходы, а мозгъ препятствуетъ этому. Въ этомъ секретъ консерватизма. Чѣмъ меньше проходовъ было въ мозгу и чѣмъ тѣснѣе иголка-Прана сдѣлала эти проходы, тѣмъ больше консервативенъ будетъ мозгъ, тѣмъ больше онъ будетъ сопротивляться новымъ мыслямъ. Чѣмъ глубокомысленнѣй человѣкъ, чѣмъ больше сложны борозды въ его мозгу, тѣмъ легче онъ будетъ воспринимать новыя идеи и понимать ихъ. Такъ бываетъ со всякой новой идеей: мы дѣлаемъ новое впечатлѣніе въ мозгу, прорѣзываемъ новый каналъ въ матеріи мозга. Поэтому-то при упражненіяхъ въ Іогѣ (представляющихъ совершенно новую серію мыслей и побужденій) мы сначала и встрѣчаемъ такъ много физического сопротивленія. Этю же причиною объясняется и то, что часть религіи, касающаяся внѣшней природы, широко распространена, тогда какъ другая часть,—философія или психологія,—имѣющая дѣло съ внутренней природой человѣка, такъ часто пренебрегается. Мы должны вспомнить опредѣленіе нашего міра: онъ есть только проекція Безконечной Сущности на планѣ сознанія. Маленькая часть Безконечнаго проектировалась въ наше сознаніе, и это мы называемъ нашимъ міромъ. Такимъ образомъ есть міръ и

внѣ его Безконечное. Религія имѣть дѣло съ обоими: съ маленькою частицею, которую мы называемъ нашимъ міромъ, и съ Безконечнымъ позади нея. Всякая религія, которая имѣть дѣло только съ кото-рымъ-нибудь изъ нихъ, будетъ недостаточна. Она должна имѣть дѣло съ обоими. Часть религіи, касаю-щаяся частицы Безконечнаго, охватываемой настоя-щимъ уровнемъ нашего сознанія, и которая какъ бы попадаетъ въ сѣть сознанія, въ клѣтку времени, про-странства и причинности, вполнѣ привычна намъ, потому что мы сами стоимъ на этомъ уровнѣ, и понятія, относящіяся къ этому міру, существовали у насъ почти съ незапамятныхъ временъ. Часть религіи, имѣющей дѣло съ Безконечнымъ, высшимъ нашего сознанія, является для насъ совершенно новою; идеи о ней, продѣлывая новые каналы въ мозгу, беспокоятъ всю нашу систему, и вотъ почему при упражненіяхъ въ Іогѣ обыкновенные люди сначала бываютъ какъ бы выбиты изъ колеи.

Чтобы, насколько возможно, уменьшить затру-дненіе, Патанджали изобрѣлъ свои методы, и мы можемъ употреблять тотъ изъ нихъ, который всего лучше подходитъ намъ.

35. *Тѣ формы сосредоточенія, которыя приводятъ къ необыкновеннымъ чувствамъ восприятія, дѣлаютъ сознаніе настойчивымъ.*

Это естественно приходить съ Дхараной, сосре-доточеніемъ. Іоги говорятъ, что, если сосредоточи-вать сознаніе на кончикѣ носа, начинаешь чувствовать черезъ нѣсколько дней удивительный запахъ; если сосредоточивать его на корнѣ языка, то начинаютъ слышаться звуки; если на кончикѣ языка—чувствуется удивительный вкусъ; если на серединѣ языка, чув-ствуешь какъ будто пришелъ въ сообщеніе съ чѣмъ-то; если кто-нибудь свое сознаніе сосредоточить на нѣбѣ, онъ начинаетъ видѣть странныя вещи. Когда чело-вѣкъ, которымъ овладѣли сомнѣнія, захочетъ заняться нѣкоторыми изъ этихъ упражненій въ Іогѣ, хотя бы и не вѣря въ дѣйствительность ихъ, то, послѣ непро-должительного упражненія, при появлении указанныхъ

выше явлений, его сомнения исчезнутъ, и онъ будетъ продолжать съ настойчивостью.

36. Или (размышлениемъ о) Лучезарномъ, который недоступенъ никакимъ страданіямъ.

Это другой видъ сосредоточенія. Думайте о лотосѣ сердца съ опущенными внизъ лепестками и проходящую черезъ него Сусумною; задержите дыханіе внутри и въ то время, когда выдыхаете, вообразите, что этотъ лотосъ повернулся лепестками вверхъ и что внутри этого лотоса лучезарный свѣтъ. Размышляйте объ этомъ.

37. Или (размышлениемъ о) сердцѣ, отказалвшемся отъ всѣхъ привязанностей къ чувственнымъ предметамъ.

Возьмите какое-нибудь святое лицо, какого-нибудь великаго человѣка, котораго вы почитаете, какого-нибудь святого, котораго вы знаете, какъ вполнѣ отрѣшившагося отъ привязанностей, и думайте объ его сердцѣ. Это сердце сдѣлалось недоступнымъ привязанности; думайте объ этомъ сердцѣ, это успокойте сознаніе. Если вы не можете дѣлать это, есть слѣдующий способъ.

38. Или (размышлениемъ о) знаніи, которое приходитъ во снѣ.

Иногда человѣку снится, что онъ видитъ ангеловъ, приходящихъ къ нему и говорящихъ съ нимъ; ему кажется, что онъ въ состояніи экстаза, что слышитъ музыку, раздающуюся въ воздухѣ. Такой сонъ означаетъ, что человѣкъ находится въ особенныхъ условіяхъ просвѣтленія, и когда онъ просыпается, сонъ оставляетъ въ немъ глубокое впечатленіе. Думайте объ этомъ снѣ, какъ о дѣйствительности, и размышляйте о немъ. Если вы не можете дѣлать этого, размышляйте о какомъ-нибудь священномъ предметѣ, который вамъ нравится.

39. Или размышлениемъ о чёмъ бы то ни было, что привлекаетъ какъ добро.

Предметомъ размышленія не можетъ быть что-нибудь дурное, но что-нибудь хорошее, что вамъ особенно нравится: какое-нибудь больше всего нравящееся вамъ мѣсто, пейзажъ, идея, вообще что-нибудь, на чёмъ вы можете сосредочить сознаніе.

40. *Сознаніе Йоговъ, занятыхъ такимъ размышлениемъ, становится незагражденнымъ какъ для атома, такъ и для бесконечнаго.*

Сознаніе посредствомъ этого упражненія легко созерцаетъ самыя мелкія, равно какъ и самыя крупныя вещи. При этомъ волны сознанія становятся слабѣе.

41. *Йогъ, котораго Вритти сдѣлались такимъ образомъ безсильными (подчиненными), достигаетъ въ получающемъ, посредствующемъ и полученномъ (Сущемъ, сознанію и внѣшнихъ предметахъ) сосредоточенности и тождества, подобно кристаллу (передъ различными окрашенными предметами).*

Какой результатъ этого настойчиваго размышленія? — Мы должны вспомнить, какъ въ одномъ изъ предыдущихъ афоризмовъ Патанджали рассматриваетъ различные порядки размышлений; именно, что предметы размышлений первого порядка должны быть грубые, а второго тонкие, что затѣмъ слѣдуетъ перходить къ еще болѣе тонкимъ предметамъ размышлений, и что во всѣхъ этихъ размышленахъ, составляющихъ только первую далеко не высокую ступень, мы получаемъ тотъ результатъ, что можемъ размышлять такъ же легко о тонкихъ, какъ и о грубыхъ предметахъ. Здѣсь Йога видѣтъ три вещи: получающаго, "получаемое и посредника, соотвѣтствующихъ Душѣ, предмету и сознанію. Намъ дается три предмета для размышлений: первый — грубая вещь, какъ тѣло, или материальные предметы, вторыя — тонкія вещи, какъ сознаніе, Читта, и третій — имѣющая качества Пуруша, не сама Пуруша, но чувство своего „я“. Упражненіемъ Йогъ укрѣпляется во всѣхъ этихъ размышленияхъ. Всякий разъ, какъ онъ размышляетъ, онъ можетъ отстранить всякую другую мысль; онъ отождествляется съ тѣмъ, о чёмъ размышляетъ; когда онъ размышляетъ,

онъ подобенъ куску кристалла: рядомъ съ цветами кристаллъ становится почти тождественнымъ съ ними: если цветокъ красный, кристаллъ кажется краснымъ; если цветокъ голубой, кристаллъ кажется голубымъ.

42. Звукъ, значение и вытекающее изъ нихъ знаніе, будучи смѣшаны, — (называется Самадхи съ разсужденіемъ).

Звукъ здѣсь значитъ колебаніе, значеніе — нервные токи, сопровождающіе его, и знаніе — реакція. Всѣ различныя размышенія, о которыхъ мы до сихъ поръ говорили, Патанджали называетъ Савитарка (размыщеніе съ разсужденіемъ). Дальше онъ ведеть нась все выше и выше къ Ахіанѣ. Въ тѣхъ размыщеніяхъ, которыя называются „съ разсужденіемъ“, мы сохраняемъ двойственность субъекта и объекта, происходящую отъ смѣшенія слова, значенія и знанія. Сначала есть вѣнчшее колебаніе, слово; перенесенное токами чувствъ внутрь, оно есть значеніе. Послѣ этого является реагирующая волна въ Читтѣ, которая есть свѣдѣніе; но смѣшеніе этихъ трехъ составляетъ то, что мы называемъ знаніемъ. Во всѣхъ предыдущихъ размыщеніяхъ мы получали это соединеніе, какъ предметъ размыщенія. Слѣдующее Самадхи есть высшее.

43. Самадхи, называемое „безъ разсужденія“, (приходитъ) когда память очищена, или освобождена отъ качествъ и заключаетъ въ себѣ только значеніе (предмета размыщенія).

Упражненіе въ размыщеніи обѣ этихъ трехъ приводить къ состоянію, въ которомъ эти три не смѣшиваются; мы можемъ разъединить ихъ. Мы должны сначала стараться понять, что такое эти три. Здѣсь есть Читта, — похожая на озеро матерія сознанія, и колебаніе, — слово, звукъ, проходящій по его поверхности, какъ зыбь. Вы имѣете въ себѣ это спокойное озеро, и я произношу слово „корова“. Какъ только оно дошло до вашего слуха, вмѣстѣ съ нимъ въ вашей Читтѣ образуется волна. Эта волна представляеть идею коровы, форму или значеніе, какъ мы называемъ ее. Видимая корова, которую вы знаете, есть въ дѣйствительности волна въ матеріи сознанія являющаяся какъ

реакція на внутрення и наружныя звуковыя колебанія. Съ исчезновеніемъ звука исчезаетъ и волна; она никогда не бываетъ безъ слова. Вы можете спросить: какъ же это происходитъ, когда мы только думаемъ о коровѣ, не слыша звука? Вы производите этотъ звукъ сами. Вы слабо въ вашемъ умѣ говорите: „ко-рова“, и вмѣстѣ съ этимъ является волна. Не можетъ быть никакой волны безъ звукового побудителя, и если онъ не дѣйствуетъ снаружи, онъ есть внутри, и, когда замираетъ звукъ, исчезаетъ волна. Что же остается? — Результатъ реакціи, знаніе. Эти три такъ тѣсно соединены въ нашемъ сознаніи, что мы не можемъ различать ихъ. Когда звукъ доходитъ, чувства вибрируютъ, и, какъ реакція, поднимается волна; они такъ непосредственно слѣдуютъ одно за другимъ, что ихъ нѣть возможности распознать одно отъ другого. Когда же въ этомъ размышеніи упражнялись долго, память, пріемникъ всѣхъ впечатлѣній, становится очищенной, и мы дѣлаемся способными отличать одно отъ другого. Это называется „Нирватарка“, сосредоточеніе безъ разсужденія.

44. Этимъ путемъ (сосредоточенія) съ распознаваніемъ и безъ распознаванія (способъ размышенія) о болѣе тонкихъ предметахъ (также) объясняется).

Примѣняется опять способъ подобный предыдущему; только въ прежнемъ размыщеніи брались предметы грубые, а въ этомъ тонкие.

45. Болѣе тонкіе предметы исчезаютъ съ Прадханой.

Грубые предметы суть только элементы и все вырабатываемое изъ нихъ. Тонкіе предметы начинаются съ Танматраса, или тонкихъ частицъ. Органы, сознаніе, *) сознаніе своего „Я“, матерія сознанія (причина всѣхъ явлений), уравновѣшанное состояніе Сатвы, матеріалы Раджасъ и Тамасъ, называемые Прадхана (главные), Пракрити (природа) или Авьякта (непроявляющаяся) — всѣ относятся къ категоріи тон-

*) Сознаніе, или органъ всѣхъ ощущеній, совокупность всѣхъ чувствъ.

кихъ предметовъ. Пуруша (Душа) одна составляетъ исключение.

46. Эти виды сосредоточенія импютъ слья.

Они не разрушаютъ съмя прежнихъ дѣйствій и такимъ образомъ не могутъ дать освобожденія; а то, что они приносятъ Іогу, указывается въ слѣдующихъ афоризмахъ.

47. Когда сосредоточеніе „безъ разсужденія“ очищено, спокойствие Читты прочно устанавливается.

48. Знаніе этого называется „исполненное истины“.

Это объясняется слѣдующимъ афоризмомъ.

49. Знаніе, почерпнутое изъ свидѣтельствъ и заключеній, относится къ обыкновеннымъ предметамъ. Знаніе же, получаемое отъ только что упомянутаго Самадхи, болѣе высокаго порядка: оно способно проникать туда, куда заключеніе и свидѣтельство не могутъ достигать.

Идея здѣсь та, что мы должны получать наши знанія обѣ обыкновенныхъ предметахъ посредствомъ прямого воспріятія, заключенія изъ него или свидѣтельствъ компетентныхъ людей. Подъ „людьми компетентными“ Іоги всегда подразумѣваютъ Риши, или видѣвшихъ мысли, о которыхъ упоминается въ Писаніяхъ—Ведахъ. По ихъ учению единственное доказательство вѣрности Писаній есть то, что они суть свидѣтельства компетентныхъ лицъ, хотя они и говорятъ, что Писанія не могутъ вполнѣ убѣдить нась и недостаточны для полнаго знанія. Мы можемъ прочесть всѣ Веды и все-таки не осуществить ничего; но, упражняясь въ томъ, чему онѣ учатъ, мы достигаемъ состоянія осуществляющаго то, что говорятъ Писанія; въ которомъ мы проникаемъ въ область недоступную разуму, куда не могутъ привести нась ни воспріятія, ни заключенія, и гдѣ свидѣтельства другихъ лицъ оказываются безсильными. — Смыслъ этого афоризма тотъ, что осуществленіе есть настоящая религія, а все остальное только подготовка: — слушанье лекцій или чтеніе книгъ, или разсужденія есть только подготовка

почвы; — это еще не религія. Умственное признаніе или несогласіе не есть религія. Главная идея Іоговъ состоитъ въ томъ, что, при значительно большей интенсивности чувства, даже религія можетъ быть непосредственно воспринимаема совершенно такъ же, какъ мы воспринямемъ непосредственно чувственные предметы. Религіозныя истины, какъ Богъ и Душа, не могутъ восприниматься внѣшними чувствами. Я не могу видѣть Бога глазами, ни осязать Его руками; мы не можемъ также и разсуждать о томъ, что въ области, доступной нашимъ чувствамъ. Разумъ здѣсь не даетъ намъ ничего опредѣленнаго; мы можемъ всю нашу жизнь разсуждать о томъ, какъ тысячи лѣтъ назадъ быль образованъ міръ, и въ результатѣ должны будемъ признать себя некомпетентными ни доказать, ни опровергнуть факты, даваемые религіей. Въ основаніи разсужденія должно лежать то, что непосредственно воспринято нашими чувствами; изъ чего ясно, что разсужденіе не можетъ примѣняться въ предѣловъ воспріятія. Оно никогда не можетъ перейти за эти предѣлы, и потому область познанія во всей полнотѣ чувственному воспріятію недоступна. Іоги говорятъ, однако, что человѣкъ можетъ идти дальше своего непосредственного чувства воспріятія и дальше своего разума. Человѣкъ обладаетъ способностью, или силою, идти за предѣлы своего разума, и эта сила есть въ каждомъ существѣ, въ каждомъ созданіи. Упражненіемъ въ Іогѣ эта сила возбуждается, и тогда человѣкъ переходитъ за обыкновенные предѣлы разума и непосредственно воспринимаетъ вещи, разуму недоступныя.

50. *Впечатльнія, являющіяся слѣдствіемъ этого Самадхи, исключаютъ всѣ другія впечатльнія.*

Мы видѣли въ предыдущемъ афоризмѣ, что достичнуть сверхсознательности можно только посредствомъ сосредоточенія, и что помѣхой сосредоточенію сознанія служатъ прежнія впечатльнія, Самскры. Каждый изъ васъ замѣчалъ, что, когда вы пробуете сосредоточивать ваше сознаніе, ваши мысли блуждаютъ. Когда вы стараетесь думать о Богѣ, въ это именно время появляются всѣ эти Самскры. Въ

другое время онъ не такъ дѣятельны; но, когда мы хотимъ, чтобы ихъ не было, онъ навѣрно здѣсь и стараются изъ всѣхъ силъ наполнить собою наше сознаніе. Почему бы это? Почему онъ особенно могутъственны во время сосредоточенія? — Это потому, что вы подавляете ихъ и онъ противодѣйствуютъ всею своею силою. Въ другое время онъ не противодѣйствуютъ. Какое несмѣтное количество должно быть этихъ старыхъ прежнихъ впечатлѣній, укрывающихся гдѣ-то въ Читтѣ и готовыхъ ежеминутно выпрыгнуть, подобно тиграмъ! Они должны быть подавлены, чтобы могла возникнуть только одна, желательная намъ идея и ни одна изъ другихъ. Вмѣсто того, всѣ онъ силятся явиться въ одно время. Это разныя силы Самскары, препятствующія сосредоточенію сознанія. Для подавленія ихъ лучше всего упражняться въ вышеупомянутомъ Самадхи, такъ какъ Самскара, которая поднимется вслѣдствіе этого рода сосредоточенія, будетъ настолько могутъственна, что задержитъ дѣйствіе всѣхъ другихъ и будетъ держать ихъ обузданными.

51. *Подавленіемъ даже этого (впечатлѣнія, которое загрождаетъ всѣ другія впечатлѣнія), когда всѣ другія задержаны, достигается „лишеннѣе сѣмени“ Самадхи.*

Вы помните, что наша цѣль постичь саму Душу. Мы не можемъ видѣть душу, потому, что она смѣшалась съ природой, съ сознаніемъ, съ тѣломъ. Самый невѣжественный человѣкъ думаетъ, что Душа это его тѣло; болѣе знающій, что Душа — его сознаніе; но оба они ошибаются. То, что заставляетъ Душу быть смѣшиваемой съ природой, сознаніемъ и тѣломъ, это различныя волны Читты, которыя поднимаются, закрываютъ душу, и мы видимъ только маленькия отраженія ея сквозь эти волны. Такъ, если поднимается волна гнѣва, мы видимъ душу сердитою и говоримъ: „я сердитъ“; если поднялась волна любви, мы видимъ себя отраженными въ этой волнѣ и говоримъ, что мы любимъ; если это волна слабости и душа отражается въ ней, мы думаемъ, что мы слабы. Эти разныя идеи происходятъ отъ впечатлѣній, Самскаръ, закрываю-

щихъ душу. Настоящая природа души невидима до тѣхъ поръ, пока есть хоть одна волна въ озерѣ — Читтѣ; она никогда не станетъ видна, пока не будутъ уничтожены всѣ волны. Итакъ, Патанджали учить насы: во 1-хъ, значенію этихъ волнъ, во 2-хъ, наиболѣшему способу подавлять ихъ и, въ 3-хъ, какъ сдѣлать одну волну настолько сильной, чтобы она подавила всѣ другія волны, чтобы огонь, такъ сказать, пожралъ огонь. Когда останется только одна волна, будетъ легко подавить также и эту; а когда это достигнуто, Самадхи — сосредоточеніе называется лишеннымъ сѣмени: оно не оставляетъ ничего, и душа проявляется вполнѣ, какъ она есть, въ своемъ собственномъ блескѣ. Только тогда мы узнаемъ, что душа не есть нѣчто составное, что только она во вселенной вѣчно проста и, какъ таковая, она не можетъ быть рожденна, не можетъ умереть; она бессмертна, неразрушима, вѣчно живая Сущность разума.

Глава II.

Сосредоточеніе. Упражненіе въ немъ.

1. *Самообузданіе, изученіе и посвященіе плодовъ труда Богу называется Кріяя-Іога.*

Тѣ Самадхи, которыми мы закончили нашу послѣднюю главу, достигаются очень трудно, почему мы должны подходить къ нимъ медленно.

Первый предварительный шагъ называется Кріяя-Іога. Буквально это значитъ работа въ направленіи къ Іогѣ.

Самообузданіе. Органы суть лошади, сознаніе — вожжи, разумъ — кучеръ, душа — сѣдокъ и тѣло — экипажъ. Хозяинъ всего, Царь, сущность человѣка, сидитъ въ экипажѣ. Если лошади очень непослушны и не повинуются вожжамъ, если кучеръ — разумъ не

умѣеть управлять лошадьми, экипажъ постигнетъ плачевная участъ. Но, если лошади хорошо выѣзжены и вожжи—сознаніе твердо держатся въ рукахъ кучера—разума, экипажъ достигаетъ до цѣли. Что же поэтому подразумѣвается подъ самообузданіемъ? — Твердое держаніе вожжей при управлении тѣломъ и сознаніемъ? недозволеніе тѣлу дѣлать то, что ему нравится; но содержаніе обоихъ въ подчиненіи себѣ.

Изученіе. Что понимается здѣсь подъ словомъ изученіе? — Не изученіе романовъ, повѣстей или рассказовъ, но изученіе тѣхъ книгъ, которыхъ учать освобожденію души. Изученіе также вовсе не значить обсужденіе противорѣчащихъ другъ другу теорій и взглядовъ. Предполагается, что для Іога окончился періодъ такого критического изслѣдованія, что онъ достаточно занимался имъ и уже вполнѣ имъ удовлетворенъ. Онъ учится теперь только, чтобы укрѣпить свои убѣжденія.

Вада и Саддганта. Это два рода изученія Писаний: Вада—діалектическій и Саддганта—заключительный (приводящій къ выводамъ). Человѣкъ, совершенно незнакомый съ ними, долженъ приниматься за первую часть—упражненія въ діалогахъ и разсужденіяхъ за и противъ, а покончивши съ нею, перходить къ Саддгантѣ—выводу, полученню заключеній. Просто прійти къ заключенію недостаточно: нужно, чтобы оно было усиленно. Книгъ безконечно много, а время коротко; поэтому секретъ пріобрѣтенія знаній заключается въ томъ, чтобы брать существенное. Выбирайте его, а затѣмъ старайтесь жить согласно съ нимъ. Въ Индіи есть старое повѣрье, что, если поставить передъ Раджа-Гамса (лебедемъ) чашку съ молокомъ, сильно разбавленнымъ водою, онъ выпьетъ все молоко и оставитъ воду. Подобно этому мы должны брать только то, что цѣнно въ знаніи и оставлять неважное. Вся эта умственная гимнастика вначалѣ необходима. Мы не должны ни къ чему приступать слѣпо. Іогъ прошелъ періодъ доказательствъ и пришелъ къ заключенію, непоколебимому, какъ скала. Единственно что онъ стремится теперь сдѣлать—это усилить заключеніе. Онъ говоритъ: не доказывайте никому правоту вашихъ убѣжденій, а, если кто-нибудь

будеть стараться разубѣдить васъ, молчите. Не отвѣчайте ни на какія убѣжденія, но просто уходите, потому что диспуты только беспокоятъ сознаніе. Они только служать къ упражненію разума; къ чему же напрасно беспокоить его? Разумъ не болѣе какъ слабое орудіе, и можетъ дать намъ только знаніе, ограниченное чувствами. Іогъ хочетъ идти за предѣлы чувствъ; поэтому разумъ ему не нуженъ. Онъ уже убѣжденъ, и потому молчать и не спорить. Всякій споръ нарушаетъ равновѣсіе его сознанія, производить волненіе Читты; а это волненіе тянетъ его назадъ. Аргументація и разсужденія служатъ только препятствіемъ; надъ нами есть гораздо болѣе высокія вещи. Назначеніе жизни не въ школьніческихъхваткахъ и общественныхъ словопрѣніяхъ.

„Посвящать плоды труда Богу“—значить не принимать на себя ни похвалъ, ни порицанія, но относить тѣ и другія къ Богу и сохранять спокойствие.

2. (*Они служатъ*) къ упражненію въ Самадхи и уменьшаютъ число препятствій, связанныхъ съ страданіемъ.

Большинство изъ насъ дѣлаютъ наше сознаніе похожимъ на избалованныхъ дѣтей, позволяя ему дѣлать, что оно хочетъ. Поэтому, чтобы пріобрѣсть способность управлять сознаніемъ и привести его къ повиновенію, необходимо постоянное упражненіе въ вышеупомянутыхъ обузданіяхъ. Препятствія къ Іогѣ возникаютъ отъ недостатка такого управления и причиняютъ намъ страданія. Они могутъ быть устранины отреченіемъ отъ сознанія и обузданіемъ его посредствомъ этихъ различныхъ упражненій.

3. Связанные съ страданіемъ препятствія суть: невѣдѣніе, ложное самосознаніе (пристрастіе), отвращеніе и привязанность къ жизни.

Есть пять видовъ страданія, пятерна сѣть, привзывающая насъ къ землѣ. Безъ сомнѣнія, невѣдѣніе есть мать всѣхъ остальныхъ. Оно единственная причина всѣхъ нашихъ несчастій. Что другое можетъ сдѣлать насъ несчастными? Душа по природѣ вѣчно блаженна. Что можетъ сдѣлать ее печальною, кромѣ

невѣдѣнія, галлюцинаціи, заблужденія? — Всѣ страданія души простое заблужденіе.

4. *Невѣдѣніе есть источникъ всѣхъ остальныхъ, въ какомъ бы ни были они состояніи, скрытомъ, ослабленномъ, подавленномъ или распространенномъ.*

Впечатлѣнія суть причины ихъ и эти впечатлѣнія бываютъ различныхъ степеней. Они могутъ быть скрытыми. — Вы часто слышите выражение: „невиненъ какъ дитя“; между тѣмъ въ ребенкѣ могутъ быть задатки и демона и бога, которые постепенно и обнаруживаются. У Іога впечатлѣнія, оставленные прежними дѣйствіями Самскары, находятся въ очень тонкомъ состояніи, и онъ можетъ управлять ими и не позволять имъ проявляться. Это впечатлѣнія ослабленныя. Подавленныя — значитъ, что иногда одна серія впечатлѣній на нѣкоторое время подавляется другими болѣе сильными, но опять обнаруживается, когда устраняется подавляющая ея причина. Состояніе называется распространеннымъ, когда Самскары, усиливаемыя окружающими условіями, достигли значительной дѣльности, хорошей или дурной.

5. *Невѣдѣніе есть принятіе невѣчнаго, нечистаго, мучительного и не составляющаго настоящаго „Я“ заѣвъчное, чистое, счастливое, Атманъ (Сущее Я).*

Всѣ эти виды впечатлѣній имѣютъ одинъ источникъ, невѣдѣніе. Мы должны сначала узнать, что такое невѣдѣніе. — Всѣ мы думаемъ, что „Я есть тѣло“, а не душа, чистая, озаренная, вѣчная, блаженная: — это и есть невѣдѣніе. Мы думаемъ о человѣкѣ, какъ о тѣлѣ, и смотримъ на него, какъ на тѣло. Это огромное заблужденіе.

6. *Ложное самосознаніе есть отождествленіе зрящаго съ орудіемъ зрянія.*

Зряцій есть душа, единая чистая, вѣчная, святая, безконечная, бессмертная. Она есть Сущность человѣка. А что такое орудія? — Читта, или матерія сознанія, Будди — опредѣляющая способность, Манасъ, или сознаніе, и Индріяни, или органы чувствъ. Это орудія,

служація ей, чтобы видѣть виѣшній міръ. Отождествленіе Сущности съ орудіями есть то, что называется невѣдѣніемъ самосознанія. Мы говоримъ: „Я есть сознаніе, Я — мысль, Я сердитъ, или Я счастливъ“. Какъ мы можемъ быть сердиты и какъ мы можемъ ненавидѣть? Мы должны отождествлять себя съ Сущностью, которая не можетъ мѣняться. Если она неизмѣняема, какъ она можетъ быть одинъ моментъ счастливою и другой моментъ несчастливою? Она безформенна, безконечна, вездѣсуща; что можетъ измѣнить ее? Она выше всякихъ законовъ; что можетъ дѣйствовать на нее? — Ничто во вселенной не можетъ проповѣсти на нее никакого дѣйствія. Однакожъ, вслѣдствіе невѣдѣнія, мы отождествляемъ себя съ матеріей сознанія и думаемъ, что чувствуемъ удовольствіе или страданіе.

7. *Пристрастіе есть устремленіе сознанія къ удовольствію.*

Мы находимъ удовольствіе въ извѣстныхъ вещахъ, и сознаніе, подобно потоку, стремится къ нимъ. Это стремленіе какъ бы къ центру удовольствія есть пристрастіе. Мы никогда не бываемъ пристрастны къ чему-нибудь, въ чемъ не находимъ удовольствія. Иногда намъ доставляютъ удовольствіе очень странныя вещи; но опредѣленіе остается тѣмъ же самымъ: мы пристрастны ко всему, въ чемъ находимъ удовольствіе.

8. *Отвращеніе есть реакція на страданіе.*

То, что доставляетъ намъ страданіе, мы немедленно стараемся устраниТЬ.

9. *Привязанность къ жизни проникаетъ самую ея природу и присуща даже мудрому.*

Привязанность къ жизни вы видите проявляющеїся во всякомъ животномъ, и, такъ какъ люди настолько любятъ настоящую жизнь, что желаютъ и будущей, то было много попытокъ построить на этой привязанности теорію будущей жизни. Конечно, не стоитъ говорить, что это доказательство не имѣть большой цѣны; но самое странное въ этихъ попыткахъ, то, что въ западныхъ странахъ идея, будто привязан-

ность къ настоящей жизни указываетъ на возможность будущей жизни, примѣняется только къ людямъ, но не относится къ животнымъ. Въ Индіи привязанность къ жизни была однимъ изъ доводовъ, доказывающихъ прежній опытъ и прошлое существованіе. Разсуждали такъ: если вѣрно, что все наше знаніе получено изъ опыта, тогда несомнѣнно, что то, чего мы никогда не испытывали, мы не можемъ ни вообразить, ни понять. Но извѣстно, что, какъ только цыплята высижены, они начинаютъ клевать пищу; много разъ видѣли, что въ тѣхъ случаяхъ, когда утятъ были высижены курицей, они, вылупившись изъ яицъ, бѣжали тотчасъ къ водѣ, и мать думала, что они утонутъ. — Если опытъ есть единственный источникъ знанія, гдѣ эти цыплята научились клевать пищу, или откуда утятъ узнали, что вода ихъ естественная стихія? Если вы скажете, что тутъ дѣйствовалъ ихъ инстинктъ, это ничего не объяснитъ — это просто слова, но не объясненіе. Что такое инстинктъ? Мы имѣемъ много инстинктовъ въ нась самихъ. Напримѣръ, большая часть изъ васъ, милостию государыни, играетъ на рояли и, конечно, помнить, какъ внимательно, начиная учиться, приходилось ставить пальцы одинъ послѣ другого на бѣлые и черные клавиши; теперь же послѣ долгихъ годовъ упражненія, вы можете разговаривать съ вашими друзьями, а ваши пальцы продолжаютъ бѣгать совершенно такъ же, какъ бы вы за ними слѣдили. Это сдѣлалось инстинктомъ. То же со всякою работою, которую мы дѣлаемъ: вслѣдствіе упражненія она становится автоматичною, обращается въ инстинктъ, и, насколько мы знаемъ, все дѣйствія, которые признаются теперь автоматичными, были прежде сознательными. На языкѣ Йоги инстинктъ есть свернувшійся разсудокъ. Распознаваніе свертывается и становится автоматичнымъ, Самскара. Поэтому, совершенно послѣдовательно считать, что все въ этомъ мірѣ, что мы называемъ инстинктомъ, есть просто свернутый разсудокъ. Такъ какъ разсудокъ не можетъ явиться безъ опыта, поэтому всякий инстинктъ есть результатъ прежняго опыта. Цыплята боятся ястреба, а утки любятъ воду, и это въ обоихъ случаяхъ результатъ прежняго опыта. Тогда возникаетъ вопросъ: принадлежитъ ли эта опытность отдельной

душъ или просто тѣлу? инстинктъ у утки есть ли опытность ея предковъ или ея собственный? Новѣйшіе ученые считаютъ, что она принадлежитъ тѣлу; но Іоги того мнѣнія, что это опытность сознанія, сообщаемая имъ тѣлу. Это называется теоріей перевоплощенія. Мы видѣли, что все наше знаніе, — назовемъ ли мы его воспріятіемъ, разсудкомъ или инстинктомъ, — должно получаться единственнымъ путемъ, называемымъ опытомъ, и что все, что мы называемъ теперь инстинктомъ, есть результатъ прежняго опыта, выродившагося въ инстинктъ, и что инстинктъ перерождается опять въ разсудокъ. Это вѣрно въ примѣненіи ко всему во вселенной, и на этомъ построены въ Индіи главныя доказательства перевоплощенія. Повторявшиеся опыты разныхъ страховъ со временемъ произвели привязанность къ жизни. Ребенокъ инстинктивно испытываетъ страхъ, потому что у него есть прежній опытъ страданія. Даже у наиболѣе ученыхъ людей, которые, зная, что тѣло перестанетъ существовать, говорятъ: „что за дѣло, мы имѣемъ сотню жизней, — душа не можетъ умереть“, — даже у нихъ, при всемъ убѣжденіи ихъ разума, мы встрѣчаемъ эту привязанность къ жизни. Что же такое эта привязанность къ жизни? Мы видѣли, что она стала инстинктивной. На психологическомъ языкѣ Іоговъ она стала Самскарами. Самскары, тонкія и скрытые, спать въ Читтѣ. Всѣ прежніе опыты смерти, все то, что мы называемъ инстинктомъ, есть опытъ, ставшій подсознательнымъ. Онъ пребываетъ въ Читтѣ и не бездѣятеленъ, но работаетъ въ глубинѣ. Тѣ Бритти Читты, тѣ волны сознанія, которая грубы, мы можемъ замѣтить и чувствовать; онъ могутъ быть легко управляемы; но что сказать объ этихъ тонкихъ инстинктахъ? Какъ управлять ими? Когда я сержусь, все мое сознаніе становится одной огромной волной гнѣва. Я чувствую ее, вижу, направляю, могу легко производить съ нею опыты, могу бороться съ нею; но я не буду имѣть полнаго успѣха въ этой борьбѣ, если не буду въ состояніи спуститься внизъ. Кто-нибудь говоритъ мнѣ что-нибудь очень грубое, и я начинаю чувствовать, что горячусь; а онъ продолжаетъ, пока я не становлюсь совсѣмъ сердитымъ, забываюсь, отождествляю себя съ гнѣвомъ. Когда онъ только начинаетъ

оскорблять меня, я еще думаю: „я сейчас разсержусь“; гнѣвъ былъ одно, а я другое; но, разсердившись, я самъ стала гнѣвомъ. Эти чувства должны быть управляемы въ зародышѣ, корнѣ, въ ихъ тонкой формѣ, раньше даже, чѣмъ мы сознали, что они дѣйствуютъ на насъ. Огромному большинству человѣчества эти тонкія состоянія чувствъ, состоянія, когда они медленно поднимаются изъ-подъ сознательности, даже незнакомы. Когда пузырекъ поднимается со дна озера, или даже когда онъ дошелъ близко къ поверхности, мы не видимъ его, и узнаемъ, что онъ есть, только тогда, когда онъ лопается и производить рябь. Мы будемъ имѣть успѣхъ въ борьбѣ съ волнами только тогда, когда можемъ овладѣть ими въ ихъ неосязаемыхъ причинахъ; а если мы не можемъ овладѣть ими и укротить ихъ раньше, чѣмъ онъ стали грубыми, тогда нѣтъ никакой надежды побѣдить вполнѣ какую бы то ни было страсть. Чтобы управлять нашими страстями, мы должны управлять ими въ самомъ ихъ корнѣ; только тогда мы будемъ въ состояніи выжечь самыя сѣмена ихъ. Какъ жареная сѣмена, брошенная въ землю, никогда не взойдутъ, такъ и эти страсти никогда не возникнутъ.

10. *Онъ, чтобы быть управляемы противоположными видоизмененіями, должны быть тонкими.*

Какъ могутъ быть управляемы тонкія Самскры? — Мы должны начинать съ большихъ волнъ и опускаться ниже и ниже. Когда большая волна гнѣва возникла въ сознаніи, мы должны управлять ею возбужденіемъ большой противоположной волны, напримеръ, думая о любви. Случается, что мать очень разсержена на своего мужа, но въ это время входитъ ребенокъ, и она цѣлуется дитя: старая волна исчезаетъ и возникаетъ новая, любовь къ ребенку. Одна подавляетъ другую. Любовь противоположна гнѣву. Итакъ, мы видимъ, что возбужденіемъ противоположныхъ волнъ можемъ побѣдить тѣ, которыхъ хотимъ устранить. Если мы возбудимъ въ нашей тонкой природѣ эти тонкія противоположные волны, онѣ обуздаются тонкія дѣйствія гнѣва ниже поверхности сознанія. Мы знаемъ теперь, что всѣ инстинктивныя дѣйствія

сперва начинаются какъ сознательныя и становятся все тоньше и тоньше. Такъ что, если волны добра будуть постоянно возбуждаться въ сознательной Читтѣ, онъ опустятся, станутъ тонкими и будутъ противодѣйствовать формамъ Самскары, соотвѣтствующимъ злымъ мыслямъ.

11. *Посредствомъ размышленія устраняются видоизмененія.*

Размышленіе есть одно изъ самыхъ сильныхъ средствъ управлять возникновеніемъ большихъ волнъ. Размышленіемъ вы можете заставить сознаніе уничтожить эти волны, и, если вы продолжаете упражняться въ размышленіи, пока это не сдѣлается привычкою, пока оно не будетъ являться само помимо вашего желанія, гнѣвъ и ненависть станутъ управляемы и обузданы.

12. *Пріемникъ дѣлъ имѣетъ корень въ связанныхъ со страданиемъ препятствіяхъ, испытываемыхъ въ этой видимой жизни или въ невидимой.*

Подъ пріемникомъ дѣлъ разумѣется сумма Самскаръ. Что бы мы ни дѣлали, въ сознаніи поднимается волна и, когда дѣло окончено, мы думаемъ, что волна исчезла. Нѣтъ, она только стала утонченную, но еще существуетъ. Когда мы стараемся вспомнить то, что дѣлали, она поднимается опять и становится волною. Значить, она была тамъ; еслибъ ея не было, не было бы воспоминанія. Итакъ, каждое дѣйствіе, каждая мысль, хорошая или дурная, тотчасъ опускаются и становятся утонченными и накопляются внизу. Онъ всѣ, какъ добрыя, такъ и дурные, называются приносящими страданіе препятствіями, потому что, по мнѣнію Йоги, и тѣ и другія со временемъ приносятъ страданіе. Всякое счастье, происходящее отъ чувствъ, въ концѣ концовъ приносить страданіе; всякое наслажденіе заставляетъ насъ жаждать большаго и оканчивается страданіемъ. Нѣтъ границъ человѣческимъ желаніямъ; человѣкъ постоянно желаетъ и, когда доходитъ до пункта, гдѣ желаніе не можетъ быть выполнено, испытываетъ страданіе. Поэтому Йоги всю

сумму впечатлѣній, хорошихъ и дурныхъ, разсматриваютъ какъ приносящія страданія препятствія, затрудняющія путь къ освобожденію души. То же самое и Самскары, утонченные корни всѣхъ нашихъ дѣлъ: онъ суть причины, которая опять вызовутъ слѣдствія или въ этой, или въ слѣдующей жизни. Въ исключительныхъ случаяхъ, когда Самскары очень сильны, онъ принесутъ плодъ скоро: особенно злые или особенно добрыя дѣла принесутъ свои плоды въ настоящей жизни. Іоги думаютъ даже, что люди, способные пріобрѣсти страшную силу добрыхъ Самскаръ, не должны умирать, но даже въ этой жизни могутъ перемѣнить свои тѣла на тѣла боговъ. Нѣсколько такихъ случаевъ упоминается Іогами въ ихъ книгахъ. Эти люди мѣняютъ самый матеріаль своихъ тѣлъ, они перемѣняютъ расположение частицъ такимъ образомъ, что не болѣютъ больше, и то, что мы называемъ смертью, не приходитъ къ нимъ. Почему бы это не могло быть? Физіологическое значеніе пищи есть усвоеніе энергіи, исходящей отъ солнца. Эта энергія становится растеніемъ, растеніе съѣдается животнымъ, животное нами. Наука говоритъ, что мы беремъ массу энергіи отъ солнца и дѣлаемъ ее частью самихъ себя. Если это такъ, почему долженъ быть только одинъ способъ усвоенія энергії? Способъ, употребляемый растеніемъ, не тотъ, что употребляемъ мы; способъ усвоенія энергіи землею отличается отъ нашего; но всѣ усваиваютъ энергию въ той или въ другой формѣ. Іоги говорятъ, что они имѣютъ способность усваивать энергию одною силою сознанія; могутъ вбирать ее, сколько хотятъ, не прибѣгая къ обыкновеннымъ способамъ. Какъ паукъ выдѣляетъ паутину изъ вещества своего собственнаго тѣла, опутывается ея сѣтью и не можетъ двигаться иначе, какъ вдоль нитей этой сѣти; такъ и мы выдѣляемъ изъ нашей собственной субстанціи сѣть, называемую нервною системою, и не можемъ дѣйствовать иначе, какъ черезъ нервные пути. Іоги говорятъ, что для насъ нѣтъ необходимости быть связанными ими. Мы можемъ посыпать электричество въ любую часть свѣта, но не иначе какъ при посредствѣ проволокъ; природа же посыпаетъ огромную массу электричества безъ

всякихъ проволокъ. Почему мы не можемъ дѣлать то же самое? — То, что мы называемъ сознаниемъ, очень похоже на электричество; этотъ родъ нервнаго тока имѣеть съ нимъ много общаго, такъ какъ онъ также поляризованъ и въ своихъ дѣйствіяхъ слѣдуетъ всѣмъ законамъ электричества. Мы можемъ посыпать наше электричество только по нервнымъ проводникамъ; но почему бы намъ не посыпать его безъ ихъ помощи? Іоги говорятъ, что это вполнѣ возможно и выполнимо, и что, когда мы достигнемъ этого, во вселенной не будетъ ничего, чего бы мы не могли сдѣлать. Мы будемъ въ состояніи дѣйствовать везде на всѣ тѣла безъ помощи какой бы то ни было нервной системы. Когда душа дѣйствуетъ посредствомъ проводовъ, мы говоримъ, что человѣкъ живетъ; а когда провода умираютъ, о человѣкѣ говорятъ, что онъ умеръ. Но, когда человѣкъ приобрѣтетъ способность дѣйствовать и съ проводами и безъ нихъ, рождение и смерть не будутъ имѣть для него никакого значенія. Всѣ тѣла во вселенной состоятъ изъ Танматраса, и различіе въ нихъ происходитъ только отъ размѣщенія его. Если вы распорядитель, вы можете устроить свое тѣло такъ или иначе. Кто создаетъ это тѣло, какъ не вы? Кто есть пищу? — Если бы другой тѣль пищу для васъ, вы не прожили бы долго. Кто вырабатываетъ изъ нея кровь? — Конечно, вы. Кто посыпаетъ кровь по жиламъ? — Вы. Кто создаетъ нервы и вырабатываетъ всѣ мускулы? — Вы, — фабрикантъ, вырабатывающій для себя все изъ своей собственной субстанціи. Вы производитель тѣла и вы живете въ немъ. Только мы утратили знаніе о томъ, какъ мы дѣлаемъ это; сдѣлались автоматическими, выродившимися, забыли процессъ выработки. Итакъ, то, что мы дѣлаемъ автоматически, должно снова стать управляемымъ. Мы творимъ и должны управлять своимъ твореніемъ, и, какъ только мы будемъ въ состояніи это дѣлать, мы станемъ способными дѣлать то, что желаемъ, и не будемъ больше ни рождаться, ни умирать, ни болѣть.

13. При наличности корня, наступаетъ плодоношеніе (въ видѣ) чувственныхъ образовъ, жизни и ощущенія удовольствія и страданія.

Неисчезнувшіе совсѣмъ корни, причины, Самскары вновь проявляются и создаютъ послѣдствія. Причины, уничтожаясь, становятся слѣдствіями, а слѣдствія дѣлаются болѣе утонченными и становятся причиной дальнѣйшихъ слѣдствій. Дерево приноситъ сѣмя и становится причиной слѣдующаго дерева. Совершаемыя нами теперь дѣла суть слѣдствія прежнихъ Самскаръ; въ свою очередь настоящія Самскары становятся причиной будущихъ дѣйствій и т. д. Этотъ афоризмъ говоритъ, что, разъ есть причина, должно явиться слѣдствіе, плодъ въ формѣ образовъ: одинъ будетъ человѣкомъ, другой ангеломъ, третій—животнымъ, четвертый—демономъ. Слѣдствіемъ же являются и различные условія жизни: одинъ человѣкъ живеть пятьдесятъ лѣтъ, другой сто, а иной умираеть двухъ лѣтъ и не достигаетъ зрености. Всѣ эти различія въ жизни опредѣляются прежними дѣйствіями. Одинъ какъ бы рожденъ для удовольствій, и, если похоронить себя въ лѣсу, удовольствія послѣдуютъ за нимъ и туда; за другимъ, куда бы онъ ни пошелъ, слѣдуетъ по пятамъ страданіе,—все для него становится мучительнымъ. Это результаты ихъ собственаго прошлага. Согласно философіи Іоговъ, всѣ добрыя дѣла приносятъ удовольствія и всѣ злые—страданія. Всякій человѣкъ, совершающій злые дѣла, навѣрно пожнетъ плоды ихъ въ формѣ страданія.

14. *Они приносятъ плоды въ видѣ радости или страданія, производимыхъ добродѣтелью или порокомъ.*
15. *Для распознающаго все мучительно какъ потому, что все приноситъ страданіе—или своими послѣдствіями, или опасеніемъ ихъ, или состояніемъ, которое производятъ въ немъ впечатльнія,—такъ и всльдствіе противодѣйствія качествъ.*

Іоги говорятъ, что человѣкъ, владѣющій силою распознаванія, обладающій здравымъ смысломъ, видѣтъ насквозь такъ называемыя удовольствія и страданія и знаетъ, что они всегда равно распределены, и что одно слѣдуетъ за другимъ и растворяется въ другомъ; онъ видѣтъ, что люди всю жизнь преслѣдуютъ блуждающіе огни и никогда не достигаютъ

выполнения своихъ желаній. Никогда не было въ этомъ мірѣ любви, которая бы не знала увяданія. Великий царь Юдиштира однажды сказалъ, что самая удивительная вещь въ жизни это то, что постоянно мы видимъ умирающихъ вокругъ насъ людей и все-таки думаемъ, что никогда не умремъ. Окруженные со всѣхъ сторонъ глупцами, думаемъ, что только мы составляемъ исключение, что умны только мы; видя кругомъ себя всевозможные примѣры непостоянства, считаемъ только нашу любовь прочною. Но можетъ ли это быть? Сама любовь эгоистична, и Іогъ говоритъ, что въ концѣ концовъ мы видимъ, что даже любовь мужей и женъ, дѣтей и друзей постепенно угасаетъ. Уничтоженіе захватываетъ въ этой жизни все. Только, когда все, даже любовь, измѣняется, человѣку вдругъ становится ясно, какъ тщетенъ, какъ призраченъ этотъ міръ. Тогда онъ видитъ на мгновеніе проблескъ Вайрачьямъ (перевоплощенія), схватываетъ проблескъ того, что позади. Новый міръ открывается только путемъ отреченія отъ этого міра и никогда путемъ привязанности къ нему. Никогда еще не было великой души, которая бы стала такою, не отвергнувъ чувствъ удовольствій и наслажденій. Причина несчастій есть борьба различныхъ силъ природы, изъ которыхъ одна влечеть по одной дорогѣ, другая по другой, дѣляя такимъ образомъ постоянное счастье невозможнымъ.

16. *Несчастье, еще не наступившее, должно быть устраниемо.*

Одну карму мы уже выработали, другую вырабатываемъ теперь, а плоды третьей ожидаемъ въ будущемъ. Выработанную мы уже пережили, она прошла и миновала; вырабатываемую переживаемъ теперь, и она должна быть пережита; ту же, отъ которой ожидаемъ плодовъ въ будущемъ, мы еще можемъ побѣдить и подчинить. Такимъ образомъ всѣ наши силы должны быть направлены къ подчиненію той кармы, которая еще не принесла плода. Это и разумѣется въ вышеприведенномъ афоризмѣ, гдѣ Патанджали говоритъ, что различные Самскары

должны быть подчиняены посредствомъ противодѣйствующихъ волнъ.

17. Причина того, что должно быть устранимо, есть сліяніе зрящаго съ зримымъ.

Кто это зрящій?—Сущность человѣка, Пуруша. Что такое зримое?—Вся природа, начиная съ сознанія до грубой матеріи. Всѣ удовольствія и страданія возникаютъ отъ сліянія Пуруши и сознанія. Пуруша, какъ вы должны помнить, согласно этой философіи, чиста и только, соединяясь съ природой,透过 отраженіе, кажется чувствующей удовольствіе или страданіе.

18. Испытываемое состоитъ изъ элементовъ и органовъ и по своей природѣ просвѣтленное, дѣятельное и инертное; его назначеніе—пріобрѣтеніе опыта и освобожденіе (испытывающаго).

Испытываемое, т. е. природа, состоитъ изъ элементовъ и органовъ: элементовъ грубыхъ и тонкихъ и органовъ чувствъ, сознанія и пр. Оно можетъ быть просвѣтлѣннымъ, активнымъ и инертнымъ. По-санскритски эти виды называются Саттва (просвѣтлѣніе), Раджасъ (дѣятельность) и Тамасъ (инерція), и каждый имѣеть назначеніемъ пріобрѣтеніе опыта и освобожденіе. Какое назначеніе всей природы?—То, чтобы Пуруша, забывшая, такъ сказать, свое могущество, свою божественную природу, могла пріобрѣсти опытность. Есть разсказъ, что царь боговъ Индра сталъ однажды свиньей, обзавелся самкою свинью и кучею порослятъ, валялся въ грязи и былъ совершенно счастливъ. Нѣсколько другихъ боговъ увидѣли его въ этомъ жалкомъ состояніи, подошли къ нему и сказали: „Ты, царь боговъ, обладающій полною божественною властью, зачѣмъ ты здѣсь?“ Индра отвѣчалъ: „Оставьте меня; мнѣ здѣсь хорошо; я не забочусь о небесахъ, пока у меня эта свинья и порослята“. Бѣдные боги стали въ тупикъ, не зная, что дѣлать. Спустя нѣкоторое время, они рѣшили прійти тихонько и убить одного поросенка, потомъ другого и т. д., пока не перебьютъ всѣхъ порослятъ и свинью. Такъ они и сдѣлали. Когда свинья и порослята были

мертвы, Индра сталъ плакать и рыдать. Тогда боги распороли его свиное тѣло; онъ вышелъ изъ него и, очнувшись, началъ смыться, рассказывая, какой отвратительный сонъ приснился ему: „Онъ царь боговъ, вдругъ обратился въ свинью и считалъ, что только эта свинская жизнь и возможна; мало того, ему хотѣлось, чтобы жизнь всей вселенной стала такой же свинской!“ Пуруша, когда она отождествляетъ себя съ природой, забываетъ, что она чиста и безконечна. Пуруша нѣ живетъ: она сама жизнь. Она не существуетъ: она сама существованіе. Душа не знаетъ: она сама знаніе. Чистое заблужденіе говорить, что душа живетъ или знаетъ, или любить. Любовь и существованіе не свойства души, но ея сущность. Когда они отражаются въ чемъ-нибудь, вы можете называть ихъ свойствами этого нѣчто; но они не качества Пуруши, но сущность этого великаго Атманъ, этого Безконечнаго Существа безъ рожденія или смерти, которое пребываетъ въ своей собственной славѣ, хотя и кажется какъ бы выродившимся до такой степени, что когда вы приближаетесь къ нему и говорите: „ты не свинья“, оно начинаетъ визжать и кусаться. Это бываетъ со всѣми нами въ этой Маія, въ этомъ обманчивомъ мірѣ, гдѣ все есть страданіе, плачъ и вопль, гдѣ катается нѣсколько золотыхъ шариковъ, и міръ наперерывъ старается захватить ихъ. Вы никогда не были связаны законами, природа никогда не имѣла никакихъ путь для васъ.—Такъ говорить вамъ Іогъ. Имѣйте же терпѣніе убѣдиться въ этомъ! Іогъ также объясняетъ вамъ, какъ соединяясь съ природою и отождествляя себя съ сознаніемъ и міромъ, Пуруша считаетъ себя несчастною. Затѣмъ Іогъ идетъ дальше, чтобы показать, что выходъ изъ такого соединенія возможенъ путемъ опыта. Вы должны пріобрѣсти опытъ, но дѣлайте это быстро. Мы сами помѣстили себя въ этой сѣти и должны выйти изъ нея. Мы сами попались въ капканъ и должны освободиться. Итакъ, извлекайте этотъ опытъ изъ супружескихъ, дружескихъ и дѣтскихъ привязанностей, и вы переживете ихъ благополучно, если никогда не забудете, что вы такое въ дѣйствительности. Никогда не забывайте, что настоящее ваше состояніе

только временное, и что вы должны пройти черезъ него. Испытаніе удовольствій и страданій великий учитель; но знайте, что оно только опытъ и должно вести васъ шагъ за шагомъ къ тому состоянію, когда какъ удовольствія, такъ и страданія окажутся ничтожными, а душа такъ велика, что вся вселенная будетъ какъ капля въ океанѣ и исчезнетъ вслѣдствіе своей ничтожности. Мы должны пройти черезъ эти испытанія, но не позволяйте себѣ никогда забывать идеала.

19. *Состоянія качествъ суть: опредѣленное, неопределѣленное, только намѣченное и лишенное признаковъ.*

Я говорилъ въ нѣкоторыхъ изъ предыдущихъ лекцій, что система Іоги построена вполнѣ на философіи Санкья; теперь опять напомню вамъ космологію этой философіи. По ученію Санкья, сама природа составляетъ какъ материальную, такъ и производящую причину вселенной. Въ природѣ есть вещества трехъ родовъ: Саттва, Раджасъ и Тамасъ. Тамасъ это все, что темно, невѣжественно и тяжело; Раджасъ—дѣятельность; Саттва—спокойствіе, свѣтъ. Когда природа находится въ состояніи, предшествующемъ творенію, она называется Авиактамъ, неопределенная или неразъединенная; это состояніе, въ которомъ нѣтъ никакого различія формъ и названій, въ которомъ три вещества находятся въ совершенномъ равновѣсіи. Потомъ равновѣсіе нарушается; эти три вещества начинаютъ смѣшиваться различнымъ образомъ, и въ результатѣ получается вселенная. Въ каждомъ человѣкѣ эти три вещества также существуютъ. Преобладаніе Саттвы обнаруживается знаніемъ; преобладаніе Раджаса—дѣятельностью, а преобладаніе Тамаса—темнотою, утомленіемъ, лѣнностью, невѣжествомъ. Согласно теоріи Санкья, самое высшее, состоящее изъ этихъ трехъ веществъ, проявленіе природы есть то, что называется Махатъ, или міровой разумъ; сознаніе же каждого отдельного человѣка есть часть этого мірового разума. Итакъ, сознаніе происходитъ изъ Махата.

Психологія Санкья рѣзко отличаетъ Манасъ, функції сознанія отъ функцій разума, Буддги. Функції сознанія заключаются только въ томъ, чтобы соби-

рать и приносить впечатлінія и представлять ихъ Буддги, индивидуальному Махату, который, на основаніи полученного такимъ образомъ, приходитъ къ заключеніямъ. Такимъ образомъ, изъ Махата проходитъ сознаніе, а изъ сознанія особая тонкая матерія, частицы которой, соединяясь въ различныхъ комбинаціяхъ, образуютъ наконецъ грубый матеріаль, виѣшнюю природу. Философія Санкья утверждаетъ, что, начиная съ разума и кончая глыбою камня, все происходитъ изъ одной и той же сущности, и различие заключается только въ болѣе тонкомъ или болѣе грубомъ ея состояніи. Буддги есть самое тонкое состояніе матеріи, за нимъ идетъ Агамкара-самосознаніе, а рядомъ съ сознаніемъ—тонкій матеріаль, называемый Танматры, которыхъ нельзя видѣть, но къ существованію ихъ приводить заключеніе. Танматры соединяются въ различныхъ сочетаніяхъ, становятся грубѣе и, наконецъ, производятъ вселенную. Болѣе тонкое есть причина, болѣе грубое—слѣдствіе. Буддги—есть самая тонкая матерія; затѣмъ она все болѣе и болѣе грубѣеть, пока не становится вселенной. Согласно философіи Санкья, выше природы одна Пуруша, которая совсѣмъ нематеріальна. Пуруша не похожа ни на что другое: ни на Буддги, ни на сознаніе, ни на Танматры, ни на грубую матерію; она не родственна ни одному изъ нихъ; она совершенно особенная, вполнѣ отлична отъ нихъ по своей природѣ. Отсюда заключаютъ, что Пуруша должна быть бессмертна, потому что она не есть результатъ соединенія. То, что не есть результатъ соединенія, не можетъ умирать. Пурушъ, или душъ,—безконечное число.

Теперь афоризмъ, что состоянія качествъ суть опредѣленное, неопредѣленное и лишенное признаковъ, для нась понятень. Подъ опредѣленнымъ подразумѣваются очень тонкие матеріалы, Танматры, которые не могутъ быть чувствуемы обыкновенными людьми. Однакожъ, если вы упражняетесь въ Іогѣ, говорить Патанджали, послѣ нѣкотораго времени, ваши воспріятія станутъ настолько тонкими, что вы увидите ихъ. Вы слышали, вѣроятно, что каждое живое существо испускаетъ нѣкоторый свѣтъ; по словамъ Патанджали, этотъ свѣтъ можетъ быть видимъ Іогомъ. Мы не

видимъ его, но всѣ выдѣляемъ Танматры совершенно такъ, какъ цвѣтокъ постоянно испускаетъ Танматры, дѣлающіе для нась возможнымъ обонять ихъ. Каждый день въ теченіе нашей жизни мы выдѣляемъ изъ себя массу добра и зла, и, куда бы мы ни пошли, атмосфера полна этихъ выдѣленій. Это навело человѣка, безсознательно для него, на мысль строить храмы и церкви. Почему человѣкъ сталъ строить для богослуженія церкви? Почему бы ему не молиться, гдѣ попало? — Даже не зная причины, человѣкъ почувствовалъ, что мѣсто, гдѣ люди молятся, становится полно добрыхъ Танматровъ. Каждый день люди идутъ туда, и чѣмъ больше они ходятъ, тѣмъ святѣе становится мѣсто. Если человѣкъ, не имѣющій въ себѣ много Саттвы, идетъ туда, мѣсто вліяетъ на него и возвышаетъ качество его Саттвы; — въ этомъ значеніе всѣхъ храмовъ и священныхъ мѣсть; но слѣдуетъ помнить, что ихъ святость зависитъ отъ святыхъ людей, собирающихся здѣсь. Бѣда въ томъ, что человѣчество забываетъ первоначальную идею и извращаетъ ее. Были люди, сдѣлавшіе эти мѣста святыми, а потомъ слѣдствіе стало причиной, и мѣста дѣлали святыми людей. Если бы сюда приходили только злые, эти мѣста стали бы такими же дурными, какъ и всѣ другія. Не зданіе, а люди создаютъ храмъ; но это мы всегда забываемъ. Мудрецы и святые люди, имѣющіе много Саттвы, испускаютъ ее въ большомъ количествѣ вокругъ себя день и ночь и оказываются страшное вліяніе на окружающихъ ихъ. Человѣкъ можетъ стать настолько чистымъ, что его чистота сдѣляется, такъ сказать, осязаемой. Ставъ чистымъ, тѣло, въ чисто физическомъ смыслѣ, а не иносказательно или поэтически выражаясь, выдѣляетъ свою чистоту вездѣ, гдѣ бы человѣкъ не находился. Всякій, приходящій въ общеніе съ такимъ человѣкомъ, становится чистымъ.

Слѣдующее выраженіе „только намѣченное“, обозначаетъ Буддги, разумъ. „Только намѣченное“ есть первое проявленіе природы; изъ него развиваются всѣ прочія его проявленія, изъ которыхъ послѣднее или окончательное есть „лишенное признаковъ“ (непроявленное). Въ этомъ, повидимому, заключается причина ужаснаго разлада между новѣйшею наукой и всѣми

религіями. Всѣ религії принимаютъ, что природа получила начало отъ разума, хотя только нѣкоторыя изъ нихъ, болѣе философскія, употребляли научный языкъ. Настоящая теорія о Богѣ, взятая въ ея психологическомъ значеніи и независимо отъ всѣхъ идей о личномъ Богѣ, заключается въ томъ, что разумъ есть первый въ порядкѣ созданія и что изъ разума произошло то, что мы называемъ грубой матеріей. Новѣйшіе же философы говорятъ, что разумъ произошелъ послѣднимъ. Они считаютъ, что разумное начало медленно развивается въ животныхъ и изъ животныхъ въ человѣка. Они заявляютъ, что, вмѣсто того, чтобы все происходило отъ разума, самъ разумъ произошелъ послѣднимъ. Но и религіозныя и научныя утвержденія, хотя и кажутся прямо противоположными одни другимъ, оба вѣрны. Возьмемъ безконечный рядъ, А—В—А—В—А—В. Вопросъ въ томъ, что первое, А или В? Если мы возьмемъ рядъ такъ В—А..., скажете, что В первое. Это зависитъ отъ того, какъ посмотрите на этотъ рядъ. Путемъ эволюціи разумъ является грубой матеріей, а эта послѣдняя путемъ инволюціи — разумомъ, который опять, путемъ эволюціи принимаетъ форму матеріи. Санкья и всѣ религії ставятъ первымъ разумъ, и получается рядъ: разумъ, потомъ матерія, разумъ, потомъ матерія. Человѣкъ науки ставить свой палецъ на матерію и говорить: матерія, потомъ разумъ, матерія, потомъ разумъ. Но и тѣ и другіе указываютъ на одну и ту же цѣль. Индійская философія, однакожъ, идетъ дальше обоихъ, и разума и матеріи, и находить Пурушу или Сущность, стоящую выше всякаго разума и отъ которой разумъ есть только заимствованный свѣтъ.

20. Зряцій есть только разумъ и, хотя чистъ, видитъ сквозь окраску сознанія.

Это опять философія Санкья. Мы видѣли изъ этой философіи, что отъ самой низшей формы до сознанія все принадлежитъ природѣ, но выше природы стоять Пуруши (души), не имѣющія свойствъ. Тогда какъ можетъ душа казаться счастливой или несчастной?—Вслѣдствіе отраженія. Если положить на столь кусокъ чистаго кристалла и рядомъ съ нимъ красный

цвѣтокъ, кристалль будеть казаться красивымъ; совершенно то же и эти вѣнчніе виды счастья и несчастья, —они суть только отраженія; сама душа не имѣть никакой окраски. Душа не имѣть ничего общаго съ природой; природа одно, а душа другое, вѣчно отличное. Санкья говоритъ, что разумъ есть нѣчто составное, что онъ увеличивается и уменьшается (растеть и приходить въ упадокъ), что онъ мѣняется совершенно такъ же, какъ мѣняется тѣло, и что его природа почти та же самая, что и тѣла. Что ноготь пальца относительно тѣла, то тѣло относительно разума. Ноготь есть часть тѣла, но онъ можетъ быть обрѣзанъ сотни разъ, а тѣло будеть продолжать свое существованіе. Подобно этому разуму существуютъ зоны, тогда какъ тѣло можетъ быть отдано, отброшено. Однакожъ разумъ не можетъ быть бессмертенъ, потому что онъ измѣняется, то увеличиваясь, то уменьшаясь. Ничто, что мѣняется, не можетъ быть бессмертно. Разумъ, несомнѣнно, вырабатывается, и одно уже это указываетъ, что позади его должно быть нѣчто, такъ какъ онъ не можетъ быть свободнымъ. Все соединенное съ матеріей принадлежитъ къ природѣ и потому вѣчно связано. Что же свободно? —Свободно только то, что выше причины и слѣдствія. Мнѣ могутъ возразить, что идея свободы заблужденіе. На это я скажу, что идея зависимости также заблужденіе. Два факта входятъ въ наше сознаніе и, какъ держатся другъ другомъ, такъ и падаютъ одновременно. Одинъ —что мы связаны (зависимы). Если мы захотимъ пройти черезъ стѣну, и наша голова ударится о стѣну,—мы, значитъ, ограничены этою стѣною. Въ то же время мы видимъ у себя волю и думаемъ, что можемъ направлять ее, куда угодно. На каждомъ шагу намъ приходятъ эти противорѣчивыя идеи. Намъ приходится вѣрить, что мы свободны, и, однакожъ, на каждомъ шагу видимъ, что мы не свободны. Если одна идея — заблужденіе, вторая также заблужденіе, а если одна вѣрна, другая также вѣрна, потому что обѣ онъ имѣютъ общее основаніе — сознаніе. Іогъ говоритъ, что обѣ вѣрны, что мы связаны, насколько дѣло идетъ о разумѣ, и свободны, насколько дѣло касается души. Настоящая сущность человѣка есть Душа, Пуруша,

которая находится въ всякаго закона причинности. Ея свобода просвѣчиваетъ черезъ слои матеріи въ различныхъ формахъ, разума, сознанія и т. п. Это ея свѣтъ, блистающій черезъ всѣ ихъ; разумъ же не имѣеть своего собственнаго свѣта.

Каждый органъ имѣеть особенный центръ въ мозгу; нѣтъ того, чтобъ всѣ органы имѣли одинъ центръ, но каждый изъ нихъ имѣеть свой отдѣльный. Но человѣкъ можетъ видѣть и слышать въ одно и то же время; значитъ, впечатлѣнія, получаемыя различными органами, гдѣ-то объединяются. Если бы объединеніе происходило въ мозгу, тамъ долженъ бы быть общій центръ для глазъ, носа, ушей; между тѣмъ, мы знаемъ навѣрно, что такого центра нѣтъ. Почему же, несмотря на это, всѣ воспріятія гармоничны, и откуда они получаютъ свое единство? Разумъ вѣчно соединенъ съ мозгомъ; слѣдовательно, объединеніе происходитъ не въ немъ. Позади разума находится только Пуруша, и въ ней то и объединяются всѣ различные впечатлѣнія и воспріятія.

Сама душа есть центръ, гдѣ различные органы сходятся въ одну точку и объединяются. Душа свободна, и эта ея свобода каждый моментъ говорить вамъ, что вы свободны. Но вы ошибаетесь и постоянно смѣшиваете эту свободу съ разумомъ и сознаніемъ. Вы пытаетесь приписать эту свободу разуму и немедленно находите, что разумъ не свободенъ; вы приписываете свободу тѣлу, и тотчасъ природа говоритъ вамъ, что вы опять ошибаетесь. Вотъ отчего происходитъ это смѣшанное чувство свободы и зависимости въ одно и то же время. Йогъ подробно разбираетъ то, что свободно, и то, что связано, и его невѣдѣніе исчезаетъ. Онъ находитъ, что Пуруша свободна, что она есть сущность того знанія, которое, проходя источникъ Буддги, становится разумомъ и, какъ таковой, связано.

21. Природа испытываемаго—для него.

Природа не имѣеть собственнаго свѣта. Насколько въ ней присутствуетъ душа, она кажется свѣтомъ; но этотъ свѣтъ заимствованъ совершенно такъ, какъ лунный свѣтъ есть отраженный. Всѣ проявленія при-

роды, согласно Йогамъ, произведены этою самою природою; но природа не имѣть другого назначенія кромѣ освобожденія Пуруши.

22. Хотя разрушается для того, кто достигъ цѣли, она однакожь не уничтожается, оставаясь присущею другимъ.

Все назначеніе природы—заставить душу узнать, что она совершенно отдѣльна отъ природы, и, когда душа узнаетъ это, природа не имѣть больше для нея никакой прелести. Но вся природа исчезаетъ только для того человѣка, который сталъ свободнымъ. Всегда останется безконечное число другихъ, для которыхъ природа будетъ продолжать дѣйствовать.

23. Сліяніе есть причина осуществленія природы объ ихъ силѣ, какъ испытываемаго, такъ и его Владыки.

Согласно этому афоризму, когда душа входитъ въ соединеніе съ природой, сила души и сила природы обѣ проявляются въ этомъ соединеніи. Мы видимъ каждый день, что причина нашего страданія или удовольствія заключается всегда въ нашемъ соединеніи съ тѣломъ. Если-бъ я былъ вполнѣ увѣренъ, что я не тѣло, я не замѣчалъ бы ни жара, ни холода и ничего въ этомъ родѣ. Наше тѣло есть соединеніе. Заблужденіе говорить, что я имѣю одно тѣло, вы другое, а солнце третье. Вся вселенная есть одинъ океанъ матеріи; вы есть название одной маленькой частицы его,—я другой, а солнце—третій. Мы знаемъ, что матерія постоянно мѣняется: то, что образуетъ солнце сегодня, завтра можетъ образовать матерію нашихъ тѣлъ.

24. Невѣдѣніе—его причина.

Вслѣдствіе невѣдѣнія мы отождествляемъ себя съ отдѣльнымъ тѣломъ, и это дѣлаетъ насъ доступными всякимъ страданіямъ. Такой взглядъ на тѣло (т. е. отождествленіе его съ собою) есть чистое суевѣріе. Предразсудокъ дѣлаетъ насъ счастливыми и несчастными; суевѣріе, происходящее отъ незнанія, заставляетъ насъ чувствовать жаръ и холодъ, страданіе и удовольствіе. Наша задача стать выше такого

предразсудка, и йоги указываетъ намъ, какъ мы можемъ это сдѣлать. Доказано, что при нѣкоторыхъ психическихъ условіяхъ человѣкъ можетъ быть сжи-гаемъ и, пока эти условія продолжаются, не чувствуетъ боли. Бѣда въ томъ, что этотъ внезапный подъемъ сознанія приходитъ, подобно вихрю, въ одну минуту и уходитъ въ слѣдующую. Но, если мы достигаемъ его научнымъ путемъ, посредствомъ йоги, мы достигнемъ постояннаго отдѣленія себя отъ тѣла.

25. *При отсутствіи этого (невѣдѣнія) бываетъ отсутствіе сліянія, которое и есть то, чего слѣдуетъ избѣгать; въ этомъ независимость зрящаго.*

Согласно философіи йога, душа, вслѣдствіе невѣдѣнія, слилась съ природой, и наша цѣль заключается въ томъ, чтобы освободиться отъ власти природы. Въ этомъ задача всѣхъ религій. Всякая душа потенціально божественна. Цѣль заключается въ проявленіи этой Божественности путемъ подчиненія себѣ виѣшней и внутренней природы. Достигайте этого трудомъ, молитвою, психическимъ управлениемъ или философіей, однимъ изъ этихъ способовъ, нѣсколькими изъ нихъ или всѣми и будьте свободны. Ученія, догматы, обряды, книги, храмы, уставы—все это только второстепенные подробности. Йогъ стремится достигнуть этой цѣли господствомъ духа. Пока мы не можемъ освободиться отъ природы, мы рабы, такъ какъ должны идти, куда она приказываетъ. Йогъ заявляетъ, что тотъ, кто управляетъ сознаніемъ, управляетъ также и матеріей. Внутренняя матерія гораздо выше виѣшней; съ нею гораздо труднѣе бороться, гораздо труднѣе управлять ею; поэтому тотъ, кто побѣдилъ внутреннюю природу, подчиняетъ себѣ всю вселенную; она становится его слугою. Раджа-йога предлагаетъ способъ достигнуть этого подчиненія. Силы, даже высшая чѣмъ тѣ, которыя мы знаемъ въ физической природѣ, будутъ поражены. Наше тѣло есть только наружная оболочка сознанія. Тѣло и сознаніе не представляютъ собою двухъ различныхъ вещей: они, точно устрица и ее раковина,—только два вида одной вещи. Внутреннее вещества устрицы беретъ матерію извнѣ и вырабатываетъ раковину. Такимъ же образомъ, тѣ внутреннія

тонкія силы, которые называются сознаніемъ, беруть извѣтъ грубую матерію и изъ нея вырабатываютъ наружную оболочку тѣла. Если, поэтому, мы управляемъ внутренними силами, вамъ очень легко управлять внѣшними. Эти силы не различны: нѣтъ того, чтобы однѣ силы были физическія, а другія—умственныя; физическія силы суть только грубая проявленія тонкихъ (умственныхъ) силъ, совершенно такъ, какъ физической міръ есть только грубое проявленіе тонкаго міра.

26. Средство уничтоженія невѣдьмія есть непрерывное упражненіе въ распознаваніи.

Настоящая цѣль упражненія—различеніе реальнаго и нереального, знаніе, что Пуруша не есть природа, что она ни матерія, ни сознаніе и что, такъ какъ она не имѣетъ ничего общаго съ природой, то неспособна и мѣняться. Природа есть только то, что мѣняется, соединяется и разъединяется, постоянно разлагаясь. Когда, вслѣдствіе постояннаго упражненія, мы начнемъ распознавать (реальное отъ нереального), невѣдьміе исчезнетъ, и Пуруша возсіаетъ въ своей собственной природѣ, всевѣдущая, всемогущая, вездѣсущая.

27. Знаніе ея принадлежитъ семикратно-высшему основанію.

Когда это знаніе приходитъ, оно приходитъ, какъ бы, въ семи степеняхъ, одна послѣ другой, и, когда одна изъ этихъ степеней пріобрѣтена, мы узнаемъ, что достигаемъ знанія. Прежде всего окажется, что мы узнали, что нужно знать. Сознаніе перестанетъ быть неудовлетвореннымъ. Пока мы испытываемъ жажду знанія, мы ищемъ вездѣ, гдѣ надѣемся добыть сколько-нибудь истины, и, не находя ея становимся неудовлетворенными и ищемъ въ новомъ направлениіи. Всѣ поиски напрасны, пока мы не начнемъ замѣтить, что знаніе въ насъ самихъ, что никто не можетъ помочь намъ, что мы сами должны помогать себѣ. Когда мы начнемъ упражнять силу распознаванія, первый признакъ, что мы близки къ истинѣ, будетъ тотъ, что это неудовлетворенное состояніе исчезнетъ. Мы будемъ чувствовать полную увѣренность, что нашли

истину, и что это не можетъ быть ничѣмъ другимъ, кромѣ истины. Тогда мы узнаемъ, что солнце восходитъ, что утро для насъ кончается, и, исполненные бодрости, должны настойчиво идти впередъ, пока цѣль не будетъ достигнута. Вторая степень будетъ та, что всякия страданія кончатся. Ничто во всей вселенной,—физической, умственной или духовной,—не будетъ въ состояніи доставить намъ страданіе. Третье будетъ то, что мы достигнемъ полнаго знанія, пріобрѣтемъ всевѣдѣніе. Дальше придетъ то, что называется свобода Читты. Мы достигнемъ того, что всякия трудности и борьба отпадутъ отъ насъ. Всѣ колебанія сознанія, когда сознаніе не можетъ быть управляемо, пропадаютъ навсегда подобно тому, какъ камень, скатываясь съ вершины горы въ долину, никогда не возвращается опять на верхъ. Слѣдующее будетъ то, что сама Читта пріобрѣтетъ способность растворяться безъ остатка въ своихъ причинахъ, когда бы мы этого ни пожелали. Въ заключеніе, мы найдемъ, что утвердились въ нашей сущности; узнаемъ, что мы были одни во всей вселенной, что ни тѣло, ни сознаніе не были связаны съ нами и тѣмъ менѣе составляли съ нами одно. Они дѣлали свое дѣло, а мы, по незнанію отождествляли себя съ ними. На самомъ дѣлѣ, мы были одни, всемогущіе, всездѣсущіе, вѣчно блаженные; наше собственное „я“ было такъ чисто и совершенно, что мы ни въ чемъ постороннемъ не нуждались. Мы не нуждались ни въ чемъ постороннемъ, чтобы сдѣлаться счастливыми, потому что мы само счастье. Мы найдемъ, что это знаніе не зависитъ ни отъ чего другого; во всей вселенной не можетъ быть ничего, что не стало бы яснымъ для нашего знанія. Это будетъ послѣднее состояніе, и Іогъ станетъ покойнъ и невозмутимъ; никогда болѣе не испытаетъ никакого страданія, никогда не впадетъ въ заблужденіе; его никогда не коснется несчастье. Онъ будетъ знать, что онъ вѣчно блаженъ, вѣчно севершеннъ, всемогущъ.

28. Съ уничтоженіемъ, посредствомъ упражненія въ различныхъ частяхъ Іоги, нечистоты, знаніе становится озареннымъ до распознаванія.

Здѣсь рѣчь идетъ о практическомъ знаніи. То, о которомъ мы только что говорили, гораздо выше. Оно не только значительно выше конечнаго предѣла нашихъ стремленій, оно идеаль. Первое, чего надо достичь, это физического и умственного управления; потомъ твердо уяснить себѣ идеалъ; а зная идеалъ, останется примѣнять способъ его достижения.

29. Яма, Ніяма, Асана, Пранаіама, Прат്യахара, Дхарана, Дхіана, Самадхи — суть органы Іога.
30. Непричиненіе вреда, правдивость, неприсвоеніе чужого, воздержаніе и непринятіе даровъ — называется Яма.

Человѣкъ, который хочетъ быть совершеннымъ Іогомъ, долженъ отбросить мысль о различіи пола. Душа не имѣть пола; зачѣмъ ей унижать себя подобными мыслями? Дальше мы лучше поймемъ, почему эти мысли должны быть устраниены. Полученіе отъ другихъ даровъ такъ же дурно, какъ и кража. Сознаніе всякаго принимающаго подарки находится подъ влияниемъ сознанія дающаго, такъ что человѣкъ, получающій подарки, вырождается. Полученіе подарковъ нарушаетъ независимость сознанія и дѣлаетъ нась настоящими рабами. Поэтому не принимайте ничего.

31. Эти, ненарушенные временемъ, мѣстомъ, намѣреніемъ и кастой, суть всеобщіе великие обѣты.

Эти упражненія,—непричиненіе вреда, неприсвоеніе чужого, цѣломудріе и непринятіе даровъ,—должны быть производимы каждымъ мужчиной, женщиной, ребенкомъ, каждой душой, независимо отъ націи, страны и положенія.

32. Внутреннее и наружное очищеніе, довольство, самообузданіе, изученіе и поклоненіе Богу составляютъ Ніаму.

Наружная чистота есть содержаніе тѣла чистымъ. Неопрятный человѣкъ никогда не будетъ Іогомъ. Должна быть также внутренняя чистота. Она достигается поименованными въ началѣ добродѣтелями. Конечно, внутренняя чистота болѣе цѣнна, чѣмъ

наружная; но необходимы обѣ,— въ наружной же чистотѣ безъ внутренней нѣтъ ничего хорошаго.

33. Для загражденія доступа мыслямъ, враждебнымъ Іогъ, должны быть вызваны противоположныя мысли.

Это способъ упражняться во всѣхъ упомянутыхъ добродѣтеляхъ посредствомъ удержанія въ сознаніи мыслей противоположнаго характера. Когда приходитъ мысль о получениіи подарковъ, замѣните ее противоположною мыслью.

34. Препятствія къ Іогъ суть убийство и проч., совершенныя, вызванныя и одобренныя вслѣдствіе алчности, гнѣва или невѣдѣнія, будуть ли они слабыя, среднія или значительныя.

Способъ устраниить ихъ — думать о противоположномъ.

Если я говорю ложь или заставляю другого лгать, или одобряю, когда другой это дѣлаетъ, все это одинаково грѣшно. Ложь, самая ничтожная,—все же ложь. Всякая порочная мысль будетъ отражена назадъ; всякое побужденіе ненависти, которое можетъ появиться у васъ даже въ подземельѣ, сохранится и когда-нибудь, еще въ здѣшней жизни, вернется къ вамъ съ ужасной силой въ формѣ какого-нибудь несчастья. Если вы замышляете совершиить что-нибудь изъ ненависти или зависти, ваши намѣренія отразятся къ вамъ съ процентами на проценты. Никакая сила не можетъ отвратить ихъ; разъ вы привели ихъ въ движение, вы будете обязаны перенести ихъ. Память объ этомъ удержитъ васъ отъ совершеннія злыхъ поступковъ.

35. Въ присутствіи утвердившагося въ непричиненіи вреда прекращается всякая вражда (въ другихъ).

Если человѣкъ достигъ идеала въ непричиненіи вреда другимъ, при немъ даже свирѣпые животныя дѣлаются смирными. Въ присутствіи такого Іога тигръ и лань будутъ вмѣстѣ играть и не причинять вреда другъ другу. Когда вы дойдете до такого состоянія,

тогда только убъдитесь, что прочно утвердились въ непричиненіи вреда.

36. Утвержденіемъ въ правдивости Іогъ пріобрѣтаетъ силу пользоваться для себя и другихъ плодами дѣлъ безъ ихъ совершенія.

Когда сила правды утвердится въ васъ, вы даже во снѣ никогда не проявите неправды ни въ мысли, ни въ словѣ, ни на дѣлѣ; все, что бы вы ни сказали, будетъ правда. Вы можете сказать человѣку: „будь благословенъ!“ и онъ будетъ благословенъ. Если кто-нибудь боленъ, и вы скажете ему: „излѣчись!“ онъ выздоровѣетъ немедленно.

37. Утвержденіемъ въ неприсвоеніи чужого всѣ богатства достигаются Іогомъ.

Чѣмъ больше вы убѣгае отъ природы, тѣмъ болѣе она слѣдуетъ за вами, и, если вы совсѣмъ не заботитесь о ней, она становится вашимъ рабомъ.

38. Утвержденіемъ въ воздержаніи пріобрѣтается энергія.

Цѣломудренное сознаніе имѣть страшную энергию, гигантскую силу воли; безъ нея не можетъ быть никакой умственной силы. Всѣ люди съ гигантскимъ умомъ были очень воздержаны. Оно даетъ удивительную власть надъ человѣчествомъ. Вожди людей были очень воздержаны, и это дало имъ власть. Поэтому Іогъ долженъ быть воздерженъ.

39. Утвердившись въ непринятіи даровъ, онъ (Іогъ) получаетъ воспоминаніе о прошедшей жизни.

Когда Іогъ не принимаетъ подарковъ, онъ перестаетъ быть обязаннымъ другимъ, остается независимымъ и свободнымъ, и его умъ дѣлается чистымъ. Всякій подарокъ приносить получающему всѣ злые свойства дарителя, и онѣ ложатся слой за слоемъ на его сознаніе, пока не покроютъ его всевозможными оболочками зла. У непринимающаго подарковъ, сознаніе становится чистымъ, и первое, что онъ получаетъ, это воспоминаніе о прежней жизни. Только тогда Іогъ вполнѣ укрѣпляется въ своеѣ идеалѣ, такъ какъ

видитъ, что онъ приходилъ и уходилъ уже много разъ, и рѣшасть, что впредь останется свободнымъ и больше не придетъ и не уйдетъ, и не будетъ рабомъ природы.

40. Съ утверждениемъ внутренней и наружной чистоты возникаетъ отвращеніе къ собственному тѣлу и несообщеніе съ другими тѣлами.

Когда наступаетъ дѣйствительное очищеніе тѣла, наружное и внутреннее, является забвеніе тѣла, и мысль о содержаніи его красивымъ исчезаетъ. То, что другіе называютъ самымъ прекраснымъ лицомъ, Іогу кажется лицомъ животнаго, если въ немъ нѣтъ осмыслиности. То, что свѣтъ назоветъ самымъ обыкновеннымъ лицомъ, онъ называетъ божественнымъ, если изъ-за него свѣтится духъ. Жажда тѣла есть страшная отрава человѣческой жизни. Когда чистота установлена, первый признакъ будетъ тотъ, что вы вовсе не думаете, что вы тѣло. Только съ наступленіемъ чистоты вы достигаете освобожденія отъ мысли о тѣлѣ.

41. Возникаетъ также очищеніе Саттвы, веселое расположение духа, сосредоточенность, побѣда надъ чувственностью и способность самопознанія.

Вслѣдствіе этого упражненія (въ Іогѣ) матерія Саттвы становится преобладающей, и тогда сознаніе дѣлается сосредоточеннымъ и радостнымъ. Печаль можетъ быть признакомъ дурного пищеваренія, но не религіозности. Радостное чувство есть природа Саттвы. Все радуетъ человѣка богатаго Саттвою, и, когда такое состояніе наступаетъ, знайте, что вы дѣлаете успѣхи въ Іогѣ. Всякое страданіе причиняется Тамасомъ, и потому вы должны освободиться отъ него. Угрюмость—одинъ изъ результатовъ Тамаса. Сильные, хорошо сложенные, молодые, здоровые, смѣлые только и годятся, чтобы быть Іогами. Для Іога во всемъ блаженство; всякое человѣческое лицо, которое онъ видить, доставляетъ ему радость. Это признакъ добродѣтельнаго человѣка. Уныніе происходитъ отъ грѣховности, а не отъ какой-либо другой причины. Какое дѣло можно имѣть съ угрюмыми людьми? — Они ужасны. Если ваше лицо угрюмо, не выходите изъ дома въ этотъ день, запрitezь въ своей комнатѣ. Ка-

кое вы имъете право выносить на свѣтъ эту болѣзнь? Когда ваше сознаніе сдѣлается подчиненнымъ, вы будете управлять всѣмъ тѣломъ. Вместо того, чтобы тянуть внизъ вашу душу, она будетъ лучшимъ ея помощникомъ.

42. Изъ довольства происходитъ высшее счастье.

43. Слѣдствиемъ самообузданія является изощреніе органовъ чувствъ и тѣла черезъ уничтоженіе нечистоты.

Результатъ самообузданія обнаруживается немедленно повышеніемъ силы видѣнія, слышаніемъ на большихъ разстояніяхъ и т. п.

44. Повтореніемъ „Мантрама“ достигается восприятіе присутствія призываемаго божества.

Чѣмъ выше существа, которыя вы хотите увидѣть, тѣмъ настойчивѣе должно быть упражненіе.

45. Принесеніемъ всего въ жертву Исквары достигается Самадхи.

Вслѣдствіе преданія себя воли Божіей Самадхи становится совершенною.

46. Положеніе тѣла есть то, которое твердо и пріятно.

Переходимъ къ Асана, положенію тѣла. Пока вы не пріобрѣли твердой посадки, вы не можете упражнить дыханіе и производить прочія упражненія. Твердая посадка значить такая, при которой вы совсѣмъ не чувствуете тѣла; только тогда она становится твердой. При обыкновенныхъ условіяхъ вы найдете, что, какъ только просидѣли очень короткое время, въ тѣлѣ являются разныя беспокойства; но, если вы возвыситесь надъ мыслью о конкретномъ тѣлѣ, вы утратите всякое чувство тѣла, не будете чувствовать ни удовольствія, ни боли, а, когда опять вернетесь къ тѣлу, оно будетъ чувствовать себя отдохнувшимъ. Когда вы достигнете успѣха въ побѣдѣ надъ тѣломъ и въ держаніи его крѣпкимъ, ваше упражненіе будетъ устойчиво; но, пока тѣло васъ беспокоитъ, ваши нервы

остаются беспокойными, и вы не можете сосредоточить сознания. Мы можемъ сдѣлать посадку твердою думая о бесконечномъ. Думать объ Абсолютномъ Бесконечномъ мы не можемъ, но можемъ о бесконечномъ небѣ.

47. Путемъ легкаго усилия и размышленія о безпределномъ (положеніе тѣла становится твердымъ и пріятнымъ).

Свѣтъ и темнота, удовольствіе и боль не будутъ тогда беспокоить васъ.

48. Разъ овладѣли сидѣніемъ, противоположности перестаютъ мышатъ.

Противоположности суть добро и зло, жаръ и холодъ и всѣ пары противоположныхъ качествъ.

49. Затѣмъ слѣдуетъ управление движеніемъ вдыханія и выдыханія.

Овладѣвъ положеніемъ тѣла, надо побѣдить и подчинить это движение (легкихъ). Такимъ образомъ мы подходимъ къ Пранаіямъ, подчиненію жизненныхъ силъ тѣла. Прана не есть дыханіе, хотя ее обыкновенно такъ переводятъ. Она есть сумма космической энергіи. Это энергія, находящаяся въ каждомъ тѣлѣ, и ея наиболѣе замѣтное проявленіе—движение легкихъ. Производимое Праной движение легкихъ втягивается въ нихъ воздухъ, и это движение мы въ Пранаіамъ и стремимся подчинить себѣ. Мы начинаемъ съ управлѣнія этимъ движениемъ, какъ съ самаго легкаго способа достигнуть управлѣнія Праной.

50. Ея видоизмененія бываютъ наружныя, внутреннія или неподвижныя, опредѣляемыя мѣстомъ, временемъ и числомъ, продолжительная или короткая.

Три рода Пранаіамы суть: одинъ, посредствомъ котораго мы вдыхаемъ, другой, посредствомъ котораго выдыхаемъ, и третій, когда воздухъ удерживается отъ входа въ легкія и выхода изъ нихъ. Они раздѣляются также по мѣсту и времени. По мѣсту это значить, что Прана удерживается въ нѣкоторыхъ отдѣльныхъ частяхъ тѣла. По времени значить, какъ долго Прана

будеть удержана въ извѣстномъ мѣстѣ: намъ говорять, сколько секундъ продолжать одно движение и сколько секундъ другое. Слѣдствіе этой Пранаіамы есть Удгхата, пробужденіе Кундалини.

51. Четвертый есть подчиненіе Праны направленіемъ ея на внѣшніе, или внутренніе предметы.

Это четвертый родъ Пранаіамы. Прана можетъ быть направляема или наружу, или внутрь.

52. Этимъ ослабляется заслоненіе свѣта Читты.

Читта, по своей собственной природѣ, обладаетъ знаніемъ всего. Она состоитъ изъ частицъ Саттвы, но покрыта частицами Раджасъ и Тамасъ, и посредствомъ Пранаіамы этотъ покровъ удаляется.

53. Сознаніе становится способнымъ къ Дхаранѣ.

Послѣ того, какъ этотъ покровъ удаленъ, мы способны сосредоточивать сознаніе.

54. Сосредоточеніе органовъ производится посредствомъ отреченія отъ соотвѣтствующихъ имъ предметовъ и принятія формы матеріи — сознанія.

Органы суть отдѣльныя состоянія матеріи сознанія. Я вижу книгу; форма не въ книгѣ, она въ сознаніи. Есть нѣчто вѣнѣ мя, вызывающее эту форму, но самая форма въ Читтѣ. Органы отождествляютъ себя съ нею и принимаютъ всякия формы, какія достигаютъ ихъ. Если вы сможете не позволить матеріи сознанія принимать формы, сознаніе станетъ спокойнымъ. Это называется Пратьяхарой. Она ведеть къ высшему управлению органами.

Когда йогъ достигъ умѣнья не позволять органамъ принимать формы виѣшнихъ предметовъ и заставляетъ ихъ составлять одно съ матеріей сознанія, тогда наступаетъ полное управление органами; а, когда органы вполнѣ подчинены, каждый мускулъ и нервъ будутъ въ подчиненіи, потому что органы суть центры всѣхъ ощущеній и всѣхъ дѣйствій. Органы раздѣляются на органы движения и органы ощущеній. Когда органы подчинены, йогъ можетъ управлять всѣми чувствами и дѣйствіями; все тѣло будетъ подчинено ему. Только

тогда человѣкъ начинаетъ чувствовать радость, что родился; тогда онъ можетъ съ увѣренностью сказать: "счастливъ я, что родился". Достигнувъ такого управления органами, мы почувствуемъ, какъ на самомъ дѣлѣ удивительно это тѣло.

Г л а в а III.

О силахъ.

Теперь мы подошли къ главѣ, которая называется Главою Силъ.

1. *Дхарана есть удержаніе мысли на какомъ-нибудь опредѣленномъ предметѣ.*

Дхарана (сосредоточеніе) есть состояніе, при которомъ мысль останавливается на какомъ-либо предметѣ или въ тѣлѣ, или въ тѣла, и удерживается въ этомъ положеніи.

2. *Непрерывное теченіе познаванія этого предмета есть Дхіана.*

Сознаніе должно сосредоточиться на одномъ предметѣ, держаться опредѣленного небольшого мѣста, какъ напримѣръ: верхушки головы, сердца и т. п.; и если ему удастся получать впечатлѣнія только отъ этой части тѣла и не получать ни отъ какой другой, это будетъ Дхарана; а, когда оно удерживается въ этомъ состояніи нѣкоторое время, это называется Дхіана (созерцаніе).

3. *Когда оно, отвергая всѣ образы, отражаетъ только ихъ смыслъ, это Самадхи.*

Это — когда въ созерцаніи отбрасываются всѣ формы. Предположимъ, я созерцаю книгу и постепенно успѣль сосредоточить на ней мысль и воспринимать только внутреннія впечатлѣнія, смыслъ, не выра-

женный ни въ какой формѣ,— это состояніе Дхіаны называется Самадхи.

4. (Эти) три (когда въ нихъ упражняются) по отношенію къ одному предмету составляютъ Самаіяму.

Когда человѣкъ можетъ направить свою мысль на извѣстный предметъ, установить ее на немъ и удерживать тамъ долгое время, отдѣливъ сущность предмета отъ внѣшней его части, это Самаіяма, представляющая собою такимъ образомъ Дхарану, Дхіану и Самадхи, слѣдующія одна за другою и составляющія одно. Форма предмета исчезла, и въ сознаніи остается только его смыслъ.

5. Достиженіемъ этого пріобрѣтается свѣтъ знанія.

Когда кто-нибудь достигъ умѣнія дѣлать Самаіяму, всѣ силы подчиняются ему. Это самое важное орудіе Іога. Предметы знанія безконечны и раздѣляются на грубые, болѣе грубые и самые грубые; тонкіе, болѣе тонкіе и самые тонкіе и т. д. Самаіяма должна сначала примѣняться къ грубымъ предметамъ, и, когда вы начинаете получать знаніе о нихъ, ее слѣдуетъ немедленно и постепенно примѣнять къ тонкимъ предметамъ.

6. Имъ слѣдуетъ пользоваться постепенно.

Это предостереженіе: не пытаться идти слишкомъ быстро.

7. Эти три ближе, чѣмъ предыдущія.

Передъ этими упражненіями мы имѣли Пранаіяму, Асану, Яму и Ніяму; это внѣшнія части послѣднихъ трехъ — Дхараны, Дхіаны и Самадхи. Но даже и эти послѣднія суть внѣшнія по отношенію къ безсъянной Самадхи. Когда человѣкъ достигъ ихъ, онъ можетъ достичнуть всевѣдѣнія и всемогущества, но это еще не будетъ спасеніе. Эти три не сдѣлаютъ сознаніе Нирвакальпа, неизмѣняемымъ, но оставятъ сѣмена для образованія вновь тѣль; только, когда сѣмена будутъ „поджарены“, какъ говорить Іогъ, они потеряютъ воз-

можность произвести дальнѣйшія растенія. Достигнутыя до сихъ поръ силы не могутъ поджарить сѣмя.

8. Но даже они вныши относительно лишенной сѣмени Самадхи.

Сравнительно съ лишенной сѣмени Самадхи, поэтому даже эти виѣшни. Мы еще не достигли настоящей, самой высшей Самадхи, но только низшей ея степени, въ которой, какъ мы видимъ, вселенная еще существуетъ и которой принадлежать всѣ эти силы.

9. Подавленіемъ беспорядочныхъ видоизмѣненій сознанія и возбужденіемъ измѣненій управления, сознаніе достигаетъ сдерживающихъ видоизмѣненій, слѣдующихъ за управляющими силами сознанія.

Это значитъ, что въ первомъ состояніи Самадхи измѣненія сознанія подчинены не вполнѣ, такъ какъ, иначе, не было бы никакихъ видоизмѣненій. Если есть видоизмѣненіе, побуждающее сознаніе освободиться отъ чувствъ, и Іогъ старается подчинить его, то само это подчиненіе будетъ видоизмѣненіемъ. Одна волна будетъ обуздана другою волною; но, когда и всѣ волны улягутся, это не будетъ еще настоящая Самадхи, такъ какъ само управление представить собою волну. Тѣмъ не менѣе, эта низшая Самадхи гораздо ближе къ высшей Самадхи, чѣмъ когда сознаніе не подчинено совсѣмъ.

10. Теченіе его укрѣпляется привычкою.

Теченіе этого постояннаго управления сознаніемъ становится прочнымъ, если въ немъ упражняются день за днемъ; тогда сознаніе приобрѣтаетъ способность постояннаго сосредоточенія.

11. Когда берутся всевозможные предметы и сосредоточиваются на одномъ, эти двѣ силы поперемѣнно то исчезаютъ, то проявляются; Читта же подвергается видоизмѣненію называемому Самадхи.

Сознаніе останавливается на разныхъ предметахъ, входить въ разнаго рода вещи, но высшее состояніе сознанія есть то, когда оно береть одинъ предметъ

и устраниетъ всѣ остальные. Самадхи есть результатъ его.

12. Читта достигаетъ одно-полярности, обнимая въ одно прошедшее и настоящее.

Какъ мы можемъ узнать, что сознаніе, сосредоточилось? — Потому, что время исчезнетъ. Чѣмъ больше исчезаетъ время, тѣмъ больше мы сосредоточены. Въ обыкновенной жизни мы видимъ, что, заинтересовавшись книгой, мы совсѣмъ не замѣчаемъ времени и, отложивъ книгу, бываемъ часто удивлены, узнавши, какъ много времени прошло. Всякое время будетъ имѣть наклонность представляться однимъ настоящимъ. Итакъ, опредѣленіе дано: чѣмъ больше прошедшее и настоящее представляются однимъ, тѣмъ сознаніе болѣе сосредоточено.

13. Этимъ объясняется троякое превращеніе формы, времени и состоянія въ тонкую или грубую матерію и въ органы чувствъ.

Этимъ объясняются троякія измѣненія въ матеріи сознанія въ форму, время и состояніе. Матерія сознанія измѣняется въ Бритти, а эти въ форму. Способность относить измѣненія къ настоящему времени есть измѣненіе во времени. Способность заставить матерію сознанія принять форму прошедшаго, отбросивши настоящее, есть измѣненіе состоянія. Сосредоточенія, которымъ учить предыдущій афоризмъ, даютъ Іогу управлѣніе по его желанію превращеніями его матеріи сознанія, которое только одно даетъ ему силы дѣлать вышеупомянутую Самаіяму.

14. То, на что дѣйствуетъ превращеніе, прошлое, настоящее, или то, которое еще должно проявиться, есть условное.

Другими словами, условное есть вещество, на которое дѣйствуетъ время и Самскары, и которое постоянно измѣняется и проявляется.

15. Послѣдовательность перемѣнъ есть причина многообразной эволюціи.

16. Совершениемъ Самаіамы надъ тремя родами измѣнений пріобрѣтается знаніе прошлого и будущаго.

Мы не должны упускать изъ виду первого определенія Самаіамы. Когда сознаніе достигло такого состоянія, когда оно отождествляется съ внутреннимъ впечатлѣніемъ предмета, оставляя въ сторонѣ вѣнчее, и когда, вслѣдствіе долгаго упражненія, сознаніе удерживаетъ это состояніе и можетъ пройти въ него въ одинъ моментъ, это Самаіама. Если человѣкъ въ этомъ состояніи захочетъ узнать прошедшее или будущее, онъ долженъ совершать Самаіаму надъ измѣненіями въ Самскарахъ. Нѣкоторые изъ нихъ вырабатываются теперь, въ настоящее время, другія уже выработаны, а нѣкоторые еще должны выработатьсѧ. Дѣлая Самаіаму надъ ними, онъ узнаетъ прошедшее и будущее.

17. Совершениемъ Самаіамы надъ словомъ, значеніемъ и знаніемъ, которыя, обыкновенно, смѣшаны, пріобрѣтается пониманіе всѣхъ звуковъ животныхъ.

Слово представляетъ собою вѣнчнюю причину; значение—внутреннее колебаніе, проходящее черезъ каналы Индрій и сообщающее вѣнчное впечатлѣніе сознанію: а знаніе представляется реакцію сознанія, съ которою является воспріятіе. Эти три, будучи смѣшаны, составляютъ предметы нашихъ чувствъ. Предположимъ, я слышу слово. Сначала тутъ вѣнчия вибрація; потомъ внутреннее ощущеніе, принесенное сознанію органомъ слуха; затѣмъ сознаніе реагируетъ, и я знаю слово. Слово, которое я знаю, есть смѣшеніе трехъ вещей: колебанія, ощущенія и реакціи. Обыкновенно эти три нераздѣльны, но путемъ упражненія Іогъ пріобрѣтаетъ способность раздѣлять ихъ. Когда человѣкъ достигъ этого, дѣлая Самаіаму надъ какимъ-нибудь звукомъ, онъ понимаетъ значеніе, которое имѣлось въ виду выразить этимъ звукомъ, произведенъ ли онъ человѣкомъ или какимъ бы то ни было животнымъ.

18. Различиемъ впечатлѣній—знаніе прошлой жизни.
Всякое наше ощущеніе является въ формѣ волны

въ Читтѣ. Эта волна успокаивается и становится все тоньше и тоньше, но никогда не пропадаетъ. Она остается тамъ въ слабой формѣ и, если мы въ состояніи вызвать эту волну опять, она становится памятью. Итакъ, если Іогъ можетъ сдѣлать Самаіямъ на эти прошлые впечатлѣнія сознанія, онъ начнетъ вспоминать всѣ свои прежнія жизни.

19. *Совершеніемъ Самаіамы надъ признаками чужого тѣла — знаніе его сознанія.*

Предположимъ, что каждый человѣкъ имѣеть особенные знаки на своемъ тѣлѣ, отличающіе его отъ другихъ. Когда Іогъ дѣлаетъ Самаіаму на эти знаки, свойственные известному человѣку, онъ узнаетъ природу сознанія этого лица.

20. *Но не содержаніе чужого сознанія, такъ какъ оно не было предметомъ Самаіамы.*

Онъ не узнаетъ содержанія мыслей, дѣлая Самаіаму надъ тѣломъ. Для этого потребовалась бы двойная Самаіама: сначала надъ знаками тѣла и потомъ надъ самыми сознаніемъ. Іогъ тогда узналъ бы, все что есть въ этомъ сознаніи: прошедшее, настоящее и будущее.

21. *Совершеніемъ Самаіамы надъ формою тѣла при устраненіи способности воспріятія образовъ и отъленіи способности проявленія въ глазу, тѣло Іога становится невидимымъ.*

Іогъ, стоящій въ срединѣ комнаты, можетъ повидимому исчезнуть. Онъ на самомъ дѣлѣ не исчезаетъ, но не будетъ никому видимъ. Форма и тѣло будутъ какъ бы раздѣлены. Вы должны помнить, что это можетъ быть сдѣлано только тогда, когда Іогъ достигъ до такой силы сосредоточенія, когда форма и предметъ, имѣющій эту форму, ему предстаиваютъ отдельно. Тогда онъ дѣлаетъ Самаіаму надъ предметомъ, и способность воспріятія формы устраниется, такъ какъ эта способность происходитъ отъ соединенія предмета и его формы. Этимъ объясняется также исчезновеніе, или скрытие, сказанныхъ словъ.

22. Карма бываетъ двухъ родовъ, приносящая плоды рано или поздно. Совершая Самаіаму надъ нею, или посредствомъ знаковъ, называемыхъ Ариштха,—Преднаменование,—Іоги знаютъ точное время разлученія съ своими тѣлами.

Когда Іогъ дѣлаетъ Самаіаму надъ своей собственной Кармой, надъ тѣми впечатлѣніями въ своемъ сознаніи, которыя теперь дѣйствуютъ, и тѣми, которыя сейчасъ ожидаются, онъ по тѣмъ, которыя ожидаются, точно знаетъ, когда умретъ его тѣло. Онъ знаетъ, когда умретъ: въ которомъ часу, даже въ какую минуту. Индуы очень интересуются знаніемъ такого момента, или сознаніемъ близости смерти, потому что Житта учитъ, что мысли въ моментъ отхода имѣютъ большое значеніе въ опредѣленіи съѣдущей жизни.

23. Совершеніемъ Самаіамы надъ дружбою и прочимъ пріобрѣтаются различные силы.

24. Совершеніемъ Самаіамы надъ силою слона и т. п. Іогомъ пріобрѣтается соответствующая сила.

Когда Іогъ достигъ способности совершать такую Самаіаму и хочетъ сдѣлаться сильнымъ, онъ дѣлаетъ Самаіаму надъ силою слона и пріобрѣтаетъ ее. Безконечная энергія находится въ распоряженіи каждого, если только онъ знаетъ, какъ овладѣть ею. Іогъ открылъ науку такого овладѣванія.

25. Совершеніемъ Самаіамы надъ тѣмъ лучезарнымъ свѣтомъ пріобрѣтается знаніе утонченного, загражденного и удаленного.

Когда Іогъ дѣлаетъ Самаіаму надъ лучезарнымъ свѣтомъ въ сердцѣ, онъ видѣтъ предметы, которые очень отдалены, напр. то, что происходитъ въ отдаленныхъ мѣстахъ, что заграждено горами, а равно предметы очень тонкіе.

26. Совершеніемъ Самаіамы надъ солнцемъ—познаніе мировъ.

27. Надъ луной—знаніе созвѣздій.

28. Надъ полярной звездой—движение звѣздъ.

29. *Надъ кругомъ пупка*—познаніе тѣлеснаго организма.

30. *Надъ углубленiemъ у горла*—прекращеніе голода.

Когда человѣкъ очень голодень, если онъ можетъ сдѣлать Самаіяму надъ углубленiemъ горла, голодъ прекращается.

31. *Надъ первомъ, называемымъ Курма*,—устойчивость тѣла.

Когда надъ нимъ упражняются, тѣло не можетъ быть разстроено.

32. *Надъ сіянiemъ около вершины головы*—лицезрѣніе Сиддховъ.

Сиддхи это существа, нѣсколько выше тѣней.

Когда Іогъ сосредоточитъ свое сознаніе на вершинѣ своей головы, онъ увидитъ этихъ Сиддховъ. Слово Сиддха вовсе не обозначаетъ людей, ставшихъ свободными,—между тѣмъ въ этомъ смыслѣ оно часто употребляется.

33. *Или силою Пратибха*—всевѣдѣнія.

Все это можетъ быть достигнуто безъ всякой Самаіамы человѣкомъ, который имѣеть силу Пратибхи (озаренія вслѣдствіе чистоты). Когда человѣкъ достигъ высокаго состоянія Пратибхи, онъ обладаетъ этимъ великимъ свѣтомъ. Всѣ предметы ясны для него. Все приходитъ къ нему естественно, безъ совершенія Самаіамы или чего бы то ни было.

34. *Въ сердцѣ*—знаніе мыслей.

35. *Обладаніе получается черезъ неразличеніе очень сдержанной души и Саттвы*; оно действуетъ на другихъ: Самаіама надъ этимъ даетъ знаніе Пуруши.

Сила отрѣшенія, пріобрѣтаемая чистотою, даетъ Іогу просвѣтлѣніе, называемое Пратибха.

36. *Отсюда возникаетъ пріобрѣтеніе слуха, осозанія, зрѣнія, вкуса и обонянія, присущихъ Пратибху.*

37. Это препятствія для Самадхи, но они суть силы въ земномъ состояніи.

Іогъ знаетъ, что всѣ прелести міра происходятъ вслѣдствіе соединенія Пуруши и сознанія. Если онъ хочетъ сдѣлать Самаіаму надъ тѣмъ, что природа и душа суть разныя вещи, онъ получаетъ знаніе Пуруши. Изъ этого возникаетъ распознаваніе. Когда онъ достигъ такого распознаванія, онъ достигаетъ Пратибхи, свѣта высшаго генія. Эти силы однакожъ суть препятствія къ достижению высшей цѣли, знанія чистой Души и свободы: онѣ, такъ сказать, встрѣчаются по пути; и, если Іогъ отказывается отъ нихъ, онъ достигаетъ самаго высшаго; если же соблазнится пріобрѣтеніемъ ихъ, его дальнѣйшій прогрессъ прегражденъ.

38. Когда причина связи ослаблена, Іогъ, посредствомъ своего знанія проявленія черезъ органы, входитъ въ чужое тѣло.

Іогъ можетъ войти въ мертвое тѣло и заставить его встать и двигаться даже въ то время, какъ онъ самъ дѣйствуетъ въ другомъ тѣлѣ. Или онъ можетъ войти въ живое тѣло и удерживать сознаніе и органы человѣка въ повиновеніи и временно дѣйствовать посредствомъ тѣла этого человѣка. Это дается вслѣдствіе достижениія Іогомъ различенія Пуруши и природы. Если онъ хочетъ войти въ тѣло другого, онъ дѣлаетъ Самаіаму надъ этимъ тѣломъ и входитъ въ него, потому что, по утвержденію Іога, вездѣсущи не только его душа, но и сознаніе. Оно есть частица всемирного сознанія. Обыкновенно мы можемъ дѣйствовать только посредствомъ нервныхъ токовъ нашего тѣла; но когда Іогъ станетъ независимымъ отъ этихъ нервныхъ токовъ, онъ будетъ способенъ дѣйствовать другими путями.

39. Побѣдою надъ токомъ, называемымъ Удана, Іогъ не погружается въ воду или въ болото и можетъ ходить по остриямъ.

Удана есть название нервнаго тока, управляющаго легкими и всею верхнею частью тѣла; и, когда Іогъ

дѣлается господиномъ его, онъ становится легкимъ въ вѣсѣ: онъ не можетъ утонуть въ водѣ, можетъ ходить по колючкамъ и лезвіямъ меча, стоять въ огнѣ и т. п.

40. *Побѣдою надъ токомъ Самана онъ окружается свѣтомъ.*

Когда бы онъ ни захотѣлъ, свѣтъ исходить изъ его тѣла.

41. *Совершеніемъ Самаіамы надъ отношеніемъ слуха къ Аказѣ пріобрѣтается божественный слухъ.*

Аказа — эфиръ, орудіе — слухъ. Дѣлая Самаіаму надъ ними, Іогъ пріобрѣтаетъ божественный слухъ: онъ слышитъ все; онъ слышитъ произнесенное или прозвучавшее за мили отъ него.

42. *Совершеніемъ Самаіамы надъ отношеніемъ Аказы и тѣла Іогъ становится легкимъ, какъ вата, и можетъ ходить по воздуху.*

Аказа есть матеріалъ тѣла; въ извѣстной формѣ она становится тѣломъ. Если Іогъ дѣлаетъ Самаіаму надъ Аказой, матеріей своего тѣла, онъ пріобрѣтаетъ легкость Аказы и можетъ ходить по воздуху.

43. *Совершеніемъ Самаіамы надъ вицѣнами реальными видоизмѣненіями сознанія, называемыми великою безтѣлесностью, достигается исчезновеніе заслоняющаго свѣтъ.*

Сознаніе въ своемъ безуміи думаетъ, что оно должно дѣйствовать въ тѣлѣ. Почему я долженъ быть связанъ одною системою нервовъ и помѣщать свое Я въ тѣлѣ, если сознаніе вездѣсущее? — Для этого нѣть никакого основанія. Іогъ хочетъ чувствовать свое Я всюду, гдѣ ему нравится, и, если онъ достигъ этого, все заслоняющее свѣтъ уходитъ прочь, и всякая темнота и невѣдѣніе исчезаютъ. Все ему представляется вполнѣ яснымъ.

44. *Совершеніемъ Самаіамы надъ элементами, начиная съ грубыхъ и кончая самыми тонкими, пріобрѣтается господство надъ элементами.*

Іогъ дѣлаеть Самаіяму надъ элементами, сначала надъ грубыми, а потомъ надъ тонкими ихъ состояніями. Эта Самаіяма производится часто одною сектою Буддистовъ. Они беруть комъ глины и дѣлаютъ надъ ней Самаіяму, и постепенно видятъ тонкие материалы, изъ которыхъ она состоить, и, когда узнаютъ всѣ тонкие материалы въ ней, получаютъ власть надъ этими элементами. Поступая такъ со всѣми элементами, Іогъ можетъ всѣ ихъ подчинить себѣ.

45. *Отсюда происходитъ утонченность и проч., прославление тѣла и неразрушаемость тѣлесныхъ свойствъ.*

Это значитъ, что Іогъ пріобрѣтаетъ восемь силъ. Онъ можетъ сдѣлать себя огромнымъ, тяжелымъ, какъ земля, или легкимъ, какъ воздухъ; будетъ управлять всѣмъ, чѣмъ захочетъ; левъ будетъ смиренъ въ его присутствіи, подобно лани, и всѣ его желанія исполняются по его волѣ.

46. *Прославленіе тѣла состоить въ красотѣ, цветѣ кожи, силѣ, подобной алмазу крѣпости.*

Тѣло становится несокрушимымъ: огонь не въ состояніи повредить его, ничто не можетъ ранить его, ничто не можетъ разрушить его, пока не захочетъ самъ Іогъ. „Ломая жезлъ времени, онъ живетъ въ этой вселенной съ своимъ тѣломъ“. Въ Ведахъ написано, что для такого человѣка нѣть больше болѣзни, смерти, страданія.

47. *Совершеніемъ Самаіамы надъ объектомъ, знаніемъ и самосознаніемъ органовъ постепенно получается побѣда надъ ними.*

При воспріятіи вицѣнныхъ предметовъ, органы оставляютъ свое мѣсто въ сознаніи и стремятся къ предмету; слѣдствіемъ этого является знаніе и самосознаніе. Когда Іогъ дѣлаеть Самаіяму надъ этими переходами, онъ овладѣваетъ органами. Возьмите что-нибудь, что вы видите и чувствуете, напр. книгу, и сосредоточьте сначала сознаніе на самой вещи, потомъ на знаніи, заключенномъ въ формѣ книги, и затѣмъ

на Я, которое видить книгу. Посредствомъ этого упражненія всѣ органы будуть подчинены.

48. Отсюда происходитъ просвѣтлънное сознаніе, сила органовъ, независимо отъ тѣла, и покореніе природы.

Какъ вслѣдствіе овладѣнія элементами получается просвѣтлѣніе тѣла, такъ черезъ подчиненіе сознанія приходитъ просвѣтлѣніе сознанія.

49. Совершая Самаіаму надъ Саттвой, тотъ, кто различаетъ разумъ отъ Пуруши, пріобрѣтаетъ вездѣсущіе и всевѣдѣніе.

Когда, побѣдивъ природу и установивъ различіе между Пуршой и природой, Йогъ видитъ, что Пуруша неуничтожаема, чиста и совершенна, онъ становится всемогущимъ и всевѣдущимъ.

50. Отреченіемъ даже отъ этихъ послѣднихъ разрушается самое стьмя зла; онъ достигаетъ Кайвалья

Онъ достигаетъ обособленія, независимости. Тогда человѣкъ свободенъ. Когда онъ откажется даже отъ мысли о всемогуществѣ и всевѣдѣніи, наступитъ полное отверженіе наслажденій и искушеній со стороны небесныхъ существъ. Когда Йогъ видѣлъ всѣ эти удивительныя силы и отвергъ ихъ, онъ достигаетъ цѣли. Что такое всѣ эти силы? — Простыя проявленія. Онъ не лучше, чѣмъ грезы. Даже всемогущество — греза. Оно зависитъ отъ сознанія. Его можно понять, пока существуетъ сознаніе, но вѣдь цѣль выше сознанія.

51. Требуется полное отверженіе наслажденія и искушеній со стороны небесныхъ существъ, подъ страхомъ возобновленія зла.

Существуютъ и другія опасности: боги и другія существа приходятъ искушать Йога. Они не хотятъ, чтобы кто-нибудь былъ вполнѣ свободенъ. Они завистливы, какъ и мы, и иногда хуже, чѣмъ мы. Они очень боятся потерять свои мѣста. Тѣ Йоги, которые не достигаютъ совершенства, умираютъ и становятся богами; оставивши прямую дорогу, они идутъ на одну изъ

боковыхъ и пріобрѣтаютъ эти силы. Тогда они должны родиться опять; но тотъ, кто довольно силенъ, чтобы устоять противъ этихъ искушеній, и идетъ прямо къ цѣли, становится свободнымъ.

52. *Совершениемъ Самаіамы надъ частицею времени и ея кратными пріобрѣтается распознаваніе.*

Какъ мы должны избѣгать всего этого: Девъ, небесь, и силь? — Распознаваніемъ, знаніемъ добра и зла. Поэтому и дается Самаіама, которою можетъ быть укрѣплена сила распознаванія. Это Самаіама надъ частицею времени.

53. *To, что не можетъ быть различаемо по видамъ, признакамъ и мѣсту, даже то будетъ распознано вышеуказанной Самаіамой.*

Несчастья, которыя мы испытываемъ, происходятъ отъ невѣдѣнія, отъ неразличенія дѣйствительного и недѣйствительного. Мы всѣ принимаемъ дурное за хорошее и призрачное за дѣйствительное. Только одна душа реальна, и мы это забыли. Тѣло есть нереальный сонъ, а мы думаемъ, что мы всѣ суть тѣла. Это неразличеніе есть причина страданія, а оно происходитъ отъ невѣдѣнія. Когда приходитъ распознаваніе, оно приноситъ силу, и только тогда мы устраниемъ всѣ эти разныя мысли о тѣлѣ, о небѣ, о богахъ и Девахъ. Это невѣдѣніе возникаетъ вслѣдствіе раздѣленія на виды, признаки и мѣста. Напр., возьмемъ корову. Корова отличается отъ собаки какъ видъ. А изъ коровъ какъ мы отличаемъ одну отъ другой? — По признакамъ. Если два предмета совершенно одинаковы, они могутъ быть различаемы, если находятся въ разныхъ мѣстахъ. Когда предметы такъ перемѣшаны, что даже эти различія не помогаютъ намъ, сила распознаванія, пріобрѣтенная вышеупомянутымъ упражненіемъ, даетъ намъ способность различить ихъ. Высшая философія Йога основана на томъ фактѣ, что Пуруша чиста и совершенна и только одна проста во всей вселенной. Тѣло и сознаніе составныя, и все-таки мы всегда отождествляемъ себя съ ними. Большая ошибка, что различіе утрачено. Когда сила распознаванія достигнута, человѣкъ видѣть, что все въ этомъ мірѣ, умственномъ

и физическомъ, сложно и, какъ такое, не можетъ быть душою.

54. *Спасающее знаніе есть то знаніе распознаванія, которое обнимаетъ всѣ предметы, всѣ средства.*

Разобщеніе вотъ цѣль. Когда оно достигнуто, душа находитъ, что она одна была всегда, и что не требуется никого, чтобы сдѣлать ее счастливою. Пока мы нуждаемся еще, чтобы кто-нибудь сдѣлалъ насъ счастливыми, мы рабы. Когда душа увидитъ, что она свободна и не нуждается ни въ чёмъ для дополненія себя, тогда природа ей совершенно не нужна, тогда свобода достигнута, тогда наступаетъ Кайвалья.

55. *Равенствомъ чистоты Саттвы и Пуруши достигается Кайвалья.*

Когда душа видитъ, что она не зависитъ ни отъ чего во вселенной, отъ боговъ до самыхъ низшихъ атомовъ, это называется Кайвалья (разобщеніе) и совершенство. Она достигается, когда эта смысь чистоты и нечистоты, называемая сознаніемъ, сдѣлается такой чистотой, какъ сама Пуруша; тогда Саттва, сознаніе, отражаетъ только неограниченную качествами сущность чистоты, которая и есть Пуруша.



Г л а в а IV.

Независимость.

1. *Сиддхи (силы) пріобрѣтаются отъ рожденія химическими средствами, силою словъ, самообузданіемъ или сосредоточеніемъ.*

Иногда человѣкъ рождается съ Сиддхами (силами), конечно, вслѣдствіе упражненія въ этихъ силахъ во время предшествовавшей жизни. Онъ родился въ этотъ разъ какъ бы для того, чтобы наслаждаться плодами своихъ прежнихъ упражненій. Говорятъ о

Капила, великимъ отцѣ философіи Санкья, что онъ родился Сиддхой, что буквально значить: человѣкъ, достигшій успѣха. Іоги говорять, что эти силы могутъ быть также приобрѣтены при помощи химическихъ средствъ. Всѣ мы знаемъ, что химія въ началѣ была алхіміей: люди отыскивали философскій камень, жизненный элексиръ и т. п. Въ Индіи была секта, называемая Расайяны. По ея ученію, стремленіе къ идеальности, знанію, духовности и религіи совершенно правильно; но достичнуть ихъ можно только при посредствѣ тѣла, служащаго для этого орудіемъ. Если тѣло по временамъ разрушается, нужно гораздо больше времени для достиженія цѣли. Напримѣръ, человѣкъ упражняется въ Іогѣ и хочетъ сдѣлаться безтѣлеснымъ. Раньше, чѣмъ достигнуть серьезныхъ успѣховъ, онъ умираетъ. Тогда онъ беретъ другое тѣло и начинаетъ снова; затѣмъ опять умираетъ и т. д. Такимъ образомъ, то умирая, то опять рождаясь, онъ теряетъ много времени. Но, если-бъ его тѣло могло сдѣлаться настолько сильнымъ и совершеннымъ, что могло бы освободиться отъ рожденія и смерти, онъ имѣлъ бы гораздо больше времени для того, чтобы стать безтѣлеснымъ. Расайяны говорятъ, что тѣло должно быть сдѣлано очень крѣпкимъ, и что оно можетъ быть сдѣлано бессмертнымъ. Ихъ идея заключается въ томъ, что если сознаніе вырабатываетъ тѣло и, если вѣрно, что каждое сознаніе есть только частичное проявленіе безконечной энергіи и что для каждого частичного проявленія нѣтъ предѣловъ получать какое угодно количество силы извнѣ, то почему невозможно, чтобы мы удержали наше тѣло навсегда. Мы сами должны создавать всѣ тѣла, которыхъ когда-либо будемъ имѣть. Какъ только это тѣло умираетъ, мы должны создать другое. Если мы въ состояніи это сдѣлать, почему мы не можемъ сдѣлать то же здѣсь теперь, не уходя? Теорія вполнѣ правильна. Если возможно, что мы живемъ послѣ смерти и создаемъ наши новыя тѣла, почему невозможно, чтобы мы были въ состояніи создавать эти тѣла здѣсь, безъ полнаго разложенія настоящаго тѣла, просто, постоянно возобновляя разрушенныя частицы его? Они также думаютъ, что въ ртути и сѣрѣ скрыта въ высшей степени удивительная

сила, и что посредствомъ извѣстныхъ ихъ препаратовъ человѣкъ можетъ сохранять тѣло такъ долго, какъ ему угодно. Нѣкоторые вѣрятъ, что извѣстныя снадобья могутъ дать такія силы, какъ летать по воздуху и пр. — Многими изъ самыхъ удивительныхъ лѣкарствъ настоящаго времени мы обязаны Расайянамъ, особенно употребленіемъ въ медицинѣ металловъ. Нѣкоторыя секты Іоговъ заявляютъ, что многіе изъ ихъ главныхъ учителей еще живутъ въ ихъ старыхъ тѣлахъ. Патанджали, великий авторитетъ Іоги, не отрицаетъ этого.

Сила словъ. Есть нѣкоторыя священные слова, называемыя Мантрамы, имѣющія силу, будучи повторяемы при соотвѣтствующихъ условіяхъ, производить эти чрезвычайныя силы. Мы день и ночь живемъ среди такой массы чудесъ, что совсѣмъ не думаемъ о нихъ. Нѣть границъ силѣ человѣка, силѣ словъ и силѣ ума.

Самообузданіе. Мы видимъ, что во всѣхъ религіяхъ практикуется укрощеніе страстей и аскетизмъ. Въ этихъ религіозныхъ идеяхъ индузы всегда доходить до крайностей. Вы найдете людей, стоящихъ всю свою жизнь съ поднятыми руками, пока ихъ руки не высохнутъ и не замрутъ. Люди спать, стоя день и ночь, пока ихъ ноги не распухаютъ, и, если они остаются живы, ихъ ноги такъ костенѣютъ въ этомъ положеніи, что они болѣе не въ состояніи согнуть ихъ, но должны всю жизнь стоять. Я видѣлъ однажды человѣка съ поднятыми такимъ образомъ руками и спросилъ его, какъ онъ себя чувствовалъ, когда началъ дѣлать это. Онъ сказалъ, что было ужасно мучительно, такъ мучительно, что онъ долженъ былъ ходить къ рѣкѣ и погружаться въ воду, и только это немного облегчало его страданія; черезъ мѣсяцъ онъ больше не страдалъ. Такими упражненіями могутъ быть пріобрѣтены силы (Сиддхи).

Сосредоточеніе. Сосредоточеніе есть Самадхи и это настоящая Іога; оно главный предметъ этой науки и самое высшее средство. Предыдущія суть только второстепенные, и ими мы не можемъ достичь самого высшаго. Самадхи есть средство, посредствомъ котораго мы можемъ достичь и чего хотимъ, и всего умственнаго, нравственнаго или духовнаго.

2. Переходъ изъ одного вида въ другой совершается черезъ восполненіе природой.

Патанджали говоритъ, что упомянутыя выше силы получаются отъ рожденія иногда при помощи химическихъ средствъ или посредствомъ самообузданія. Онъ также признаетъ за достовѣрное, что тѣло можетъ быть сохранено въ теченіе какого-угодно продолжительного времени. Въ настоящемъ афоризмѣ онъ продолжаетъ выяснять, что составляетъ причину измѣненія тѣла въ другой видъ, и говорить, что она заключается въ пополненіи природой. Въ слѣдующемъ афоризмѣ онъ объясняетъ это.

3. Добрья дѣла и проч. не суть прямая причины превращеній въ природѣ, но они дѣйствуютъ какъ устранители препятствій къ эволюціи природы, какъ земледѣлецъ разрушаетъ препятствія теченію воды, которая затѣмъ бѣжитъ внизъ, слѣдя собственной природѣ.

Когда земледѣлецъ орошаетъ свое поле, вода уже имѣется въ каналахъ, но только тамъ есть загражденія, шлюзы, удерживающіе воду. Земледѣлецъ открываетъ эти шлюзы, и вода течетъ сама по закону тяжести. Такимъ же образомъ весь человѣческій прогрессъ и сила уже есть во всемъ: совершенство есть общечеловѣческое свойство, только оно загорожено и не допускается принять свойственный ему ходъ. Если кто-нибудь можетъ устранить загражденіе стремленіямъ природы, онъ пріобрѣтаетъ уже имѣющіяся силы. Тѣ, которыхъ мы называемъ злыми, становятся свѣтлыми, какъ только загражденіе сломано и природа устремляется въ нихъ. Сама природа влечетъ насъ къ совершенству и въ концѣ концовъ приведетъ къ нему всѣхъ. Всѣ упражненія и стремленія сдѣлаться религіозными суть только отрицательная работа, — устранить загражденіе и открыть дверь къ совершенству, которое есть наше прирожденное право, наша природа. Въ настоящее время теорія эволюціи древнихъ Іоговъ можетъ быть лучше понята при свѣтѣ новѣйшихъ изслѣдований. И все-таки теорія Іоговъ представляеть собою лучшее объясненіе. Двѣ причины эволюціи,

выставляемыя новѣшими учеными,—именно: половой подборъ и переживаніе наиболѣе приспособленного,—недостаточны. Предположимъ, что человѣческое зна-
ніе подвинулось впередъ настолько, что уничтожило соперничество какъ изъ-за добыванія физической пищи, такъ и изъ-за пріобрѣтенія подруги. Тогда, согласно новѣшемъ ученымъ, прогрессъ человѣческій остановится и родъ вымретъ. Слѣдствія этой теоріи—снабженіе всѣхъ угнетателей доказательствомъ, служа-
щимъ имъ къ успокоенію угрозъ совѣсти, и то, что явилось не мало людей, которые, выдавая себя за философовъ, хотѣли бы истребить всѣхъ злыхъ и нежизнеспособныхъ (они, конечно, единственные судьи жизнеспособности) и такимъ образомъ сохранить человѣческий родъ. Но великий древній эволюціонистъ Патанджали заявляетъ, что настоящая тайна эволюціи есть обнаружение совершенства, которое уже имѣется въ каждомъ существѣ; что это совершенство заграждено и что безконечный потокъ его, находящійся за загражденіемъ, стремится обнаружить себя. Наша борьба и соперничество суть только результаты нашего невѣдѣнія, такъ какъ мы не знаемъ настоящаго спо-
соба открыть шлюзъ и пустить воду. Безконечный потокъ, находящійся позади преграды, долженъ проявить себя, и онъ-то и есть причина всѣхъ явлений (эволюціи), а не соперничество за жизнь или половое наслажденіе, которая суть только временные, не необходимыя внѣшняя явленія, производимыя невѣдѣніемъ. Даже когда всякое соперничество прекратится, совер-
шенная природа, стоящая позади, будетъ заставлять насъ идти впередъ, пока всякий не станетъ совершен-
нымъ. Поэтому нѣть никакого основанія вѣрить, что для прогресса необходимо соперничество. Человѣкъ скрыть въ животномъ, но, какъ только дверь откры-
вается, онъ устремляется наружу и является человѣкомъ. Въ человѣкѣ есть скрытый богъ, удерживаемый замками и загражденіями невѣдѣнія. Когда знаніе ломаетъ эти запоры, богъ проявляется.

4. Созданныя мнѣнія произошли только отъ эгоизма.

Теорія Кармы состоять въ томъ, что мы испы-
тываемъ послѣдствія нашихъ хорошихъ или дурныхъ

дѣлъ; а вся задача философіи приблизить блаженство человѣка. Всѣ писанія воспѣваютъ блаженство человѣка, его души, и тотчасъ вслѣдъ затѣмъ поучаются о Кармѣ: добрыя дѣла приносятъ такой результатъ, а дурныя дѣла такой. Но, если-бъ на душу могли вліять добрыя или дурныя дѣла, она дошла бы до ничтожества. Дурныя дѣла ставятъ преграду проявленію нашей природы, Пуруши, а добрыя дѣла устраниютъ препятствія, и ея слава проявляется; но сама Пуруша никогда не измѣняется. Все, что бы вы ни сдѣлали, никогда не уничтожитъ вашей собственной славы, вашей природы, потому что на душу не можетъ вліять ничто: передъ нею только растягивается покрывало, скрывающее ея совершенства.

5. *Хотя дѣятельность разныхъ созданныхъ сознаній различна, они всѣ управляются однимъ первона-чальнымъ сознаніемъ.*

Различные сознанія, дѣйствующія въ различныхъ тѣлахъ, называются созданными сознаніями, а тѣла, созданными тѣлами, другими словами, выработанными тѣлами и сознаніями. Когда вы станете Іогомъ, вы научитесь секрету управлять ими. Секретъ управлениія всегда принадлежалъ вамъ, но вы его забыли. Когда вы станете Іогомъ, вы вспомните его. Тогда вы будете въ состояніи сдѣлать съ нимъ все, производить съ нимъ опыты, какимъ захотите способомъ. Матерія, изъ которой создано сознаніе, та же самая, которая составляетъ вселенную. Нѣтъ того, чтобы сознаніе было одна вещь, а матерія—другая, но они только различные состоянія одного и того же. Асмита, эгоизмъ, есть матерія, тонкое вещества, изъ котораго вырабатываются эти созданные сознанія и тѣла Іоговъ. Поэтому, когда Іогъ нашелъ секретъ этой энергіи природы, онъ можетъ создавать сколько угодно тѣлъ или сознаній, и всѣ они будутъ созданы изъ вещества, называемаго эгоизмомъ.

6. *Междуду различными Читтами та, которая дости-гается черезъ Самадхи, чужда желаній.*

Междуду всѣми различными сознаніями, которые мы видимъ въ разныхъ людяхъ, только то сознаніе,

желания. Только та Карма выступить, которая соответствует и подходит къ условіямъ. Это доказываетъ, что сила условій есть крѣпкая узда для управления даже Кармой.

9. Есть послѣдовательность въ желаніяхъ, даже раздѣленныхъ видами, временемъ и пространствомъ, такъ какъ существуетъ объединеніе въ памяти и впечатлѣніяхъ.

Испытываемое нами, дѣлаясь тонкимъ, становится впечатлѣніями; пережитыя впечатлѣнія становятся памятью. Здѣсь слово память заключаетъ въ себѣ безсознательную координацію прежняго опыта, превращенного настоящимъ сознательнымъ дѣйствіемъ въ впечатлѣнія. Въ каждомъ тѣлѣ группа впечатлѣній, приобрѣтенныхъ только въ подобномъ тѣлѣ, будетъ причиной дѣйствій въ этомъ тѣлѣ. Опыты не подобныхъ тѣлъ останутся бездѣятельными. Каждое тѣло будетъ дѣйствовать, какъ будто бы оно происходило только отъ ряда тѣлъ того же вида; такимъ образомъ послѣдовательность желаній не будетъ прерываться.

10. Жажда счастья вѣчна, а потому желанія не имѣютъ начала.

Всякому опыту предшествуетъ желаніе сдѣлаться счастливымъ. Начала опыта не было, такъ какъ каждый новый опытъ имѣеть основаніемъ стремленіе, порожденное прежнимъ опытомъ; поэтому желаніе не имѣеть начала.

11. Такъ какъ оно связано причиною, слѣдствіемъ, основаніемъ и предметами, то при отсутствії ихъ, само отсутствуетъ.

Желаніе связано причиною и слѣдствіемъ; если желаніе возбуждено, оно не умираетъ, не производя слѣдствія. Матерія сознанія представляетъ собою большой магазинъ, складъ всѣхъ прежнихъ желаній, превращенныхъ въ форму Самскара. Пока вырабатываются, они не умираютъ; больше того: до тѣхъ поръ, пока чувства будутъ получать впечатлѣнія внѣшнихъ предметовъ, будутъ возникать и желанія. Желанія

исчезли бы только тогда, если бъ можно было освободиться отъ воздѣйствія предметовъ.

12. Прошлое и будущее находится въ ихъ собственной природѣ, такъ какъ пути отношеній различны.
13. Принадлежа къ природѣ Гунъ, они бываютъ проявляющимися или тонкими.

Гуны суть три вещества: Саттва, Раджасъ и Тамасъ, грубое состояніе которыхъ есть видимая вселенная. Прошлое и будущее возникаютъ изъ различныхъ видовъ проявленія этихъ Гунъ.

14. Единство въ вещахъ происходитъ отъ единства въ измѣненіяхъ. Хотя существуютъ три вещества, но, такъ какъ ихъ измѣненія находятся во взаимной зависимости, то все предметы имѣютъ единство.
15. При тождественности предметовъ воспріятіе и желаніе различаются, смотря по различію сознаній.
16. Вещи извѣстны или неизвѣстны сознанію въ зависимости отъ окраски, сообщаемой ими сознанію.
17. Состоянія сознанія всегда извѣстны, ибо господинъ сознанія неизмѣненъ.

Вся суть этой теоріи та, что вселенная въ одно и то же время умственна и матеріальна. И оба міра, умственный и матеріальный, находятся въ состояніи постоянного движенія. Что такое эта книга? — Она есть соединеніе частицъ, постоянно мѣняющихся. Одна часть уходитъ изъ нея, а другая входитъ въ нее; это водоворотъ. Но чѣмъ же производится единство? Что же дѣлаетъ ее одною и тою же книгой? — Обмѣны равномѣрны; въ гармоничномъ порядкѣ они посылаются сознанію впечатлѣнія, а эти, соединяясь вмѣстѣ, образуютъ постоянную картину, хотя части ея постоянно мѣняются. Самое сознаніе постоянно мѣняется. Сознаніе и тѣло подобны двумъ слоямъ одного и того же вещества, движущимся съ различными скоростями. Такъ какъ одинъ относительно медленнѣе, а другой

скорѣе, то мы можемъ различать два движенія. Если, напримѣръ, движется желѣзнодорожный поѣздъ и вдоль него въ стороны медленно — экипажъ, то до нѣкоторой степени возможно найти движеніе обоихъ; но для этого необходимо еще нѣчто другое, — движение можетъ быть замѣчено только тогда, когда есть нѣчто движущееся. Если двѣ или три вещи имѣютъ относительные движенія, мы сначала замѣчаемъ болѣе быстрыя и потомъ болѣе медленныя. Какъ замѣчается сознаніе? — Оно также движется, и необходима другая вещь, которая двигалась бы медленнѣе, дальше мы должны имѣть нѣчто, движение чего еще медленнѣе и т. д. безъ конца. Но логика побуждаетъ васъ гдѣ-нибудь остановиться; вы должны заключить рядъ знаніемъ чего-нибудь, что никогда не измѣняется. Позади этой никогда не кончающейся цѣпи движенія стоитъ Пуруша, неизмѣнная, безцвѣтная, чистая. Всѣ впечатлѣнія только отражаются на ней, какъ лучи свѣта, выходящіе изъ камеры, отражаются на бѣломъ листѣ, рисуя на немъ сотни картинъ, но не оставляя ни малѣйшаго слѣда на самомъ листѣ.

18. *Сознаніе, будучи объектомъ, не имѣть собственаго свѣта.*

Въ природѣ вездѣ проявляется страшная сила; но все же что-то говорить намъ, что она не самобытна, не разумна по существу. Пуруша одна самобытна (самосвѣтяща) и даетъ свѣтъ всему. Это ея сила просвѣчиваетъ透过一切, 透过物质, 透过母质, 透过力量.

19. *Вследствіе невозможности для него познавать двѣ вещи одновременно.*

Если бы сознаніе обладало собственнымъ свѣтомъ, оно было бы въ сознаніи познавать все одновременно; чего оно не можетъ. Если вы очень внимательны къ одной вещи, вы упускаете изъ виду другую. Если сознаніе имѣло собственный свѣтъ, не было бы предѣловъ впечатлѣніямъ, которыхъ оно могло бы получать. Пуруша можетъ познавать все въ одно мгновеніе, поэтому Пуруша самосвѣтяща (то-есть самопознающа), а сознаніе — нѣтъ.

20. Если предположить другое воспринимающее сознание, не будетъ конца подобнымъ допущеніемъ и путаницы въ памяти.

Предположимъ, что есть другое сознаніе, познающее первое, тогда должно быть нѣчто, познающее второе, и такъ безъ конца. Это произведетъ путаницу въ памяти, такъ какъ тогда не будетъ никакого хринилища воспоминаній.

21. Такъ какъ сущность знанія (Пуруша) неизмѣняема, то, когда мысль принимаетъ ея форму, она становится сознательной.

Патанджали говорить это, чтобы сдѣлать болѣе яснымъ, что сознаніе не есть свойство Пуруши. Когда сознаніе подходитъ близко къ Пурушѣ, она какъ бы отражается въ сознаніи; сознаніе на это время становится знающимъ и само кажется Пурушей.

22. Получая окраску отъ видящаго и видимаго, сознаніе способно понять все.

Если въ сознаніи съ одной стороны отражается внѣшній міръ, видимое, а съ другой—видящій, то сознаніе получаетъ полное знаніе.

23. Сознаніе, будучи сложнымъ, своими безчисленными желаніями действуетъ для другого (Пуруши).

Сознаніе есть соединеніе разныхъ вещей, и потому не можетъ работать для себя. Все въ этомъ мірѣ, что представляетъ собою соединеніе, имѣть нѣкоторую цѣль этого соединенія, нѣкоторую третью вещь, ради которой это соединеніе происходитъ. Такъ, соединеніе сознанія происходитъ для Пуруши.

24. Восприятіе сознанія, какъ Атмана, прекращается для достигшаго познанія.

Черезъ распознаваніе Іогъ знаетъ, что Пуруша не есть сознаніе.

25. Тогда устремленное къ распознаванію сознаніе достигаетъ предшествующаго состоянія Кайвалья (разобщенія).

Упражненія въ Іогѣ ведуть къ распознающей силѣ, къ ясности видѣнія. Покрываю спадаеть съ глазъ, и мы видимъ вещи, какъ онѣ есть. Мы видимъ, что природа есть соединеніе и показываетъ панораму для Пуруши, которая представляеть собою зрителя; что природа не властитель; что всѣ комбинаціи природы существуютъ только ради того, чтобы показать эти явленія Пурушѣ, царю, сидящему внутри на престолѣ. Когда посредствомъ долгаго упражненія достигается распознаваніе, страхъ прекращается, и сознаніе достигаетъ разобщенія.

26. *Мысли, возникающія какъ препятствія этому, являются отъ впечатлѣній.*

Всѣ различныя возникающія мысли, заставляющія насть вѣрить, что для того, чтобы сдѣлаться счастливыми, мы нуждаемся въ чемъ-то внѣшнемъ, суть препятствія къ совершенству. Пуруша сама есть счастье и блаженство по своей собственной природѣ. Но знаніе этого закрыто для насть прежними впечатлѣніями. Эти впечатлѣнія должны сами себя вытѣснить.

27. *Разрушаются они тѣмъ же способомъ, какъ невѣдѣніе и проч., какъ сказано раньше.*

28. *Только достигший правильно различающаго знанія сущностей и отрекшійся отъ плодовъ его приходитъ, вслѣдствіе совершенного распознаванія, къ Самадхи, называемой облакомъ добродѣтели.*

Когда Іогъ достигъ такого распознаванія, являются всѣ упомянутыя въ послѣдней главѣ силы; но настоящій Іогъ отвергаетъ ихъ всѣ. Въ него входитъ особенное знаніе, особенный свѣтъ, называемый *Дхарма Мегха*, облако добродѣтели. Всѣ великие пророки міра, о которыхъ упоминаетъ исторія, обладали имъ. Они нашли все основаніе знанія внутри себя. Истина для нихъ стала реальною. Миръ и спокойствіе, и совершенная чистота стали ихъ собственной природой послѣ того, какъ они отказались отъ тщеславія обладанія силами.

29. Отсюда получается прекращение страданий и труда.

Когда это облако добродѣтели пришло, тогда нечего больше бояться паденія: ничто не въ состояніи увлечь Іога внизъ. Ничто болѣе не причинить ему зла: для него нѣтъ больше страданій.

30. Тогда знаніе, лишенное покрывала и нечистоты, становится безконечнымъ, подлежащее же познанію—ничтожнымъ.

Само знаніе налицо; его покрывало снято. Одно изъ буддийскихъ писаній даетъ опредѣленіе слова Буддха (которое есть название нѣкотораго состоянія). Оно опредѣляетъ его какъ безконечное знаніе, безконечное какъ небо.

Іисусъ достигъ его и сдѣлался Христомъ. Каждый изъ васъ достигнетъ этого состоянія, и тогда ваше знаніе станетъ безконечнымъ, познаваемое же ничтожнымъ. Вся вселенная со всѣмъ познаваемымъ въ ней станетъ ничѣмъ передъ Пурушей. Обыкновенный человѣкъ считаетъ себя очень маленьkimъ, потому что познаваемое кажется ему безконечнымъ.

31. Тогда окончены послѣдовательные превращенія качествъ, такъ какъ цѣль ихъ достигнута.

Тогда всѣ различныя превращенія качествъ, которые измѣняются при переходѣ отъ вида къ виду, прекратятся навсегда.

32. Перемѣны, существующія по отношенію къ моментамъ времени и воспринимаемыя на другомъ концѣ (въ конецъ ряда), составляютъ послѣдовательность.

Патанджали здѣсь опредѣляетъ слово послѣдовательность какъ измѣненія, существующія въ отношеніи моментовъ времени. Пока я думаю, проходитъ много моментовъ, и съ каждымъ моментомъ происходитъ перемѣна мысли; но мы замѣчаемъ эти перемѣны только въ конецъ ряда. Восприятіе времени всегда имѣть мѣсто въ памяти. Это называется послѣдовательностью; но для сознанія, которое достигло вездѣ-

сущія, все это окончено. Для него все стало настоящимъ, — существуетъ одно настоящее, прошедшее же и будущее утрачено. Все становится подчиненнымъ, и всякое знаніе является въ одну секунду. Все узнается мгновенно, подобно вспышкѣ.

33. *Устраненіе въ обратномъ порядкѣ качествъ, лишенныхъ для Пуруши всякаго побужденія къ дѣйствію, есть Кайвалья, или утвержденіе силы знанія въ его собственной природѣ.*

Задача природы окончена, эта безкорыстная задача, которую наша нѣжная кормилица — природа возложила на себя. Она какъ будто взяла ласково за руку забывшую себя душу и, показывая ей все, что происходитъ во вселенной, всѣ ея проявленія, ведеть ее все выше черезъ различныя тѣла до тѣхъ поръ, пока она не вернетъ себѣ потерянный ею свѣтъ и не вспомнить свою природу. Тогда любящая мать уходитъ назадъ той же дорогой, какою пришла, за другими, также затерявшимися въ безбрежной пустынѣ жизни, гдѣ ничто не оставляетъ слѣда. Такъ она трудится безъ начала и конца, и путемъ наслажденій и страданій, путемъ добра и зла безконечная рѣка душъ течеть въ океанъ совершенства, самопознанія.

Слава тѣмъ, кто вызвалъ къ бытію свою собственную природу; да будетъ ихъ благословеніе надъ всѣми нами!

ПРИЛОЖЕНИЕ.

Извлеченія, относящіяся къ Іогѣ.

Светасватара—Упанишадъ.

Глава II.

2-6-14. Гдѣ огонь погашенъ, гдѣ воздухъ спокоенъ, гдѣ струя Сомы обильна, тамъ создается совершенное сознаніе.

Приводя тѣло въ положеніе, при которомъ грудь, шея и голова держатся вертикально и прямо, заставляя органы входить въ сознаніе, мудрецъ переплываетъ всѣ страшные потоки на плотѣ Брахмана.

Человѣкъ, при хорошо направляемыхъ усиліяхъ, управляетъ Праной и, когда она станетъ спокойною, выдыхаетъ воздухъ черезъ ноздри. Настойчивый мудрецъ держитъ свое сознаніе, какъ кучеръ упряженыхъ лошадей.

Въ пустынныхъ мѣстахъ, какъ горныя пещеры и проч., гдѣ полъ гладокъ, свободенъ отъ камней и песку, гдѣ нѣть беспокоющаго шума людей или водопадовъ, въ мѣстахъ, помогающихъ сосредоточенію сознанія и пріятныхъ для глазъ, слѣдуетъ упражняться въ Іогѣ (сознаніе должно быть сосредоточено).

Формы, подобныя паденію снѣга, дыму, солнцу, вѣтру, огню, свѣтляку, молніи, кристаллу, лунѣ, появляясь передъ Іогомъ, постепенно проявляютъ въ Іогѣ Брахмана.

Когда начинаютъ происходить воспріятія Іоги, исходящія отъ земли, воды, свѣта, эфира, тогда Іога началась. Кто пріобрѣлъ тѣло, составленное изъ огня Іоги, тотъ не подверженъ ни болѣзни, ни старости, ни смерти.

Первые признаки того, что становишься Іогомъ, суть легкость, здоровье, нѣжность кожи, свѣтлый цвѣтъ лица, прекрасный голосъ и пріятный запахъ отъ тѣла.

14. Какъ золото и серебро сначала покрыты землею и проч., а потомъ, переплавленныя и промытыя, блестять полныя свѣта, такъ и человѣкъ, видящій истину Атмана, какъ таковую, достигаетъ цѣли и становится безпечальнымъ.

Иаджнавалкья, цитируемая Санкарой.

„Послѣ упражненій положенія тѣла, требуемыхъ правилами, тогда, О Гарги, человѣкъ, овладѣвшій позою, упражняется въ Пранаіямъ.

Разложивъ на сидѣніѣ изъ земли траву Кузя и поверхъ нея кожу, совершивъ молитву Ганапати, съ принесенiemъ плодовъ и лакомствъ, сѣвъ на приготовленное мѣсто, положивъ руки накресть на колѣни, держа шею и голову на одной линіи и губы закрытыми и скжатыми, обратясь лицомъ къ востоку или сѣверу, съ глазами, устремленными на кончикъ носа, избѣгая слишкомъ большого количества пищи или поста, должны быть, согласно упомянутому выше правилу, очищены Нади, безъ чего упражненіе будетъ бесплодно; думая о Хум (сѣмя-слово) у соединенія Пингалы и Иды (правая и лѣвая ноздря), Ида должна быть наполнена вѣшнимъ воздухомъ въ 12 матрасовъ (секундъ); затѣмъ Іогъ созерцастъ въ томъ же мѣстѣ огонь и слово „Рингъ“ и, размысливая такимъ образомъ, медленно выдѣляетъ воздухъ черезъ Пингалу, (правую ноздрю). Снова, втягивая воздухъ черезъ Пингалу медленно выдыхаетъ его черезъ Иду тѣмъ же порядкомъ. Такъ надо упражняться втайнѣ (одинъ въ комнатѣ), смотря по указаніямъ Гуру, въ теченіе трехъ или четырехъ лѣтъ или трехъ или четырехъ мѣсяцевъ, рано утромъ, въ полдень, вечеромъ и въ полночь, пока нервы не будутъ очищены, чemu признаки будутъ легкость тѣла, свѣтлый цветъ лица, хороший аппетитъ и способность слышать Нада. Тогда слѣдуетъ упражняться въ Пранаіамѣ, состоящей изъ Речака (выдыханіе), Купмбхака (задержаніе) и Пурука (вдыханіе). Соединеніе Праны съ Апаной есть Пранаіама.

„Наполняя тѣло отъ головы до ногъ въ шестнадцать Матрасъ, выдыхайте въ тридцать два Матраса; въ шестьдесятъ четыре Купмбхака должна быть окончена“.

„Есть другой родъ Пранаіамы, въ которой тѣло

должно быть наполняемо въ 16 Матрасовъ, потомъ Купмбхака въ теченіе 64-хъ и выдыханіе въ 32.“

Посредствомъ Пранаіамы все нечистое выдѣляется изъ тѣла, посредствомъ Дхараны — изъ сознанія, посредствомъ Пратьяхары — изъ привязанностей, а посредствомъ Самадхи удаляется все, что скрываетъ господство души.

Санкья.

Книга III-я.

29. Когда созерцаніе доведено до конца, всѣ силы для чистой (Пуруши) становятся природой.

30. Созерцаніе есть устраненіе привязанности.

31. Оно совершенствуется уничтоженіемъ видоизмѣненій.

32. Созерцаніемъ совершенствуются положеніе тѣла и исполненіе обязанностей.

33. Управлениe Праной производится посредствомъ изгнанія и задержанія.

34. Положеніе тѣла то, которое твердо и удобно.

36. Так же посредствомъ отрѣшенія и упражненія.

75. Упражненіемъ въ несмѣшиваніи основныхъ началъ природы съ Пурушою и отверженіемъ ихъ, — „не Она, не Она“, — распознаваніе совершенствуется.

Книга IV-я.

3. Повтореніе. Правило должно повторяться.

5. Какъ ястребъ чувствуетъ себя несчастнымъ, когда у него отнимаютъ пищу, и счастливъ, если самъ ее оставляетъ, такъ и тотъ, кто добровольно отъ всего откажется, счастливъ.

6. Какъ змѣя счастлива, когда снимаетъ свою старую кожу.

8. Не слѣдуетъ думать о томъ, что не служить къ освобожденію; оно становится причиной рабства, какъ въ случаѣ Бхараты.

9. Ассоціація многихъ вещей затрудняетъ созерцаніе, возбуждая страсти и т. п., подобно браслетамъ изъ раковинъ на руки девушки.

10. Это вѣрно даже въ случаѣ двухъ.

13. Хотя слѣдуетъ относиться съ почтеніемъ ко

многимъ постановленіямъ и учителямъ, но отъ каждого изъ нихъ слѣдуетъ брать только существенное подобно тому, какъ пчела беретъ эссенцію отъ многихъ цветовъ.

14. Чье сознаніе сдѣлалось сосредоточеннымъ, какъ у изготавляющаго стрѣлу, размышленіе того не отвлекается.

15. Нарушеніемъ основныхъ правилъ вызывается недостиженіе цѣли, какъ и во всѣхъ мірскихъ дѣлахъ.

19. Вслѣдствіе воздержанія, почтенія и благовѣнія къ Гуру успѣхъ получается послѣ долгаго времени (какъ въ случаѣ Индры).

20. Нѣтъ закона относительно времени (какъ въ случаѣ Вамадева).

24. Или посредствомъ сообщества съ достигшимъ совершенства.

27. Желаніе утоляется не наслажденіями.

Книга V-я.

128. Достиженіе Іогомъ Сиддховъ не можетъ быть оспариваемо.

Книга VI-я.

24. Всякое положеніе, которое удобно и крѣпко, есть Асана; другого правила нѣтъ.

Вайаса Сутра.

Глава IV.

Часть I-я.

7. Молитва возможна въ сидячемъ положеніи.

8. (Какъ удобномъ) для созерцанія.

9. Потому, что созерцающій подобенъ неподвижной землѣ.

10. Так же потому, что это говорятъ Смрити.

11. Нѣтъ никакого правила относительно мѣста; вездѣ, гдѣ сосредоточено сознаніе, можетъ быть совершаема молитва.

Приведенные извлечения даютъ понятіе о томъ, что говорятъ о Іогѣ другія системы Индійской философіи.

СЛОВАРЬ.

Абхава. Лишенный качествъ.

Авьяктамъ. Нераздѣльный, непроявленный.

Аказа. Всюду распространенная матерія вселенной.

Анахата. Четвертый лотосъ Іоговъ, лежащій противъ горла.

Антахкарана. Внутреннее орудіе.

Анумана. Заключеніе, выводъ.

Апана. Нервный проводникъ, управляющій верхнею частью тѣла.

Апариграха. Непринятіе даровъ.

Апта. Достигшій, самосвѣтящійся.

Аптавакхьямъ. Слова одного Апты.

Артха. Значеніе.

Асампрайната. Самое высшее сверхсознательное состояніе.

Асана. Поза, положеніе тѣла.

Асмита Самадхи. Лишенный тѣла.

Астейямъ. Нестяженіе.

Ахамкара. Эгоизмъ.

Ахимса. Непричиненіе вреда.

Брахманъ. Единое Существо, Абсолютъ.

Брахмачарья. Цѣломудріе въ мысли, словѣ и дѣлѣ.

Буддхи. Опредѣляющая способность.

Вада. Положительное знаніе.

Вайрагьямъ. Отреченіе.

Викальпа. Устное заблужденіе.

Викшипта. Форма Читты, когда она стремится къ своему центру.

Виссуддха. Первый лотосъ, соответствующій нервному центру въ мозгу.

Вритти. Волнообразная форма матеріи сознанія.

Гаятра. Извѣстный священный стихъ Ведъ.

Гуру. Учитель.

Дева. Свѣтлое существо; полубожественное со-
стояніе, достигаемое добрыми дѣлами, но при кото-
ромъ сохраняются желанія.

Дхарана. Сосредоточеніе.

Дхіана. Созерцаніе.

Ида. Проводникъ нервныхъ токовъ, составляющій
лѣвую половину спинного мозга; лѣвая ноздря.

Исвара. Верховный Правитель. Власть Могуществ-
енного (Жита).

Исварапранидхана. Поклоненіе Исварѣ.

Ината. Знаніе.

Индрій. Внутренніе органы.

Іама. Внутреннее очищеніе посредствомъ нравст-
венного упражненія, подготавлиющее къ Іогѣ.

Іога. Соединеніе; соединеніе съ высшимъ Сущимъ.

Карма. Дѣло. Также слѣдствіе дѣлъ; законъ
причины и слѣдствія въ нравственномъ мірѣ.

Кайвалья. Уединеніе, Высшее достиженіе.

Крія-Іога. Предварительная Іога, или занятіе
подготовительными упражненіями.

Кундалини. Свернувшаяся въ кольцо, спящая
Божественная Сила, находящаяся у всѣхъ существъ.

Манасъ. Сознаніе.

Мантрамъ. Священные слова.

Манипура. Третій лотосъ Іоговъ, лежащій противъ
сердца.

Михаіога. Отождествленіе себя съ Богомъ.

Махаказа. Обыкновенное или большое прост-
ранство.

Махатъ. Мировой разумъ.

Муладхара. Основной лотосъ Іоговъ.

Нирвана. Свобода. Освобожденіе отъ заблу-
жденій.

Нирватарка. Безъ вопроса.

Нирвичара. Безъ распознаванія.

Ніяма. Чистота, довольство, подчиненіе страстей,
изученіе и самоотреченіе.

Оджаісь. Вся энергія тѣла и сознанія, превращен-
ная въ духовную силу и сосредоточенная въ мозгу.

Пингала. Проводникъ нервныхъ токовъ, соста-
вляющій правую сторону спинного мозга. Правая
ноздря.

Прадхана. Природа. Буквально — начальникъ.

Пракрити. Природа.

Пракритилаія. Души, которые не успѣли дости-
гнуть свободы и запутались въ природѣ.

Прана. Вся міровая энергія. Жизненные силы въ
тѣлѣ.

Пранаіама. Управлениe Праной.

Пратибха. Божественное озареніе.

Пратьяхара. Принужденіе сознанія смотрѣть внутрь.

Пратьякшамъ. Прямое воспріятіе.

Пуруша. Душа.

Раджасъ. Дѣятельность.

Раджа-Іога. Буквально — Царская Іога. Наука о
подчиненіи внутренней природы для освобожденія
Души, или, другими словами, осуществленіе Божест-
венности въ каждомъ существѣ.

Раджа-Хамса. Лебедь.

Расайяны. Секта химиковъ въ древней Индіи.

Сабда. Звукъ.

Савитарка. Съ вопросомъ.

Савичара. Съ распознаваніемъ.

Самадхи. Сверхсознательность.

Самана. Проводникъ нервныхъ токовъ, управляю-
щій функціями пищеваренія; поддерживающій внут-
ренний огонь.

Самскары. Впечатлѣнія въ матеріи сознанія, соз-
дающія привычки.

Самаіама. Дхарана, Дхіана и Самадхи вмѣстѣ.

Сандамъ. Блаженная Самадхи.

Сантоза. Довольство.

Саттва. Матерія озаренія.

Саттвика. Обнаружение качества Саттвы.

Саучамъ. Чистота.

Сахасрара. Тысячелепестковый лотосъ въ мозгу.

Сиддха. Полубожественное существо, или Іогъ,
достигшій обладанія сверхъестественными силами.

Свадхиштхана. Второй лотосъ Іоговъ, находящійся
противъ пупка.

Свадхъяна. Изученіе.

Сиддханта. Полное знаніе.

Сиддхи. Сверхъестественные силы, обладаніе ко-
торыми достигается упражненіями въ Іогѣ.

Смрити. Память. Какая-нибудь авторитетная книга, кроме Ведъ.

Тамасъ. Темнота; инерція.

Таннатрасъ. Тонкое вещество.

Тапасъ. Постъ и другие способы подчиненія тѣла.

Удана. Нѣкоторая жизненная сила въ тѣлѣ.

Удгхата. Пробужденіе Кундалини.

Хатса-Іога. Наука о подчиненіи тѣла и сознанія безъ какой-либо духовной цѣли; совершенствование тѣла единственная ея задача.

Чидаказа. Пространство знанія, когда Душа является въ блескъ своей природы.

Читта. Матерія сознанія.

Читаказа. Умственное пространство.

Экагра. Сосредоточенное состояніе матеріи сознанія.

