

К читателю

История создания этой книги была долгой.

С детства я очень интересовался философией, и к девятому классу школы был знаком с трудами Платона, Аристотеля, Канта, Гегеля, Толстого и Достоевского, которые обогатили мой интеллект, но оставили спокойным сердце.

Встреча со Шрилой Вишнупадом в 1980 году полностью перевернула мою жизнь. Этот замечательный человек, будучи учеником А.Ч. Бхактиведанты Свами Прабхупады, приехал в Москву и принес уникальное знание традиции *Брахма-Мадхава-гаудья-сампрадаи* (одного из философско-религиозных направлений древних ариев). В то время Шрила Прабхупада уже покинул Землю, оставив после себя тысячи последователей и основав 108 храмов в разных уголках планеты. Не меньшей его заслугой было то, что он сделал адаптированные переводы основных Ведических канонов, объем которых вместе с комментариями к ним составил около пятидесяти томов. Он уехал из Индии в семидесятилетнем возрасте и в течение почти двух десятилетий путешествовал по всему миру, до самой смерти не прекращая работу над переводами и комментариями к важнейшим Ведическим канонам. Совершенно очевидно, что без его помощи ни европейцы, ни американцы не смогли бы понять секретов древних ариев.

Шрила Вишнупад стал одним из его первых учеников. Ему было поручено просвещать население Советского Союза и стран социалистического лагеря. Нетрудно представить, каким нападкам и гонениям со стороны всемогущего в то время КГБ он подвергался. В чем только его не обвиняли... Его ученики испытывали жесточайшие репрессии. Многие из моих друзей оказались в то время в тюрьмах и психиатрических больницах. Их выгоняли с престижной работы, из институтов. Вишнупада, начиная с 1980 и в течение десяти лет не пускали в СССР, и мы могли поддерживать с ним связь только по телефону или посредством конспиративных писем. Те лекции, которые он давал в других странах, были для нас настоящим кладом знаний. В 1981 году я получил от Харикешы Свами Вишнупада духовное посвящение и имя Аччютананды даса, и с тех пор он является моим духовным отцом. Я уверен, что, если бы не он, моя жизнь сложилась бы совершенно иначе...

Мои родители (особенно отец, который был военным медиком) мечтали, что я стану врачом, но у меня были другие планы. Если бы незадолго до окончания школы мне сказали, что меня ожидает медицинская стезя, я бы рассмеялся в ответ. В то время меня манила скорее юридическая карьера. Я собирался стать оперативником и ловить преступников, и поэтому занимался боевыми искусствами и даже возглавлял отряд «Дзержинец». Однако за два месяца до окончания школы я понял, что мои духовные устремления и регулярные практики не могут иметь ничего общего с криминальным миром. Тогда я принял решение поступать в Военно-Медицинскую академию им. Кирова, чтобы пойти по стопам своего отца. Я набрал «проходной балл» и прошел «курс молодого бойца», но сразу после этого забрал документы и поступил в I-й Ленинградский медицинский институт им. Павлова.

Первый год обучения показался мне подобным аду. Я спрашивал себя: во имя чего я пошел в медицину? Более того, на втором курсе я испытал глубокое разочарование в будущей профессии, поскольку узнал, что ни одно хроническое заболевание не лечится, а все острые недуги проходят сами по себе. Тогда я подумал, а не стать ли мне хирургом, ведь они, по крайней мере, реально помогают своим пациентам.

Тут надо упомянуть, что я с детства постоянно болел хроническим бронхитом, причем во время учебы в институте болезнь стала принимать все более и более тяжелое течение. Стоило простудиться, и кашель не прекращался в течение трех месяцев. Тогда мне посоветовали обратиться к корейскому студенту со старшего курса. Я прошел у него иглоукалывание и очень тщательно соблюдал все его рекомендации по питанию и фитотерапии. С тех пор моя болезнь исчезла навсегда. Я очень вдохновился подобным

успехом, и, наряду с изучением Ведической традиции и регулярными мантра-медитациями, стал изучать восточную медицину.

Позднее, работая врачом на «скорой помощи», а потом в НИИ кардиологии, я продолжал под руководством опытных наставников из Китая обучаться Тибетской медицине, астрологии и сигнатурологии.

В 1990 году мне посчастливилось наконец-то попасть в Индию, где я провел три месяца, путешествуя по святым местам. Там я вновь, после десятилетней разлуки, встретился со Шрилой Вишнупадом, вдохновившим меня на глубокое изучение Аюрведической медицины. В то время мне удалось посетить Бенарес, где находится одна из древнейших школ *Дханвантари-Сушрута-сампрадаи*. Там я понял — все, что я знал ранее — лишь поверхность глубокого океана, и осознал, что, дабы стать мастером Аюрведы (*кавираджем*), понадобится вся жизнь.

В следующем году я встретился со своим духовным учителем в Баварии в день его *Вьяса-пуджи* (День Рождения). Он сказал мне, что я должен продолжать свои усилия, поскольку такова воля Господа.

Вернувшись из Германии, я бросил незаконченную диссертацию, посвященную ишемической болезни сердца. Покинув стены НИИ кардиологии, я снял маленькое полуподвальное помещение, где имелись медицинская кушетка и стол, и стал принимать пациентов. Признаться, в тот период я ничего толком не умел. Я даже удивляюсь, что ко мне тогда приходили люди — три-четыре пациента в день. Мне не хватало денег на жизнь, и я брал машину отца и по ночам «халтурил по городу».

Потом у меня появился первый ученик, которого я обучил точечному массажу, а сам ставил иглы и проводил консультации.

Осенью 1993 года мы стали думать об открытии Центра, поскольку нас было уже трое. Один из моих пациентов предложил мне занять у кого-нибудь тысячу долларов и съездить с ним в Турцию. «Ты заработаешь деньги и откроешь свой Центр», — говорил он мне. «Но я же не умею торговать...» — сомневался я. «Не переживай! Я помогу тебе сбыть товар...» Я согласился, и в первый же день в Стамбуле нас «кинула» курдская мафия. Мы потеряли все деньги, и мне пришлось съездить в Турцию еще три раза, чтобы отдать этот злосчастный долг.

В декабре того же года один из моих пациентов в благодарность за помощь, оказанную в лечении его дочери, отдал нам свой офис, поскольку сам эмигрировал в Аргентину. Так появился Центр Аюрведической и Тибетской медицины, который мы назвали «*Дханвантари*», по имени основателя Аюрведы. На следующий год я поехал в Индию и продолжил свое обучение. Постепенно к нам присоединялись все новые и новые специалисты, проходя специализацию в области Аюрведы. И вот в 1996 году нам предложили переехать в прекрасный особняк на Крестовском острове, где, как известно, находится один из наиболее мощных участков положительной магнитной аномалии. С тех пор в Центре прошли консультации и лечение более двадцати пяти тысяч человек. Позднее мы открыли филиалы Центра в Финляндии и Латвии.

В марте 1998 года я познакомился с Александром Павловичем Цейко, который, будучи последователем святого Саи Бабы, прожил около пяти лет в Индии. Он вернулся в Россию по желанию своего духовного учителя, чтобы распространять знание Аюрведы.

Он занимался поставками аюрведических препаратов из Индии, а я ездил по России и бывшим республикам СССР

с лекциями. В 1999 году он попросил меня написать книгу, но мои литературные способности были далеки от совершенства, и, кроме того, я не мог быстро излагать свои мысли на бумаге. Мне было легче давать лекции. Тогда мы решили создать журнал «Аюрведа — наука жизни», чтобы постепенно формируя журнальные статьи, набрать материал для книги. С 2000 года мы издали восемь полноцветных альманахов объемом по 64 страницы. Наконец-то пришло время взяться за книгу. Однако все, что я написал прежде, казалось мне несовершенным. Я думал, что все это надо переписать заново...

Моим первым помощником в создании этой книги стала Юлия Владимировна Сорокина, вместе с которой мы работали над журналом. В свое время Юлия занималась переводом «*Аштанга Хридая Самхиты*», считающейся одним из наиболее прославленных медицинских канонов Востока, и создала интернет-ресурс <http://www.ashtanga.narod.ru>, на сегодняшний день единственный русскоязычный веб-проект, посвященный истории Аюрведы. Подготовка материалов, связанных с древними трактатами, и проведенная ею редакционная обработка журнальных статей и лекционных материалов позволила нам летом 2002 года начать работу над книгой. Были написаны несколько глав, и начала складываться общая логическая структура книги.

В январе 2003 года я встретился со своим старым другом — Андреем Владимировичем Кузьменко. Мы знакомы около тридцати лет, и сколько я его помню, он всегда проявлял литературные способности. После школы мы вместе поступили в ВМА им.Кирова и вместе ушли оттуда, благополучно сдав вступительные экзамены... Когда мы учились в I Медицинском институте им.Павлова, наше общение становилось все более редким, хотя еще в десятом классе школы А.В. Кузьменко живо интересовался ведической культурой и философией. После окончания института он работал психиатром вначале в амбулатории, затем в судебно-психиатрической экспертизе, а с 1998 года вовсе оставил официальную медицину и посвятил себя литературной деятельности в одном из лучших издательств Санкт-Петербурга. По окончании института мы виделись с ним редко, но после очередной встречи зимой 2003 года я понял, что мне необходим именно такой соратник, сочетающий в себе знание медицины и ведической культуры и обладающий литературным даром.

С марта он активно включился в работу над книгой и мы завершили ее за полгода. Андрей написал практически все притчи и истории и провел тщательную литературную редакцию, поэтому я посчитал, что он достоин быть соавтором данного труда. В настоящее время он работает врачом в Центре «*Дханвантари*» и продолжает вместе со мной готовить к изданию том «*Основы Аюрведической системы питания*», который наш творческий коллектив предполагает закончить к февралю 2004 года.

Я искренне признателен Александру Павловичу Цейко и его супруге Светлане Павловне Шин, ибо благодаря их поддержке данная книга смогла выйти в свет.

Глава 1.

Часть 1.

Аюрведа (букв. — «наука жизни») является частью Ведической культуры древней арийской цивилизации *Бхарата-Варша* или *Арияварта*, существовавшей много тысячелетий назад. В своё время эта культура охватывала целый ряд стран и оказывала благотворное влияние на всю планету.

Изучая дошедшие до нас древние манускрипты, можно оценить широту кругозора и величайшую мудрость людей, живших в ведическую эпоху. Когда западный мир познакомился с ведическими канонами, его представление о древних людях как о примитивных дикарях было полностью развенчано. Теперь мы знаем, что древние *арии* сознательно избегали технократического развития, ибо понимали, что оно не в состоянии дать людям счастье — напротив, может разрушить всю планету. Поэтому девизом *ариев* было: «Жить просто и думать возвышенно».

Современная цивилизация, наоборот, очень гордится своими достижениями в области техники и электроники. Построены гигантские города, в которых так удобно жить и работать. Многоэтажные дома наполнены самой разнообразной техникой. Мы перемещаемся на автомобилях и поездах, и огромные авиалайнеры позволяют всего за несколько часов достичь любой точки планеты. Мы без труда общаемся с людьми, находящимися за сотни километров. Полностью автоматизированные технологические линии заводов и фабрик дают возможность, не прикладывая большого физического труда, производить невиданное количество продукции. Но какой ценой мы добились всего этого? Чем мы заплатили за весь тот материальный комфорт, которым так гордимся?

Сегодня наша цивилизация пожинает чудовищные, разрушительные плоды своей безответственности. Создано страшное оружие, способное в несколько дней уничтожить всё живое на планете. Леса почти полностью вырублены, реки и моря превратились в сточные канавы, воздух отравлен химическими отбросами предприятий и автомобилей, и все больше животных и птиц попадает в «Красную книгу».

Честность, открытость, доброта, скромность и милосердие уступили место страшным порокам. Мир пропитан лицемерием, завистью, алчностью и гордыней; ненависть и вражда раздирают человечество на части. Как следствие — появились невиданные доселе, смертельно опасные болезни. Неудивительно поэтому, что в нынешнем веке вырос интерес Запада к Востоку, особенно — к восточной медицине, сохранившей живые корни ведической культуры. Возвращение к истокам древнего знания в начале третьего тысячелетия дает надежду на исцеление нашего больного общества.

Ариш указывают в своих канонах, что цивилизации гибнут, как правило, не в результате космических катастроф, глобальных стихийных бедствий и войн, но из-за того что каждый начинает думать только о себе, только о том, чтобы брать, а не давать другим. А ведь основной принцип гармонии — обмен энергиями. Только он открывает сердца людей для любви и делает мир счастливым...

Аюрведа, будучи не столько медицинской, сколько философской системой, была дана не какой-то избранной нации или отдельным людям — она была принесена в дар всему Человечеству. Универсальная и достаточно гибкая, Аюрведа содержит алгоритмы, которые можно применять в любом месте и во все времена. Но это не означает, что знание следует прививать механически. Его необходимо адаптировать к определённым географическим, климатическим, культурным и социальным условиям в соответствии с ведическим принципом передачи знания *деша-кала-патра* («место-время-обстоятельства»). Что же лежит в основе тех знаний, о которых здесь говорится?

Неотъемлемая составляющая ведической культуры, Аюрведа основывается на философской системе *Санкхья*, описывающей во всех деталях строение материального мира и его законы, на *Джьотиша-шастре*, включающей в себя астрономию, биокосмохронологию, астрологию, и на ведической натуропатии (естественных методах профилактики и лечения заболеваний).

Санкхья (букв. «исчисление») — философское направление, основанное древним мудрецом Капилой. Оно связано с перечислением первоначал и в каком-то смысле напоминает современную физику (правда, последняя открыла далеко не все упомянутые *Санкхьей* законы). Иллюстрируя поговорку «Новое — это хорошо забытое старое», данный раздел ведического знания содержит, например, описание знаменитой формулы Эйнштейна $E = mc^2$.

Санкхья исследует главным образом строение различных объектов материального мира. Ее суть изложена в 13-й главе «Бхагавад Гиты»: *маха-бхутани аханкаро буддхир авьяктама эва ча индрияни дашайкам ча панча чендрия-гочарах иччха дवेशах сукхам дуккхим санхаташ четана дхритих этат кшетрам самасена са-викарам удахритам* («Пять главных элементов: эго, разум, непроявленное, ум и десять чувств (индрий), пять объектов чувств, желание, отвращение, радость, страдание, совокупность, признаки жизни и убеждения — все это составляет поле деятельности и его взаимодействия») (13.6-7). Согласно ведическим учениям, в основе объектов материального мира лежат 24 элемента. В своей философии Капила муни (*муни* — так называли современники наиболее почитаемых мудрецов (*прим. ред.*) подробно исследует каждый из них и их взаимодействие.

В данной системе знаний материя изначально имеет форму энергии, которая под влиянием воли Брахмы «уплотняется» в вещество, создавая всё многообразие видимых и невидимых нашему глазу объектов Вселенной. В основе каждого — пять составных частей этого мира, так называемых «грубых» материальных элементов или стихий (*маха-бхутов*), которые суть:

- «земля» (*притхви*), являющая принцип структуры или твёрдого состояния вещества (энергия, упакованная в вещество),
- «вода» (*джала*) — принцип взаимодействия или жидкого состояния вещества,

- «огонь» (*агни*) — принцип выделения энергии из вещества (распаковка энергии) или плазменного состояния,
- «воздух» (*ваю*) — принцип движения материи или газообразного состояния вещества, и наконец,
- «эфир» (*акаша*) — субстанция пространства, некий аналог такого понятия современной науки, как физический вакуум или физическое поле материи.

Кроме этих материальных элементов существуют и более тонкие (полевые) составляющие материи, главными среди которых являются чувства (*индрии*), ум (*манас*), интеллект (*буддхи*) и ложное эго (*аханкара*). Сегодня большинство учёных не признает их элементами собственно материи, а, в лучшем случае, считает не более чем результатом деятельности мозга. Однако Капила описывает их как самостоятельную составную часть Природы. Рассматривая Вселенную как единый живой организм, устроенный наподобие человеческого тела, он выводит концепцию тождества макро- и микрокосма. Каждое действие во Вселенной имеет причину и следствие (свойство элемента «огонь»). Каждая точка Вселенной содержит информацию обо всей Вселенной (свойство элемента «эфир»). Что внизу, то и наверху (свойство элемента «воздух»). Все объекты Вселенной находятся в неразрывной связи друг с другом (свойство элемента «вода»). Энергия Вселенной, переходя из одного состояния в другое, никогда не исчезает (свойство элемента «земля»).

Джьотиша-шастра показывает связь человека (микрокосма) с окружающим миром (макрокосмом). «Что происходит наверху, то происходит и внизу». В ее астрономическом разделе удивительно точно рассчитываются расстояния до различных видимых и невидимых невооруженным глазом планет нашей Солнечной системы, описываются их орбиты и скорость вращения около светила. Согласно *Джьотиша-шастре*, в Солнечной системе существует восемнадцать планет, а не десять, как считает современная астрономия. И хотя *Джьотиша-шастра* относит к самостоятельным планетам еще и Луну с некоторыми крупными астероидами, тем не менее познания древних *ариев*, живших пять-десять тысяч лет назад, кажутся невероятными. Не имея современных крупных телескопов и космических станций, они смогли узнать о существовании Урана, Нептуна, Плутона и даже Прозерпины, самой дальней планеты Солнечной системы, открытой всего несколько лет назад. Кроме того, ими были указаны координаты около пяти миллионов звезд (в настоящее время известно около 14 миллионов) и орбиты наиболее крупных комет, пересекающих Солнечную систему.

Другие разделы *Джьотиша-шастры* описывают влияние на человека различных космических объектов. По мнению А.Б. Минькова, древние *арии* изучали три уровня этого влияния: физический, астрологический и магический.

На физическом уровне Солнце, Луна и некоторые ближние планеты воздействуют на нас посредством гравитационных, электромагнитных, инфракрасных и лептонных излучений, изучаемых биокосморитмологией.

На астрологическом уровне космические объекты выступают как индикаторы или своеобразная демонстрационная карта человеческой психики. Имеется в виду не буквальное влияние планет или звезд на человека, а некие законы Вселенной, согласно которым тот связан с координатами и орбитами движения различных небесных тел. Простейшая аналогия: желая узнать, какую температуру имеет в данный момент наше тело или атмосфера, мы смотрим на градуированный столбик ртути или спирта. Саму же температуру мы не видим.

На магическом уровне планета, звезда или комета рассматриваются как живые существа, с которыми можно вступить в контакт. Древние *арии* считали, что планеты и звезды являются физическими телами обитателей мира *Сварги*. Поэтому, когда человек общается, скажем, с Землей, на самом деле его собеседник — богиня *Бхуми*. Юпитер — это царь полубогов *Индра* или Зевс. Сатурн — бог законов Вселенной *Дхармадж*.

Ведическая натуропатия описывает различные свойства продуктов питания, лекарственных растений и минералов применительно к возрасту, полу, типу конституции человека, месту проживания, суточным и

сезонным ритмам, предрасположенности к тем или иным болезням. В одном из канонов Аюрведы говорится: «Всё, что нас окружает, — является лекарством, нужно только распознать его и правильно использовать». Аюрведические фиторецептуры имеют многокомпонентные составы, в которых всякое растение занимает своё место в иерархии возможностей получения того или иного эффекта. При сборе каждого лекарственного растения принимаются в расчет космические ритмы: соответствующие лунная фаза, день и время суток. Некоторые травы можно собирать лишь в определенные два-три дня в сезон или только на восходе Солнца; в иное время их эффективность значительно снижается. Немаловажен и характер местности, поскольку одно и то же растение в лесу, на поляне, у озера, на холме или болоте обладает совершенно разными свойствами.

«Вода и камень точит» — таков принцип действия многих аюрведических лекарств. Они помогают мягко, постепенно и не вызывают побочных эффектов, в отличие от современных фармакологических препаратов, которые подчас более опасны, чем сама болезнь. Аюрведические лекарства не подавляют, а активизируют механизм саморегуляции и детоксикации организма. Они «бьют точно в цель, уничтожая врага, а не здание, в котором тот находится». Они не «загоняют» болезнь внутрь, превращая её в хронический процесс, а «вытаскивают» наружу. Кроме того, они обладают очищающим, тонизирующим и омолаживающим эффектом.

Аюрведическая медицина исповедует целостный (целостный) подход к человеку. Хронические болезни она рассматривает как системные недуги, возникающие в результате поражения многих органов. Поэтому врач, практикующий Аюрведу, должен знать все разделы медицины и уметь помочь любому пациенту независимо от того, старик это или ребёнок, мужчина или женщина, страдает ли у него сердце или желудок. Кроме того, аюрведический врач (*вайдыя*) никогда не строит отношения с пациентом по принципу: «Я лечу, а ты все принимаешь без обсуждения», напротив, он показывает дорогу к исцелению и помогает сделать первые шаги. Основной же путь должен пройти сам пациент, строго следуя предписаниям *вайдыи*.

Ведическая натуропатия исповедует индивидуальный подход к человеку. С точки зрения Аюрведы, ни одна болезнь не может протекать одинаково у разных людей. Во времена ведической цивилизации *вайдыя* не мог рассчитывать на биохимические лаборатории и компьютеры. Поэтому он ставил точный диагноз по методу «пяти зеркал» — состоянию пульса, радужки глаза, ушной раковины, языка, кожных покровов и слизистых — дающему полную информацию о состоянии пациента. Этот метод позволял не только диагностировать зарождение недуга или его клиническую стадию, но и выявить предрасположенность к тем или иным заболеваниям. У каждого человека должен быть один лечащий врач, досконально знающий его проблемы и наблюдающий его в течение жизни.

Аюрведа сравнивает врача с воином. Как воин, владеющий многими видами оружия, будет наиболее эффективен в сражении, так и врач, обучившийся многим методам лечения, быстрее победит болезнь. *Вайдыя* очень хорошо должен знать принципы питания и образа жизни, которые необходимо назначать пациенту в соответствии с его типом конституции, возрастом, местом проживания и возможными недомоганиями. Он должен владеть наукой *мармавидьи* (акупунктурой, хиропрактикой, точечным массажем и гирудотерапией) и обладать совершенными знаниями в лечении травами и минералами.

Но, являясь *кшатрием* в сражении с болезнями, врач обязан быть *брахманом* в деле просвещения людей и в духовной практике, то есть праведным и чистым человеком, владеющим элементами йоги и методами медитации. Он должен посвятить себя поиску истины и состраданию и относиться к каждому живому существу с любовью.

Аюрведа не рассматривает болезнь только как отрицательное явление. В одном из канонов говорится, что «болезни являются нашими учителями». Они не возникают просто так, но становятся индикаторами нашего эволюционного развития. Аюрведа подробно описывает глубинные корни недомоганий, связанные с нашими мыслями, эмоциями и поступками, и указывает на особые «болезни-друзья», которые приходят, чтобы избавить нас от более тяжёлых недугов. Их нужно уметь распознавать и не торопиться выгнать из тела; и современные медики это подтверждают. Если у больного эпилепсией развивается варикозное расширение вен, то эпилепсия приобретает менее опасное течение, а если человек перенесёт в лёгкой форме туберкулёз, он может вовсе избавиться от бронхиальной астмы.

Главное в том, что болезнь приходит к нам, чтобы остановить нас на неправильном пути, предотвратить страшные последствия того, что могло бы с нами случиться. Мы часто думаем, что можем делать всё, что угодно, но это совершенно не так. Мы — часть Вселенной, мы — клеточки Вселенной, и поэтому каждая наша мысль подобна семени, которое мы бросаем в пространство и которое будет расти только в том случае, если мы будем его поливать, то есть подтверждать мысль действием. Если мы посеём добро и подкрепим его добрыми поступками, оно, прорастая, будет изменять к лучшему всё, что нас окружает: всех наших близких, друзей, нацию, весь мир. Если же мы станем сеять и культивировать зло, то оно, набирая силу, будет разрушать и нас самих, и других людей. Каждый человек должен это прочувствовать, наблюдая себя и окружающий мир.

Остановитесь на секунду и посмотрите по сторонам... Может быть, вы действуете по каким-то негативным стереотипам: привыкли завидовать или критиковать? Люди думают, что в осуждении других нет ничего особенного, и, собираясь вместе, тут же начинают кому-то «перемывать косточки», или кого-то жалеть, полагая, что это хорошо. На самом же деле жалость с точки зрения законов Вселенной — это грех, потому что, жалея человека, мы ограничиваем его возможности, подразумевая, что сам он ни на что не способен. В действительности каждый из нас обладает теми или иными уникальными способностями, но часто о них не догадывается или живет в таких условиях, когда эти способности не могут проявиться. Человек реализует только четыре-пять процентов своих потенциальных возможностей и очень страдает от этого. Природа постоянно подталкивает его в нужном направлении, но он не чувствует этого, ибо всё время торопится. Ему кажется, что если он заработает больше денег, получит власть, станет знаменитым или очень сильным, то будет счастлив. Но если он идет в неверном направлении, то есть нарушает законы эволюции, то его останавливает природа, его останавливает Бог. И возникает болезнь, отнюдь не являющаяся наказанием. Болезнь — это спасение для человека, потому что, остановленный, он начинает думать, почему заболел. Он пытается что-то узнать, он приходит к врачам, он начинает что-то менять в себе. Главное — понять, почему это произошло с вами, и тогда вы уберетесь от большего, от худшего, ибо со смертью бренного тела ничто не кончается: ни хорошее, ни плохое!

Важно понять: когда мы умираем, болезнь продолжает жить и способна пережить нас. Болезнь есть некий стереотип, с которым мы существуем, поскольку отклонились от эволюционного пути. Вас остановили (и, может быть, остановили очень сурово — вы оказались в инвалидной коляске), но вы ничего не поняли. Вы подумали: «Со мной всё кончено, я скоро умру, я очень стар. Начну новую жизнь с чистого листа». Но когда вы рождаетесь вновь, неотработанный стереотип остается с вами и заставляет вас делать то же самое. Вы снова заболите той же самой болезнью и снова окажетесь в инвалидной коляске. И снова подумаете: «Что мне терять?» Потом будут третья и четвертая жизни, и снова — тяжелый недуг, и вам будет все хуже и хуже. Разве не стоит внимательно посмотреть на себя, на то, как вы живете, и увидеть, что вас всегда предупреждают, нас всегда останавливают?

Пороки, возникая на уровне психики, на уровне ума, неизбежно пускают корни в наше физическое тело, отдавая во власть негативных стереотипов внутренние органы. Например, страх: вы думаете, что это пустяки, некая частность вроде боязни темноты или хулиганов. На самом же деле у многих из нас существует целая программа страха. Мы всё время чего-то боимся: что не хватит денег, повысят цены, уволят с работы, что-то случится с ребенком. Но когда мы боимся, мы разбалансируем определенные центры энергоинформационного поля.

Музыкант, прежде чем выйти на сцену, настраивает свой инструмент по камертону. Скрипка или флейта обязаны взять точный звук «ля», ибо на нем выстроится вся мелодия, в которой не должно быть фальши. Таким камертоном, способным избавить нас от многих болезней, является энергоинформационное тело, которое регулирует наше состояние. Как только функция органа нарушилась, как только какой-то гормон стал выделяться в неверном количестве либо один из показателей крови стал выше или ниже нормы, — моментально включается и начинает работать камертонное тело. Но если у вас есть какие-то негативные программы, они разрушают сам камертон, и тогда настройка становится невозможной. И вместо «ля» звучит «си», то есть ваш организм начинает вырабатывать неправильное количество гормонов или ферментов, и какой-то орган может начать давать сбои.

Когда организм не способен нормально функционировать, в нем накапливаются различные клеточные шлаки. Заполняя окружающее пространство, шлаки будут поступать в кровь и оседать в органах, соответствующих резонансу вашей программы. Например, если вас переполняет страх, он начнет сжимать ваши почки. Некоторые люди, обладающие высокой чувствительностью и способностью видеть на тонком плане матрицы органов, замечают, что матрица почек под воздействием страха начинает сжиматься, и почка из-за этого плохо работает. Изменяются состав крови и кровяное давление, находящаяся в организме инфекция активизируется, у вас начинается воспаление, какие-то соли выпадают в осадок, и развивается мочекаменная болезнь. У вас появляются боли в почках. Почему? Потому что есть программа страха, которую вы всё время на них проецируете. Вы начинаете принимать таблетки, но они не помогают, так как остались корни заболевания, которые будут постоянно прорастать.

Сейчас, в начале III тысячелетия, западная медицина достигла высочайшего уровня в области хирургии, компьютерной и лабораторной диагностики. Сегодня мы можем прийти в медицинский центр, где нам сделают анализы крови, ультразвуковое сканирование или томографию и поставят точный диагноз. Почему же тогда не только мы, но и весь мир обращается к Аюрведе? Потому что десятки и сотни тысяч медиков, биологов, фармацевтов осознали бесплодность своих усилий, неэффективность такого подхода к лечению, при котором оно начинается с конца. Действительно, стоило человеку почувствовать то или иное недомогание, ему тут же предписывался прием фармакологических препаратов, подавляющих болезненные симптомы: обезболивающих, устраняющих тошноту, жаропонижающих и т.д. Онкологический больной непременно подвергался лучевой и химиотерапии, которые окончательно угнетали противоопухолевый иммунитет. В итоге пациент умирал либо продолжал существовать в страданиях. Почему? Да потому что причина, вызвавшая заболевание, никуда не исчезала. Потому что семя и выросшее из него растение, которое мы столь долго и обильно поливали, оставило в нас свои корни. Мы можем много раз срезать верхушку этого растения, но корни его все равно сохранятся и станут порождать новые и новые побеги. Особенно ужасно то, что происходить это будет и во всех следующих рождениях, до тех пор, пока мы не изменимся.

Аюрведа исследует первопричину болезни, ибо каждый из нас, умирая, рождается вновь, и процесс его эволюции достаточно долог. Прежде чем в своем изначальном виде войти в обитель Бога — *Вайкунтху* (духовный мир) — человек проходит длительный путь эволюции в миллионах жизней. Если бы он мог увидеть свои предыдущие воплощения, то заметил бы, что все они очень тесно взаимосвязаны. Он узнал бы себя, как узнает актера, играющего в разных спектаклях. Роли могут быть самые разные: и трагические, и комические, но актер всегда узнаваем. Вот так же и вы узнали бы себя, если бы смогли увидеть свои прошлые рождения. Это вполне возможно, другой вопрос: нужно это или не нужно?.. Память о прошлых жизнях не дарится Богом, не раскрывается в сердце человека просто так. Она дается тому, кто может анализировать прежний опыт и улучшать себя.

Долгое время люди не понимали, зачем нужно быть праведными. «Пускай праведными будут святые», — думали некоторые. Но разве все мы не должны жить в соответствии с законами гармонии, в соответствии с резонансом Вселенной? Посмотрите, что происходит в нашем организме: все клетки имеют множество рецепторов, которые реагируют на действие гормонов, ферментов, биологически активных веществ. Когда в крови повышается инсулин, клетка воспринимает этот сигнал и открывает соответствующий канал, по которому начинает поступать глюкоза. Мы с вами — тоже клетки Вселенной, и она каждый день, каждую минуту, в той или иной форме подает нам сигналы. Ее предупреждения не всегда могут быть явными и легко ощутимыми. Дабы привлечь внимание, не обязательно щелкать по лбу. Но с нами все время говорят, а мы не слышим этого, мы не ощущаем дыхания Вселенной. Тогда нас начинают подталкивать, а нам это не нравится. Но, как только мы изменим эту ситуацию, как только научимся воспринимать сигналы Вселенной и станем действительно сопричастны ей, — болезни уйдут, и мы перестанем болеть, и сохраним молодость до ухода из этого мира.

Капур Нарадж вышел от духовного учителя в глубокой задумчивости. Он шел по улицам поселка и все повторял про себя слова, услышанные сегодня. «Верховная Личность Бога в образе Сверхдуши неизменно пребывает в сердце каждого живого существа, направляя его действия. Поменяв тело, живое существо забывает о совершенных в прошлом поступках, но Сверхдуша, которой известно настоящее,

прошлое и будущее, остается свидетелем всего, что делает душа. Таким образом, Сверхдуша руководит всеми действиями живого существа.

Господь в образе Параматмы находится и в сердце собаки, и в сердце брахмана. Будучи источником всех существ, Господь заботится об их нуждах подобно матери. Как мать одинаково относится ко всем своим детям, так и верховный отец (или мать) одинаково заботится обо всех существах».

«Надо же, — рассуждал сам с собой Капур, — значит, и в сердце даже самой маленькой птахи, и в сердце большого слона есть Бог».

Его размышления были прерваны страшным шумом и криками, раздававшимися на соседней улице. Капур повернул за угол и увидел, что в двадцати шагах от него развернулось настоящее побоище. Огромный слон, на спине которого едва удерживался перепуганный погонщик, взбесился. Слон громко ревел, мотал головой, кружился на месте и крушил все, что находилось поблизости. Люди с воплями разбежались в разные стороны, и казалось, сам воздух был наполнен ужасом. Когда огромное тело ударялось о стены домов, они покрывались трещинами. Несколько маленьких лавок на углу были разбиты вдребезги; на земле валялись втопанные в грязь фрукты вперемешку с обрывками тканей. «Спасайтесь, бегите!», — кричал погонщик, и первым побуждением Капура было броситься наутек. Однако он вспомнил слова, сказанные сегодня учителем, и не сделал ни шагу в сторону. «Чего мне бояться? В сердце этого слона живет Бог, и в моем сердце живет Бог. Ну, право же, не станет Бог нападать Сам на Себя и причинять Самому Себе вред!»

Эта мысль показалась ему столь мудрой и здоровой, что он остался стоять на месте. Между тем слон несся прямо на Капура, а погонщик продолжал кричать, чтобы тот спасался бегством и даже бросил в Капура свою чалму....

Через несколько дней Капура навестил его учитель. Склонившись над перебинтованным и загипсованным, похожим на мумию учеником, он укоризненно и печально покачал головой.

Капур посмотрел на учителя не менее укоризненно и произнес: «Как же так? Ведь вы говорили, что Бог есть в сердце каждого живого существа. Почему же Он допустил такое, находясь в сердце слона?»

«Глупец, ты ничего не понял, — воскликнул учитель, — разве Бог, находясь в сердце погонщика, не предупреждал тебя его устами о грозящей опасности?»

Глава 1.

Часть 2. История (продолжение)

Четвертый социальный класс — *шудры*. Прирождённые ремесленники, они были очень трудолюбивы и вкладывали в работу всю душу. О таких людях обычно говорят: «У них золотые руки».

Как-то раз поспорили два рисовальщика о том, кто из них более искусен в своем ремесле. Один из них изобразил гроздь винограда на стене дома. Вскоре слетелись птицы и попытались склевать нарисованные ягоды, настолько верно они были изображены.

Автор картины приосанился и спросил собрата по ремеслу:

— А где же твоя картина?

— За этой занавеской, — отвечал тот.

Первый рисовальщик протянул руку, чтобы отдернуть занавеску, но рука его натолкнулась на стену. Оказалось, что занавеска нарисована!

Его соперник произнес:

— Ты создал картину, которая ввела в заблуждение глупых птиц, а я создал картину, которая обманула тебя — опытного рисовальщика. Кто же из нас более искусен?

В системе *варнашрама-дхарма* любому члену общества оказывалось внимание; такого понятия, как привилегированный класс, просто не существовало. Каждый действовал в соответствии со своими способностями и желаниями. *Арии* не были завистливы и никогда не пытались изменить свое социальное положение, ибо считали это бессмысленным.

В одной из Пуран есть такая история.

Однажды некий царь, возвращаясь из военного похода, попросил сапожника починить ему обувь. Сапожник за одну ночь сшил новые сапоги, чем приятно поразил царя. Царь воскликнул: «Я хочу наградить тебя. Проси всё, чего пожелаешь!» Сапожник ответил: «Мне ничего не надо. Я люблю свою работу, и денег, которые я зарабатываю, вполне хватает на жизнь. Мне нечего у тебя просить». Но царь, желая во что бы то ни стало отблагодарить сапожника, предложил: «Хочешь, я сделаю тебя царём на один день?» Сапожник задумался: «Вряд ли из этого получится что-то дельное. Однако почему бы не попробовать? Интересно узнать, каково чувствовать себя царем». И тогда царь посадил его на трон и приказал своим придворным выполнять все его приказы и пожелания. Сапожник долго ломал голову над тем, что бы придумать. Внезапно его осенила хорошая, как ему показалось, идея. Он воскликнул: «Слушайте мой первый указ! Пусть с этого дня все деньги в нашем государстве изготавливают только из кожи». Царь помрачнел и, сведя сапожника с трона, сказал: «Ты прав, лучше будет, если ты останешься собой и будешь шить сапоги, а царские заботы пусть будут уделом царя».

Варнашрама-дхарма являлась богоцентрической социальной системой, позволяющей каждому человеку, выполняя свой долг, двигаться по пути духовной эволюции. Для этого общество было разделено на четыре *ашрама* — четыре ступени жизни: *брахмачарья*, *грихастха*, *ванапрастха* и *саньяса*.

Спустя несколько месяцев после рождения ребёнка родители обычно приглашали опытного брахмана, который по специальным астрологическим таблицам, линиям на ладонях и стопах, а также родинкам на теле ребенка составлял гороскоп, раскрывающий основной потенциал и кармические задачи его личности. Родителям указывалось на ключи к воспитанию ребенка, на принадлежность его к той или иной *варне*, на слабые и сильные стороны характера, рекомендуемый род занятий и предрасположенность к определённым болезням. По достижении пятилетнего возраста ребенка отдавали в специальную школу — *гурукулу*, обычно находившуюся при монастыре, где в течение двадцати лет он постигал науку своей *варны*. Существовали отдельные школы для *брахманов*, *кишатриев*, *вайшьев* и *шудр*. Образование включало в себя развитие философско-религиозного мировоззрения, этическое воспитание, обучение духовным практикам и приобретение навыков будущей профессии. Этот период жизни назывался *брахмачари*. Ученик подчинялся жесткой дисциплине школы, во всем слушался своего наставника, проходил суровые испытания (особенно это касалось *кишатриев*). Ему запрещалось иметь отношения с противоположным полом и покидать стены монастыря без сопровождения.

После получения образования человек переходил на следующую ступень, которая называлась *грихастха-ашрам*. Обычно он женился и, становясь домохозяином, приступал к выполнению социальных обязанностей в соответствии со своей *варной*. Когда он достигал преклонного возраста, и у него рождались внуки, он становился *ванапрастхой*. Это означало, что он мог, с согласия жены, прекратить работать и заняться духовными практиками, изучением священных писаний и размышлениями о сути бытия.

Чувствуя приближение смерти, он принимал статус *саньяси*, и, покинув дом, отправлялся в святые места, в лес или в горы, где мог целиком сконцентрироваться на духовной практике и в просветленном сознании подготовиться к уходу из этого мира. Он отказывался от материальной помощи родственников и, странствуя, принимал только жертвования от других людей. Все это было необходимо для отречения от объектов материального мира. *Саньяси* мог стать странствующим

проповедником и передавать свои знания и опыт окружающим. *Арии* очень уважительно относились к *саньяси* и не отказывали им в крове и пище.

Система *варнашрама-дхарма* давала каждому человеку возможность постичь законы жизни с помощью *камы*, *артхи*, *дхармы* и *мокши*. Посредством *камы* постигались все формы материального наслаждения от самой низкой — чувственной, до самой высокой — возвышенной любви к Богу. Посредством *артхи* каждому предоставлялась возможность научиться трудиться в соответствии со способностями и обеспечить, таким образом, свою семью необходимыми материальными благами. *Дхарма* означала выполнение социального долга в соответствии со своей *варной* и религиозного долга — в соответствии со своим *ашрамом*. *Мокша* подразумевала реализацию кармических и духовных задач нынешнего воплощения для перехода на следующую ступень духовной эволюции.

Религиозно-философская школа *вайшьев*, ставшая предтечей Аюрведы, зародилась еще во время миграции *ариев*. Тогда понятие «*вайшья*» не было синонимом слова «целитель» или «лекарь»; оно объединяло группу людей, живших очень обособленно, в основном в пустынных областях, в лесах или горах — местах со спокойной атмосферой и гармоничной энергетикой. Они по крохам собирали знание, к тому времени уже почти утраченное *ариями*. Они изучали то, как влияет на человека движение планет, как на него реагируют определенные растения, как взаимодействуют с душой, телом и отдельными органами камни и минералы. *Вайшьи* понимали, что человек зависит от планетных, лунных, циркадных (суточных) и других циклов, что для него не проходят бесследно смены климата и времен года. Они видели, что каждый орган в человеке сопричастен определенному растению или животному, работая на одинаковых с ним частотах.

Вайшьи изучили и описали около семи тысяч различных растений, причем не только их состав, но и действие. Они знали, когда и в каком месте, в какую лунную фазу, в какие сезоны нужно собирать растения, как правильно их готовить и сочетать. Они говорили, что если взять шесть растений или же шесть металлов и минералов и в процессе приготовления лекарства соединять их в различной последовательности, то получится 36 разных соединений, 36 видов лекарств. Таким образом можно, манипулируя всего десятком растений, излечить сотни разных заболеваний.

Понемногу восстанавливая знания гиперборейцев и собирая их в единую систему, *вайшьи* восприняли и то, что сохранилось у цивилизации *дравидов* — например, хирургию, иглоукалывание и гирудотерапию (известно, что *вайшьи* выполняли сложнейшие пластические и нейрохирургические операции). Постепенно начала формироваться наука, которая тогда еще называлась не Аюрведой, а *расаяной*.

Философия *вайшьев* основывалась на том, что человек является клеточкой Вселенной, и если он не будет жить с ней в гармонии, то не будет счастлив. «Человек полностью подобен Вселенной, — говорили *вайшьи*, — в нем есть все виды энергий, которые присутствуют в космосе, все пять первоэлементов, все стихии, и даже самые высшие силы, даже сам Бог. Если у человека закрыто сердце, он не способен любить. Если он не способен любить, он всегда будет страдать, потому что никогда не будет удовлетворен». Согласно их воззрениям, человек связан не только с живыми объектами Вселенной, но абсолютно со всеми космическими телами. Поэтому все, что происходит вокруг, обязательно отражается на человеке, и все, что происходит внутри него — отражается на окружающем мире. «Следовательно, — говорили *вайшьи*, — надо повышать своё чувство ответственности за всё, что исходит от нас, и учиться различать добро и зло, чтобы не подпадать под плохое влияние. Каждый человек имеет свою уникальную программу развития, у каждого есть определенная *дхарма*, долг перед своим государством, родом, планетой, на которой он живет, и перед Богом. Каждый человек в своей жизни должен постоянно учиться, проходить всевозможные испытания, выполнять определенные уроки. Постигая свою природу, он должен отдавать всю свою энергию, все свои силы на служение общему благу».

Вайшьи не декларировали, но утверждали личным примером, что человек может жить, не боля и не старясь, очень долго и счастливо. Изучая строение тела, они нашли так называемые энергоинформационные центры, или *чакры*, и определили, что всякая *чакра* характеризуется своей определенной частотой, которая соответствует энергоинформационным характеристикам различных планет и иных космических объектов. На Земле существует закон взаимного соответствия ритмов

растительного, животного и минерального царств, и *вайды* руководствовались им во всех сферах жизни. Только по закону соответствия они использовали пищу, а также травы и иные препараты для исцеления болезней в начальной их стадии. Но самое главное — они показали: корень всех болезней в том, что у человека закрыто сердце.

Вайды утверждали: «У человека должно быть открыто сердце, ибо таково его естественное состояние, в котором он будет жить гармонично». Конечно, они имели в виду не физическое сердце, а *анахата-чакру*, то есть «сердечный», главный центр энергетического тела. Они говорили: «Даже если у человека есть какие-то пороки, он все равно должен жить в соответствии со своей природой и не скрывать их, иначе никогда от них не избавится. Если, стремясь стать лучше, он не добивается успеха, он не должен оставлять усилий и закрывать сердце, чтобы не оборвать энергоинформационный обмен со Вселенной. Как только он закрывает свое сердце, активизируются различные пороки: гордыня, зависть, жадность, злоба, ненависть, которые не только разрушат его тело, порождая многочисленные болезни, но и окажут разлагающее влияние на все общество в целом».

Причиной многих пороков человека является то, что он не умеет соизмерять. Ему всегда кажется, что он достоин большего, что если он получит еще больше материальных благ или денег, то жизнь изменится к лучшему. Но он забывает о том, что каждому предназначена своя доля, и тот, кто берет больше, чем ему дается, никогда не будет счастлив. Приходившие к *вайдам* и вопрошавшие: «Что мне делать, почему я болею?», часто слышали на первый взгляд странные ответы: «Ты болеешь потому что ты слишком жаден». Или: «Ты завистлив и слишком гневлив. Избавься от этого, и твои болезни пройдут».

Люди заметили, что *вайды* удивительным образом сохраняли свою молодость даже в очень преклонном возрасте, были активны, никогда не прекращали своей деятельности из-за болезни и всю жизнь очень много делали для других. Лишь перед самой смертью у них внезапно появлялись признаки старости. За два-три года до смерти они уходили из общины в леса, в горы, посвящали все свое время интенсивным духовным практикам и покидали этот мир, сжигая свое тело с помощью внутренней энергии, которую в системе *йоги* называют *кундалини*.

Со временем слава о философско-религиозной школе *вайдьев*, основателей системы врачевания, распространилась по всей планете, ибо культура и искусство цивилизации *ариев* и *дравидов* постепенно завоевали почти весь мир. За много тысячелетий до гибели арийского общества *вайды* были известны как искусные целители.

Но знания *вайдьев* не были в полной мере систематизированы до момента появления на Земле *Дханвантари* — необыкновенной личности, через которую явил себя Сам Господь. *Дханвантари* пришел специально для того, чтобы организовать и утвердить знания Аюрведы, накопленные за многие тысячелетия древними *вайдьями*. Тогда и был создан «*Дханвантари Самхита*» — самый древний из всех, известных сейчас на Земле, аюрведических канонов. Впоследствии школы, берущие начало от *Дханвантари*, образовали восемь направлений медицины, которые по сути стали источником врачебного искусства как на Востоке, так и на Западе.

Знания, переданные *Дханвантари*, на протяжении долгого времени были предназначены лишь для узкого круга людей, и не только потому, что невежды, получив к ним доступ, могли бы нанести вред себе и другим, но и потому, что мастерство *вайдьев* со временем стало для них способом иметь средства к существованию. *Вайды* передавали свое знание по цепи ученической преемственности лишь посвященным (своим детям и доверенным ученикам), излагая его в стихах, чтобы оно легче запоминалось и не подвергалось искажению. Языковой строй санскрита, на котором слагались, а затем записывались каноны, таков, что извлечение одной буквы или слога из предложения, или малейшее нарушение ритма режет слух так же, как фальшивая нота в стройной игре оркестра. Кроме того, сама ведическая традиция знала способы запоминать огромное количество информации без малейших искажений.

Одним из величайших представителей традиции *вайдьев* был мудрец Бхарадвадж, который передал знание Аюрведы шести лучшим ученикам. Ученики, в свою очередь, составили каноны традиции *Кайя-*

чикитсы — терапии внутренних болезней — использующей растения, минералы, цвета, звуки и запахи. Лучшим из учеников считался Агнивеша, который не только составил самый известный из канонов *Кайя-чикитсы*, но и стал странствующим лекарем, несшим знание Аюрведы по всей Земле. Еще один наследник культуры *дравидов* — мудрец Агастья, которого считают одним из величайших носителей знаний в области хирургии и *мармавидьи* (акупунктуры).

Бхарата-Варша просуществовала много тысячелетий, но пять тысяч лет назад стала распадаться на более мелкие государства и в конце концов прекратила свое существование. Гибель Ведической цивилизации произошла из-за того, что внутри нее зрели различные пороки, которые привели к большим и малым войнам, разложению общества и разрушению всей социальной системы.

С распадом ведической цивилизации учение Аюрведы практически исчезло. Но в начале нашей эры появились удивительные личности, которые восстановили и записали древние канонические тексты «*Чарака самхиту*», «*Сушрута самхиту*» и «*Аштанга Хридая самхиту*». Обычно их называют *Брихат-трайей*, собранием главнейших аюрведических текстов.

Чараку муни, записавшего «*Чарака самхиту*», считали воплощением Агнивеши, лучшего ученика Бхарадваджа. Чарака следовал традиции *Кайя-чикитсы*, и так же, как и Агнивеша, принадлежал к школе *чарана* или *чарака* — странствующих целителей. Об авторе этого знаменитого аюрведического трактата известно очень мало. Даже время, когда был записан трактат, точно неизвестно, хотя большинство ученых склоняется к мысли, что его окончательный вариант относится к I веку нашей эры. Чарака, объединивший в своей работе множество самых значимых трудов по медицине и личный опыт, считал себя всего лишь редактором трактата Агнивеши, а свой труд — *пратисамкритой* (переложением). Но содержание и судьба «*Чарака Самхиты*» говорят об авторе как о незаурядной и яркой личности в мире науки. Дело в том, что Чарака жил в то время, когда труд Агнивеши был довольно широко распространен. Некоторое время они существовали параллельно, но трактат Агнивеши со временем был забыт, а строки «*Чарака Самхиты*» стали учебником, которым и сегодня пользуются тысячи учеников Аюрведы. «*Чарака Самхита*» — это подробное изложение методов обследования, диагностики и лечения различных заболеваний, детальное описание пяти очищающих и питающих клетки тела процедур (*панчакармы*, основоположником которой считают Чараку), рецептуры многочисленных лекарственных составов, а также подробные предписания по их применению, сбору, правильному сочетанию и приготовлению. В трактате перечислено более 500 наименований лекарственных средств растительной, минеральной и животной природы, подробно классифицированных по пятидесяти категориям, согласно теории пяти первоэлементов, и их терапевтическому действию.

Какова, согласно Чараке, природа человека? «Человек состоит из шести сутей (*дхату*): земли, воды, огня, воздуха, эфира и Божественной энергии. Земля — это облик человека, вода — его влага, огонь — его тепло, воздух — *прана*, эфир — аура, а его внутренняя сущность — Любовь. Как проявляется Творец в этом мире, так проявляются в человеке ум, речь, ярость, щедрость, счастье, красота, увлеченность и все чувства... *Тамас* — ослепление человека, свет — его знание. И тот, кто видит в себе весь мир, а себя — во всем мире, владеет истинным разумом. Поистине, тот, кто видит в себе весь мир, знает, что он сам порождает свое счастье или несчастье» (*Шарирастхана*, 5. 1-7).

От действий человека зависят его благополучие или нужда, знание или неведение, здоровье или болезнь. Он живет множество раз, и смертен он тоже многократно. Он часто рождается в неведении и болезнях, но в его силах освободиться и от того, и от другого. «Откуда происходят болезни? Что есть лекарство? В чем причина счастья и страданий? Как сделать, чтобы недуги ума и тела исчезли и не возвращались? Заблуждения ума, неправильное использование чувств и незнание должного времени — вот три причины всех страданий. А лекарство от всех болезней — в подобающем использовании разума и чувств, и уважении времени. Действия в добродетели приводят к счастью, а в невежестве и страсти — к страданиям. Отождествление себя с телом и умом становится источником боли, а когда такого отождествления нет, болезни исчезают и не возвращаются... Если человек правильно питается и ведет себя, не привязан к чувственным наслаждениям, щедр, видит единую духовную природу всех живых существ, правдив, способен прощать, предан духовным учителям и святым, он освободится от всех страданий. Наделенный добродетельным разумом, речью и благими поступками, смиренным

умонастроением, чистым пониманием, духовным знанием, покаянием и духовной практикой, человек никогда не падет жертвой болезней». (*Шарирастхана* 2.39-47)

Чарака предупреждает об опасности техногенного развития цивилизации и о тех последствиях, к которым может привести несправедливость. «Коренная причина всех нарушений — несправедливость или *адхарма*. Ее порождают дурные деяния предыдущих жизней, но источником того и другого является заблуждение разума. Когда главы страны, города, гильдии или общины, сойдя с пути добродетели, несправедливо поступают со своим народом и подчиненными, простые люди города и общины несут несправедливость дальше. От несправедливости исчезает праведность. Когда исчезает праведность, несправедливость становится полновластной, и боги покидают это место, времена года смещаются, и дожди идут не вовремя или совсем не идут, ветер дует неправильно, земля портится, водоемы пересыхают, травы теряют природные свойства и становятся ядовитыми». «Не стоит жить в таком месте, где сильно нарушены вкус, запах, цвет и то, что мы осязаем... где плачут птицы и собаки, болеют животные, где люди презрели добродетели — честность, скромность и праведность». Там «...приходят в ненормальное состояние воздух и огонь, и нарушается течение времен года. Когда все это происходит в течение длительного времени, земля перестает питать травы *расой*, *вирьей*, *випаком* и *прабхавой*, а отсутствие этих необходимых качеств приводит к распространению болезней» (*Виманастхана*, 3.-6,20,4).

Аюрведа, по *Чараке*, это знание, предназначенное для всех, хотя цель ее изучения может быть различна в зависимости от нрава и рода занятий: «Аюрведу следует изучать брахманам — чтобы нести благо всем живым существам, правителям — чтобы защитить себя и свой народ, торговым людям — чтобы достичь процветания. Все могут изучать ее ради обретения добродетели, пользы и удовольствия» (*Шарирастхана* 1.82-85).

Вторым из главнейших трактатов Аюрведы считают «*Сушрута Самхиту*». Изначальный текст этого канона был составлен одним из двенадцати учеников *Дханвантари*, *Сушрутой Старшим*, освещающим традицию *Шалья-чикитсы* или хирургии. *Сушрута* в совершенстве изучил анатомию и физиологию человека, описал причины и механизмы развития 1200 различных заболеваний, детально разработал более 300 сложнейших операций, заложил основы гирудо- и иглотерапии, задолго до *К. Гарвея* описал циркуляцию крови, задолго до *И. Павлова* — секрецию желудочных соков, за много веков до *Э. Дженера* — способ прививки против оспы. Множество положений трактата *Сушруты* лишь недавно было открыто и признано современной наукой. Можно только предполагать, сколько веков назад были созданы инструменты и разработаны методы, с помощью которых производились удаление катаракты, камнесечение и кесарево сечение, лапаротомия и пластические операции.

На рубеже I-II веков нашей эры *Сушрута Младший*, названный своими родителями в честь великого ученика *Дханвантари*, восстановил, записал и дополнил трактат. *Сушрута Младший* был необыкновенной личностью. Умелый врач, глубокий философ, талантливый наставник, замечательный литератор, он основал школу, в которой сотни учеников постигали науку *Шалья-чикитсы*. Существует множество исторических свидетельств того, что школа *Сушруты* славилась далеко за пределами Индии.

«*Сушрута самхита*» — это знание о предназначении человека на Земле и о важности сохранения здоровья независимо от того, зачем оно нужно — для наслаждения этой или следующей жизнью или для достижения Бога. Здоровье — естественное и совершенное состояние, основой которого является согласованное единство человека и Вселенной, сознания и тела. Исток всякой болезни — разрушение этого единства, начинающееся прежде всего с сознания, с мысли.

Силы и способности организма, которые дают ему жизнь и поддерживают ее, — это микрокосмические двойники сил, составляющих и поддерживающих Вселенную. Вселенная и человек — едины, и то, что применимо к макрокосму, применимо и к микрокосму. Разрывая связь с окружающим миром, человек нарушает равновесие «внутреннего» и «внешнего» и остается в одиночестве. Каждая клетка нашего тела — целый мир, который способен строить, разрушать, поглощать. За одной клеткой стоит группа их, образующая организм. Функционирование всех клеток скоординировано, они находятся во взаимной гармонии, и все наши органы действуют слаженно. Каждый элемент входит в состав более

крупного и столь же совершенного образования, но при этом более крупное не ограничивает более мелкое. Так формируется и вся космическая реальность. Меньшее, большее и еще большее связаны друг с другом так, что нарушение чего-то одного влечет за собой нарушение всего остального.

Теряя ощущение родства со всем сущим, нарушая нравственные принципы, переставая стремиться к познанию, творчеству, заботе о других, человек отделяет себя от источника силы, питающего его здоровье. Невежественность в вопросах питания и гигиены приводит его к недомоганиям в этом воплощении, а неведение смысла жизни и правильных средств его постижения может стать причиной болезней и несчастий, продолжающихся в будущих существованиях. Если кто-то думает, что он ограничен своим телом и целиком зависит от внешней среды, что его окружает враждебный мир, наполненный вирусами, стрессами и конкурентами, он становится гораздо более уязвимым для заболеваний. Неверное понимание своей природы, отождествление себя с телом или должностью, приверженность искаженному мировоззрению становятся питательной средой для недугов.

Плотное и тонкое тела человека связаны со Вселенной бесчисленными каналами. Сушрута называет артерии (*дхамани*), вены (*сира*), лимфатические сосуды (*расаяни*), мельчайшие капилляры (*расавахини*), полости (*асайя*) и пространства внутри тела (*шарирачхидра*). Весь организм буквально сплетен из таких каналов. Описывая их, Сушрута упоминает и каналы *нади*, относящиеся не к «плотному», а к «тонкому» телу. Каналы *нади* (дословно — «ток») обеспечивают постоянную связь человека со Вселенной и объединяют так называемые жизненные точки или *мармы* — особые зоны как «плотного», так и «тонкого» тела. Согласно «*Сушрута самхите*», *марма* — это узловатая точка, место соединения двух или более телесных начал — мышц, сосудов, связок, костей и суставов, — являющееся также проекцией информационных и энергетических каналов (*стхула* и *нади*). На тонком плане *мармы* связаны с первоэлементами Вселенной — стихиями «земли», «огня», «воды», «воздуха» и «эфира». Сушрута перечисляет 107 *марм*, описывает их местонахождение, название, номер, размер, классификацию, признаки прямого и полного повреждения, последствия тяжелого повреждения и симптомы при слабом повреждении.

Движение веществ, энергий и жизненного «воздуха» по каналам тела похоже на плавное течение реки. Но что происходит, когда это течение нарушает сильный ветер, или ему преграждает путь нагромождение камней, или сильная жара высушивает его? Если в *марма*-зонах накапливается энергия, она препятствует свободному течению по каналам. Если движение по каналам тела затрудняется или прекращается, в них начинают скапливаться яды, например, отмершие клетки и жир в виде «бляшек» на стенках кровеносных сосудов. Скопившись в одном месте, яды начинают распространяться по другим, свободным каналам, которые перестают выполнять свое прямое предназначение и портятся. В том месте, где «испорчены» все три *доши*, развивается патологический субстрат, который, как любое живое существо, начинает бороться за выживание. В стремлении выжить в неестественных условиях клетки создают независимую подсистему, не согласованную с космическим ритмом. Так возникает болезнь — физическая или умственная, поскольку болезнь ума — это тоже создание собственной реальности, не согласованной с более крупной системой.

Кроме теории *марм*, трактат Сушруты знаменит уникальным описанием и классификацией хирургических инструментов. В их названиях упоминаются львы, медведи, тигры, олени, множество птиц и насекомых, чьи когти, зубы, клювы и хоботы стали прообразами игл, щипцов, скальпелей и ланцетов. К силе этих животных обращался умелый хирург, приступая к операции. Таким образом Сушрута описал сто двадцать пять различных инструментов и разрешил хирургам изобретать новые для каждого отдельного случая. Исследователей, воспроизводящих хирургические инструменты Сушруты, поражает их полное соответствие современным достижениям медицинской техники.

Существует еще один древнейший труд, представляющий педиатрическое направление Аюрvedы, называющийся «Кашьяпа Самхита». Дошедшая до нашего времени версия «Кашьяпа самхиты» содержит только 78 из 200 первоначальных глав. Вриддха Дживака, предполагаемый автор трактата, выступает здесь смиренным учеником, принимающим знания от *риши* Кашьяпы.

«Кашьяпа Самхита» не является учебником по частному направлению Аюрvedы. Это целостное учение о здоровье и правильном понимании жизни, знание о том, что есть тело и что есть дух и о том, что

должен делать человек в этом мире, чтобы выполнить свое предназначение. *Каумара-бхритья* — это прежде всего знание о том, как помочь новопришедшему в этот мир человеку освоиться с данным ему телом и кто должен ему в этом помочь. О том, что ему угрожает и как правильно себя вести, чтобы не стать жертвой телесных или умственных болезней.

Приходим ли мы в этот мир случайно или согласно какому-то универсальному закону? Уходим ли мы из мира в небытие или к какой-то определенной цели? Поскольку без ответа на эти вопросы невозможно понимание истинного здоровья, тема зарождения новой жизни начинается не с момента зачатия, а намного раньше.

«Я объясню процесс эволюции — говорит *Кашьяпа*. — «От *авьякты* (духовного существа) появляется *махат* (мысль), от *махат* появляется *аханкара* (ложное эго), от *аханкары* появляется *акаша* (мыслеформа). Затем появляются восемь *бхута пракрити* (сочетание которых приводит к образованию 144 типов конституций физического тела), пять чувств (зрение, слух, обоняние, вкус и осязание) и органов чувств: глаза, уши, нос, язык и кожа. А также возникают пять органов познания: руки, ноги, анус, гениталии и язык. Цвет и образы, звуки, вкусы, запахи и тактильные объекты являются пятью объектами чувств. *Манас* (ум) является лидером чувств. Только под влиянием ума чувства достигают своих объектов. *Акаша* (эфир), *вайю* (воздух), *теджас* (огонь), *джала* (вода) и *притхви* (земля), соединяясь вместе, образуют физическое тело. Некоторые считают, что тело, чувства, психика и душа (*атма*) являются *пурушей* (личностью), другие же считают, что *пуруша* — это только *атма*».

«От духовного существа возникла мысль, от мысли появилось ложное эго...». И таким образом каждое живое существо стало когда-то воплощенной мыслью — Брахмой, чтобы насладиться возможностью творения, а затем соблазнилось кажущейся независимостью, желанием испытать те или иные ощущения, сыграть ту или иную роль. Забыв о своей истинной природе, душа словно непроницаемой пеленой окутала себя *аханкарой*, ложным эго, и отправилась блуждать по бесконечным тропинкам материального мира. Мы играем то одну роль, то другую, стремимся достичь того или иного... Мы словно находимся в непроходимом лесу, не находя тропы, которая выведет нас на свет, или плаваем в бесконечном океане, не видя берега. Но наша истинная суть всегда помнит о том, кто она и откуда пришла.

Для того чтобы вернуться к своему изначальному существованию, душе нужно сбросить с себя покров *аханкары*, осознав свою истинную природу и пройдя для этого множество и множество жизней, вновь и вновь рождаясь в определенное время, в определенной стране, в определенном теле и у определенных родителей. Для этого ей необходимо проходить свои уроки, каждый из которых должен вести ее обратно в духовный мир. И поэтому каждый ребенок, который приходит в этот мир — это часть Вселенной, это душа, ищущая дорогу домой. Каждый ребенок — это космический странник, путник, который прошел уже множество дорог и лишь некоторое время идет рядом с нами к одному ему ведомой цели, выполняя одному ему ведомые задачи. Но этот путник — пришедший к нам ребенок — нуждается в нашей помощи, а у нас должно быть знание о том, как ему помочь в этом мире. И в этом деле, говорит *Кашьяпа*, нет мелочей.

Кашьяпа подробно описывает, как следует ухаживать за женщиной после родов, как — день за днем — ухаживать за новорожденным, как предохранить его от любых неблагоприятных физических и психологических факторов. Он говорит о том, как приготовить масло для очищения и смягчения нежной кожи ребенка, как, согласно природной конституции, определить правильное время его кормления и переход на употребление твердой пищи. Он говорит и о том, как следует подбирать кормилицу для ребенка и каковы должны быть качества ее молока. Он подробно описывает все особенности поведения ребенка в период роста зубов и те методы, которые могут смягчить тяготы этого времени для детей и их родителей.

В соответствии со строгими правилами и в определенные сроки, которые диктовались в том числе и астрологическими предписаниями, врач должен проколоть уши ребенка. Уши прокалывались как девочкам, так и мальчикам по определенной схеме и по такой же схеме менялись металлы в проделанных отверстиях. Прокалывание жизненно важных точек на мочке уха с последующим

ношением серег позволяло защитить органы чувств (главным образом глаза) от различных болезней. Врачу предписывалось особенно внимательно наблюдать за ребенком в этот период.

Поскольку в первые годы жизни ребенок в силу слабой психологической защиты очень подвержен различным энергоинформационным заражениям, раздел *Сутрастханы* подробно описывает виды *граха* — злых духов, которые могут захватить сознание ребенка. Какое именно неблагоприятное воздействие на него было оказано, определялось не только по поведению ребенка, но и по снам, которые снились его родителям. В надлежащее время предписывалось пригласить опытного брахмана, который определит склонности ребенка с тем, чтобы родители помогли ему выбрать свой жизненный путь, и проведет необходимые ритуалы, предохраняющие от влияния злых духов. Состояние *граха*, или одержимости, описывали многие каноны, но лишь Кашьяпа подробно описал не только ритуалы «изгнания духов», но и методы излечения от них с помощью магических растений и эликсиров.

В VI веке появилась еще одна удивительная личность. Это был Вагбхата, создатель «*Аштанга Хридая самхиты*» или восьмеричной тантры, которая до нашего времени является универсальным учебником аюрведической медицины. Вагбхата в своем каноне объединил все направления Аюрведы и сыграл для ее развития почти такую же роль, что и Дханвантари, некогда принесший на Землю эту науку.

Вагбхата родился в Синдхе в семье *вайдьев*; его отец, Симхагупта, был очень известным аюрведическим специалистом, заслужившим титул «*вайдьяпати*». Лекарственные рецепты и терапевтические методы, создателем которых считается Симхагупта, упомянуты во многих позднейших трактатах. Дядя Вагбхаты, Равигупта, был прославленным врачом и автором медицинского канона «*Сиддхасара*». Вагбхате с ранних лет были открыты секреты Аюрведы — отец учил его правилам сбора растений в соответствии с местом и временем (лунным и циркадным ритмами), а *Вагбхата* помогал готовить лечебные порошки и бальзамы. Позднее он был отдан в обучение духовному наставнику, известному аюрведическому врачу Авалоките, под руководством которого изучал философию, астрологию и аюрведическую натуропатию. Авалокита, происходящий из брахманской семьи, но исповедовавший буддизм и старавшийся ни в чем не придерживаться жестких рамок, сильно повлиял на формирование мировоззрения своего ученика. Вагбхата в своем духовном развитии прошел тот же самый путь.

Однажды, когда он уже был практикующим врачом, тяжело заболела дочь правителя Синдха. Многие известные целители брались ей помочь, но не добились успеха; принцесса постепенно угасала. Тогда во дворце появился Вагбхата. Установив диагноз довольно редкого заболевания, он приступил к лечению и через две недели поднял принцессу на ноги. Правитель, уже не веривший в выздоровление дочери, был так счастлив, что подарил Вагбхате часть своего царства. В пятидесяти километрах к северу от современного Хайдарабада, в округе Карачи (Пакистан), по приказу царя был построен город Махаджанху, ставший столицей царства Вагбхаты. С этого времени ему присвоили титул «Раджариши», о чем упоминают комментаторы Джеджата, Нишчалакара и Бхаттачарья. Махаджанху стал центром изучения Аюрведы. Ученики Вагбхаты собрали и переписали все известные каноны арийской и дравидийской медицины, которые затем были собраны в библиотеке Хайдарабада (почти все эти сокровища — около 80% — погибли в огне пожара во время мусульманского нашествия в XIII веке). Тысячи студентов обучались Аюрведе в Махаджанху, куда были приглашены лучшие целители и ученые Северной Индии. Фактически Вагбхата создал уникальное, единственное известное в истории аюрведическое государство. Эта удивительная страна просуществовала только около сорока лет. После вторжения саков Махаджанху была разрушена, а Вагбхата бежал в город Уджайну, где жили такие прославленные поэты и ученые, как Калидаса и Варахамхира.

Имя Вагбхаты связано и со знаменитым Наландским университетом, обучаться в котором съезжались студенты со всех стран мира. В этом университете Вагбхата провел шесть или семь лет, и, возможно, именно здесь он начал записывать свой знаменитый труд «*Аштанга Хридая Самхиту*». Эту работу он закончил в Керале, городе, находящемся в Южной Индии, где провел последние годы жизни. Там же он явился основателем восьми медицинских династий традиции *Аштавайдья*, каждая из которых занималась развитием одного из восьми разделов Аюрведы, а при лечении болезней опиралась главным образом на «*Аштанга Хридая самхиту*». Этот трактат был настолько популярен, что его заучивали наизусть не только наследники врачебных династий, но и дети из других брахманских семей. Такая

традиция и по сей день существует в Керале, и труды Вагбхаты популярны здесь более чем где-либо в Индии. «*Аштанга Хридая самхита*» — это не только прославленный классический труд Аюрведы, но и связующая нить между индийской и тибетской традициями, поскольку она стала основой знаменитого тибетского трактата «Чжуд Ши».

I-IX столетия стали «золотым веком» классических трудов Аюрведы. В это время был создан знаменитый трактат по диагностике «Мадхава нидана», подробнейший словарь лекарственных средств «Бхавапракаша нигханту», а также «Шарнгадхара самхита», описывающая классическую аюрведическую практику пульсовой диагностики. Свое развитие в трактатах и комментариях получили хирургическая, терапевтическая и педиатрическая традиции Аюрведы, появились работы по *марматерапии*, были созданы труды, посвященные лечению не только людей, но и животных. Но примерно с XIV-XV столетий в развитии Аюрведы наступил серьезный кризис, и ее письменная традиция практически прервалась вплоть до XX века, когда знания древних *ариев* оказались как нельзя более востребованными.

Глава 2.

Часть 1.

Причина жизни

«Рождение» и «смерть» души (начало)

«Душа не рождается и не умирает. Она не возникала, не возникает и не возникнет. Она не погибает, когда убивают тело. Как человек надевает новые одежды, сбросив изношенные, так воплощенная душа принимает новое тело, оставив старое. Оружие не рассекает ее, огонь не сжигает, вода не смачивает, ветер не иссушает. Она постоянная, вездесущая, неизменная, вечная, полная знания и блаженства». Так говорится о душе в «*Бхагавад Гите*» — древнейшем каноне человечества.

С незапамятных времен философы спорили о существовании некой духовной и неизменной частицы, которая является нашим истинным «я».

Приверженцы самых примитивных учений утверждали, что управляющая система физического тела, называемая головным мозгом, и определяет наше «я» как индивидуальное сознание. И пока существует мозг, существует и «я».

Другие указывали на присутствие в теле духа или души, которая не исчезает после смерти, а в зависимости от своих деяний в течение одного земного воплощения отправляется навечно в некие райские или адские миры. При этом «греховность» или «благочестивость» поведения определялись различными религиями по-разному, да и сами эти понятия с течением времени могли расширяться или сужаться в соответствии с тем, какую социальную политику проводил тот или иной лидер. Кроме того, считалось, что душой обладают только люди, другие же — «бессознательные твари» — созданы Богом лишь для использования их людьми.

Третьи полагали, что души, пройдя очень длинный цикл земных перевоплощений, рано или поздно воссоединяются с Богом и теряют свою индивидуальность, подобно тому, как волны вновь возвращаются в океан. Эти философы признавали факт вездесущести душ. Человек, животные, птицы, земноводные, рыбы, растения, насекомые и даже бактерии, с их точки зрения, имеют единую и неизменную духовную природу.

Четвертые думали, что Бог когда-то создал всех нас и просто отпустил на «вольные хлеба», и что часть из нас сделал своими слугами и дал способность никогда, ни при каких обстоятельствах не забывать Его; такие души они называли *нитья сиддхами* (букв. «вечно свободными»). Других же Бог отделил от себя материальной природой, заставив играть те или иные роли на Земле и подобных ей планетах. Такие личности никогда не смогли бы вернуться в духовный мир, поэтому они назывались *нитья бандха* (букв. «вечно обусловленными»). В лучшем случае они способны достигнуть непосредственного

контакта с Богом и служить Ему, находясь в материальном мире. И хотя это и не гарантирует их от падений, но их природа такова, что им всегда по нраву преданность Господу и дружба с Ним в пространстве «виртуальной реальности». Оставаясь в материальном мире, пользуясь его возможностями, им хочется помогать тем душам, которые утратили память о своей истинной природе. Поэтому они никогда не принимают путь суровых аскез и отречений (*нивритти-марга*).

Что касается ведических *шастр* (канонов, раскрытых человечеству непосредственно Богом), то они представляют концепцию *Ачинтья бхеда абхеда таттва* («одновременного единства и отличия»). *Шастры* указывают, что Бог расширил себя на бесконечное количество *таттв* («энергий»). Одни называются *вишну-таттвами*, другие — *джива-таттвами*.

Вишну-таттвы — различные экспансии Самого Бога. Господь проявляет Себя в бесконечных формах на тех или иных планетах *Вайкунтхи* (букв. «мир, лишенный страданий»). Он также иногда приходит в материальный мир для различных игр со своими преданными. Например, две с половиной тысячи лет назад Он появлялся на Земле под именем *Будды*, а за несколько тысячелетий до этого открыл всему миру свою изначальную форму как Господь *Кришна*. Во время великой войны между ариями и дравидийцами Он пришел на нашу планету, и в качестве царя *Рамачандры* объединил и примирил многие народы Земли, создав одну из удивительнейших цивилизаций — *Арияварту*, просуществовавшую около 23 тысяч лет.

Джива-таттвы являются персонификацией различных талантов Бога и наделены собственным сознанием. Каждая *джива* (букв. «живое существо») проявляет в полной мере только какой-то один из всех талантов Бога. Таким образом Господь познает Себя через общение со Своими духовными спутниками. Мы же постоянно жаждем все более и более обогащаться различными качествами Бога, входя в контакт как с Самим Господом, так и с другими душами. На самом деле данный процесс познания бесконечен, так как невозможно определить границы различных талантов Бога, проявленных бесчисленными оттенками в Нем Самом и персонифицированных в полной мере в тех или иных душах.

Джива-таттвы одновременно являются и не являются частью Бога. Они как личности всегда связаны с Ним, но всегда и отделены от Него. Не было времени, чтобы души появились, и никогда не будет времени, чтобы они исчезли. Каждая *джива* является *сам-чит-анандой*. *Сам* означает «вечность», то есть невозможность прекратить свое существование и индивидуальность ни при каких обстоятельствах. *Чит* означает «знание». Бог простирает Свое сознание повсюду. Мы можем входить в непосредственный контакт с Ним в любом месте материального или духовного мира и получать необходимую информацию. Поскольку для этого даже нет необходимости в том, чтобы говорить лично с Ним, а можно просто извлекать ту или иную информацию из матриц Вселенной, это означает, что душа уже имеет *чит* — «постоянный доступ к знанию мира и его законов». И наконец, у каждого из нас есть *ананда* — «способность любить». Любовь является духовной энергией, пронизывающей все вселенные. Через нее Бог общается с каждой душой. Он посылает нам эту энергию, и когда любовь проникает в нас, мы испытываем необыкновенное наслаждение, блаженство, счастье...

Затем, пропустив через себя энергию любви и обогатив ее своей природой, мы возвращаем любовь Богу или дарим ее другим живым существам. При этом наше счастье возрастает стократ. Это и называется *анандой*.

Причины «падения» души в материальный мир

Когда *Капила муни* в своей знаменитой философии *Санкхья* описывал уникальную природу души, он указывал, что Бог создал других живых существ, дабы лучше понять Себя. Каждый из нас имеет много различных качеств, которые комбинируются друг с другом в бесконечных «оттенках», но при этом мы являемся воплощением какого-то одного таланта Бога. Обретаясь в духовном мире *Вайкунтха*, безграничном в своих размерах и проявлениях, каждое живое существо находится в определенных взаимоотношениях с Богом и другими душами. Такие взаимоотношения называются *расами*. Они никогда не меняются, поскольку отражают нашу вечную природу. Господь, чтобы лучше понять Себя через Своих спутников, подобно великому режиссеру постоянно устраивает различные игры (*лилы*). Испытывая от этого огромное удовольствие, некоторые души, тем не менее, желают познать, что

ощущает Сам Бог, контролируя все мироздание и творя его разнообразие. Кроме того, они хотят представить, что бы они чувствовали, если бы были смертны, невежественны, бездарны, а также лишены любви и свободы (ведь часто мы по-настоящему начинаем ценить только то, что утрачиваем). Но подобное невозможно в мире *Вайкунтха*, и поэтому живое существо решает отправиться в увлекательное путешествие — в мир «виртуальной реальности».

В наше время многие люди, которые никогда не воевали, не летали на самолетах и не опускались в глубины океана, садятся за компьютер, чтобы добровольно погрузиться в иллюзорный мир и пережить ранее не испытанные ощущения. Они совершают удивительные космические путешествия, оказываются в кабинах боевых машин или сражаются с ужасными монстрами... И чем больше они забывают о реальности, тем более захватывающей становится эта игра.

Нечто подобное происходит с нами в материальном мире. Соприкасаясь с материей, мы «надеваем шлем виртуальной реальности», создающий полную иллюзию происходящего, и отдаемся этой удивительной игре. Таким «виртуальным шлемом» является для живого существа *аханкара* или «ложное эго», которое называют еще «причинным телом». Забыв о своей истинной природе, о своем вечном и неразрушимом «я», душа окутывает себя *аханкарой* и отправляется блуждать по бесконечным коридорам материального мира. «Ложное эго» существует столько времени, сколько мы здесь пребываем, вплоть до конца игры, которая по земным меркам может продолжаться миллиарды и даже триллионы лет. И именно «ложное эго» позволяет нам принимать форму того, чего не существует в реальности.

«Большая спираль» вселенской эволюции

Входя в материальный мир, мы попадаем в некую пирамиду, состоящую из тридцати трех тысяч вселенских слоев. Все они густо заселены всевозможными видимыми и невидимыми формами жизни. Принцип устройства вселенской пирамиды таков, что чем ниже уровень сознания живых существ, тем больше видов жизни они представляют. Ведическая традиция говорит о восьми миллионах четырехстах тысячах уровнях сознания, проявленных в самых различных уголках нашей Вселенной. В философии *Санкхья* это называется «большой спиралью» эволюции сознания живых существ. Каждая душа занимает одну из ниш на «большой спирали». 400 тысяч витков или уровней сознания относятся к миру полубогов и миру человечества, а восемь миллионов — к иным слоям Вселенной. Лишь часть всех витков представлена биологическими формами жизни, остальные же — более тонкими проявлениями материальной энергии. В отличие от современной биологии, которая называет жизнью «определенный способ существования пуриновых и пиримидиновых оснований (белковых тел)», аюрведическая система знаний определяет жизнь как форму существования души (*дживатмы* или *дживы*). Двигаясь по «большой спирали» вверх или вниз, душа, в зависимости от уровня своего сознания, последовательно занимает ту или иную нишу во Вселенной, воплощаясь в тех или иных формах или видах жизни.

Живые существа, находящиеся на одной ступени сознания, в зависимости от планеты и среды обитания могут иметь различные тела и формы. Телесные оболочки души состоят из всевозможных комбинаций «грубых» и «тонких» элементов материи.

Восприятие времени в мире «виртуальной реальности»

Когда мы входим в материальный мир, время, подобно вееру, разворачивается на Прошлое и Будущее. Все, что мы совершаем в мире «виртуальной реальности», немедленно оказывается в прошлом, даже если это составляет тысячные доли секунды, а то, что мы задумываем, создает или изменяет наше будущее. Настоящего же здесь не существует. В материальном мире наше прошлое всегда влияет на наше будущее, поэтому если мы хотим изменить его, нам нужно «стереть» что-то конкретное в своем прошлом. Однако сколько бы времени мы ни находились в материальном мире (миллиарды или триллионы лет), возвращаясь обратно, мы оказываемся в той же самой точке, откуда начали наше путешествие.

Суть материальной игры отражает одна из притч в древних *Пуранах*.

...Существовало некогда государство *Уттар Пандава*, правителем которого был царь по имени Лавана, и которое славилось красотой, богатством и процветанием. Подданные *Лаваны* были очень им довольны, ибо он заботился о каждом, как о собственном сыне.

Царь многое повидал за свою жизнь, и в последнее время часто испытывал скуку. Подобно Соломону, он думал о том, что «все в этом мире лишь суета сует».

Однажды во дворец пришел босоногий странник с изможденным лицом и длинными седыми волосами, ниспадающими на плечи; священные знаки на лбу, массивные четки на золотой цепочке и редкий кашмирский платок указывали, что он принадлежит к кругу уважаемых людей. Всякий, кто смотрел на него, испытывал благоговейный трепет. Царь не мог отвести от него взгляда.

— Кто это? — спросил он у министра.

— Это странствующий маг и целитель, он просит вас принять его.

— Пусть подойдет.

Странник подошел к царю и почтительно приветствовал его.

— Что ты умеешь делать? — спросил царь. — Я хотел бы увидеть что-нибудь необычное.

— Я покажу вам нечто такое, о чем никто не осмеливался и мечтать.

Царь недоверчиво усмехнулся.

— Я уже видел, как под полотенцем вырастает манговое дерево, — сказал он.

— Речь идет совсем об ином, государь.

— Мне не хочется смотреть на висящую в воздухе веревку, по которой кто-то карабкается на небо.

— Этот фокус хорошо известен, он только нагоняет скуку. Я не стал бы навязывать его вашей милости.

— Неужели ты покажешь нам что-нибудь новое? Я терпеть не могу смотреть на женщин, которых перепиливают пополам, и на мужчин, которые воспаряют к потолку. Мне до смерти надоели все эти трюки.

— Пусть ваша милость прикажет отрубить мне голову, если я не смогу показать ничего более интересного.

— Ну что ж, если это окажется правдой, тебя ожидает самая высокая награда. Неси свой мешок.

— У меня нет мешка.

— Это хороший знак. Значит, у тебя нет мешка со всякими таинственными побрякушками. Что же у тебя есть?

— Только это, — сказал странник, указывая на свои широко открытые глаза.

— Что-что? — переспросил царь, вглядываясь в его лицо.

Как только глаза Лаваны встретились с глазами странника, все вокруг переменялось. Царь больше не видел своих министров; парадный зал с коврами и золотыми колоннами словно растворился в воздухе. Исчез даже трон, на котором он сидел. Царь оказался один в широком поле, на котором пасся иссиня-

черный конь с развевающейся гривой и длинным хвостом, волочившимся по земле. Глаза у коня сверкали, морда была покрыта пеной. Он встряхивал гривой и рыл копытом землю.

Лавана подумал: «Грош мне цена, если я не сумею поймать и укротить этого скакуна». Он осторожно приблизился к коню, но тот отпрянул, гордо вскинув голову, подождал, пока царь сделает новую попытку, и опять отпрыгнул в сторону. Так продолжалось довольно долго; наконец царя обуял гнев и он, сделав неожиданный прыжок, схватил коня за пышную гриву и вскочил ему на спину. Конь стремглав бросился вперед, перешел с рыси на галоп и помчался сквозь густые заросли с такой скоростью, что у *Лаваны* засвистело в ушах. Одежда царя превратилась в клочья, он истекал кровью. В конце концов, конь сбросил его, и царь потерял сознание...

Когда он пришел в себя, то понял, что находится в непроходимых джунглях, в которых могут подстергать любые опасности: и хищники, готовые проглотить его целиком, и ядовитые змеи, и дикари, которые схватят его и станут терзать. Царь не знал, в каком направлении надо идти, но, немного помедлив, двинулся вперед. Шел он очень долго, и, когда наставала ночь, забирался на высокое дерево и засыпал. В конце концов, он потерял счет дням; его мучили голод и жажда, жалили тысячи moskitov; его тело превратилось в кожу и кости...

Когда царь уже был близок к отчаянию, он внезапно ощутил ароматный запах жареных пирожков. Из леса появилась молодая женщина, прикрытая рваным куском материи. Внешность у нее была отталкивающей: заячья губа, кривые, выступающие вперед зубы, грязные, нечесанные волосы. В руках она держала корзинку.

— Кто ты? — спросил *Лавана*.

— Ой! — испугалась она, неожиданно увидев перед собой незнакомца. — Я живу вместе с отцом-дровосеком в этом лесу. Сейчас я несу ему обед.

— Я хочу есть! Я — царь. Я заблудился в джунглях и много дней не видел нормальной пищи. Пожалей меня и накорми. Тогда я вознагражу тебя, как только вернусь в свое царство.

— Ты, может быть, и царь, — сказала женщина, — но я — не царица... Я принадлежу к самой низшей касте. Мой отец — *чандал*. Нам запрещено делиться с такими, как ты. По нашим законам я совершу грех, если дам тебе пищу, оскверненную моим прикосновением. Я не хочу грешить, чтобы потом не попасть в ад. Ты — *киатрий*, а я принадлежу к низшей *варне* (касте).

— Забудь о том, что я произнес слово «царь». Это была просто шутка. На самом деле я тоже *чандал*. Посмотри на меня, разве я похож на царя?

— Мне все равно, на кого ты похож. Я не верю тебе. А обед предназначен только для моего отца.

Царь встал перед ней колени.

— Сжался надо мной! Спаси меня! — молил он.

Подумав некоторое время, женщина сказала:

— Я могу спасти тебя, только если ты сделаешь то, что я скажу. Чтобы сравняться со мной, ты должен на мне жениться, тогда я смогу накормить тебя (у ариев был обычай, по которому представитель высшей касты, берущий в жены девушку низкого происхождения, автоматически попадал в ее *варну*).

Выход, который предложила женщина, показался Лаване весьма разумным, ведь в тот момент он думал лишь, как ему не умереть с голода. Поэтому он женился и остался жить в лесу.

По прошествии некоторого времени жизнь Лаваны устроилась: породнившись со старым дровосеком, он поселился вместе с ним в хижине, крытой пальмовыми листьями. Однажды вечером дровосек умер.

На следующий день Лавана с женой совершили обряд погребения у себя во дворе, и Лавана стал главой семьи. Чтобы добыть пропитание, он охотился с копьем на лесных животных. Иногда он ходил в лес за дровами.

Скоро Лавана совсем забыл о своем прошлом. Даже жена не казалась ему такой уродливой, как раньше; прошли годы, и она родила четырех сыновей. Одеждой ему служили кора деревьев и шкуры животных, его отросшие волосы потускнели.

Неожиданно на те места, где они жили, обрушилась страшная засуха. Реки и озера полностью пересохли, деревья стояли голые, животные и птицы спешно покидали гиблые места. Лаване с семьей тоже пришлось собираться в путь.

Они шли и шли без пищи и без воды, пока их большая семья не стала распадаться. Убедившись, что отец не может добыть пропитание, три старших сына один за другим покинули его. Жена и младший сын совсем выбились из сил. Видя, что они умирают от голода, *Лавана* решил принести себя в жертву. Он подошел к жене и сказал:

— Я заметил оленя. Я поймаю его и приготовлю пищу за той скалой. Тогда вы сможете досыта поесть. Ты скоро увидишь костер, но не приходи туда, пока он не погаснет. А пока спи.

Обогнув скалу, царь собрал кучу хвороста и сухих листьев, высек огонь и зажег костер. Когда сухие ветки охватило пламя, *Лавана* прыгнул в огонь...

И тут увидел, что по-прежнему сидит на своем троне во дворце. Вокруг него толпились министры и советники. Он обвел их взглядом и поинтересовался:

— Вы все время были здесь?

— Да, государь, — ответили они. — Мы никуда не уходили.

— Ничего не понимаю, — сказал *Лавана*. — Сколь долго все это продолжалось?

— Что именно? — удивился один из министров.

— Сколько времени я спал?

— Минуту или две, государь, не больше.

— Но я же прожил 50 лет! — воскликнул царь. — Я прожил целую жизнь!

Он снова оглядел зал и громко спросил:

— Но где же этот удивительный человек?

Министры и слуги тоже стали оглядываться по сторонам, но странник бесследно исчез...

Строение мира «виртуальной реальности»

«Мир Творца Вселенной» *Сатья-лока*

Точку входа в материальный мир называют *Сатья-локой* или местом, где проявлен персонифицированный интеллект Вселенной. В ведических традициях его именуют *Брахмой*, а древние

славяне знали его как *Сварога*. *Брахма* — удивительное существо, чье тело представляет собой чистый интеллект, пронизывающий всю Вселенную, а мысль мгновенно превращается в любую материальную форму. Все видимые объекты нашего мира — мыслеформы (элементалы) *Брахмы*, поэтому его также называют Творцом Вселенной. В некоторых философско-религиозных школах его считали богом. Однако в своем откровении человечеству — «*Брахма-самхите*» — он сам утверждает, что он — такая же душа, как и все, просто занимает самую первую ступень в иерархии Вселенной и действует только по воле Всевышнего.

Вселенных бесконечно много. Они существуют триллионы лет, возникают и растворяются, лопаются, подобно мыльным пузырям, и вновь рождаются. Продолжительность жизни *Брахмы* невероятно велика. *Брахма* живет столько времени, сколько существует Вселенная, и существование Вселенной заканчивается, когда подходит к концу его жизнь. Многие ведические источники утверждают, что продолжительность жизни *Брахмы* составляет по земным меркам 311 триллионов 40 миллиардов лет — почти вечность! Однако его восприятие времени сильно отличается от нашего. Это хорошо иллюстрирует одна история-притча.

...В древние времена в Бенгалии, в городе *Пури*, жил царь Индрадьюмна, построивший великий храм *Джаганнатхи* (букв. «Повелитель Мира»). Перед церемонией открытия храма царю явился мудрец *Нарада*, который сказал, что обитатели мира *Сварги* очень благоволят ему за праведность, религиозность и справедливость, и предложил исполнить любое желание. Индрадьюмна попросил мудреца, чтобы тот перенес его на планету *Брахмы*. *Нарада* выполнил эту просьбу, и спустя несколько мгновений царь увидел *Брахму*. Он низко поклонился Творцу Вселенной и попросил его присутствовать на церемонии открытия храма *Джаганнатхи*, добавив, что соберутся многие мудрецы и святые, а также все его подданные, родственники и друзья. Конечно же, они будут очень счастливы видеть Творца нашей Вселенной. Услышав это, *Брахма* рассмеялся и ответил: «Неужели ты не знаешь, что за те несколько мгновений, пока ты произносил свою речь, на Земле минули сотни лет. В Бенгалии сменилась не одна династия царей, а все твои жены, дети, внуки и правнуки давно уже умерли, и ты не встретишь никого, кто бы тебя знал. Лишь один храм *Джаганнатхи* помнит тебя, и люди почитают царя *Индрадьюмну*, который когда-то его построил...»

Когда мы начинаем путешествие по миру виртуальной реальности, мы вначале получаем роль «Творца Вселенной» — *Брахмы*. Так мы в какой-то степени реализуем свои мечты: быть похожими на Бога, сыграть Его роль. Конечно, это не то же самое, что *быть* Богом, но мы пытаемся; нам хочется попробовать, хотя никто и никогда не сможет реально оказаться в Его роли. В ведических трактатах говорится, что даже Сам Всевышний не может до конца познать Себя.

Выйти из вселенской пирамиды можно только через ту же точку, через которую мы вошли. Каждый из нас с прекращением существования Вселенной мог бы вернуться в духовный мир, но дело в том, что возможность играть разные роли в материальном мире становится почти непреодолимым соблазном, подобно наркотику. Пребывая в форме *Брахмы*, мы не можем понять, что ощущают живые существа, находящиеся в других пластах Вселенной. Мы как бы стоим на лужайке перед таинственным лесом, который манит своими тропинками, удивительными растениями и сказочными обитателями. Поэтому мы продолжаем наше путешествие...

«Мир полубогов» *Сварга-лока*

Теперь мы можем отправиться на планеты «Мира полубогов», где живут различные существа, чье тело соткано из более тонкой материи, нежели человеческое, и которые обладают необыкновенными способностями и могуществом. В христианстве и исламе их называют ангелами и архангелами. Они постоянно пекутся о благе и процветании всей Вселенной. *Сварга* — мир четырехмерного пространства, поэтому его обитатели воспринимают любую сферу как тор (фактически — плоскость). Отсюда древнеарийское название Земли — *Бхумандала* (букв. «земная плоскость»), хотя Капила говорил, что *Бхумандала* — лишь один из вселенских пластов, включающих в себя как Землю, так и

многие другие видимые и невидимые человеческому глазу планеты земного типа. Устройство Вселенной, описанное в ведических *пуранах* и *тантрах*, было объяснено людям обитателями высших планет, поскольку человечество не могло самостоятельно приобрести столь обширные знания в области астрономии, физики и биологии. Поэтому при изучении этих древних трактатов необходимо учитывать систему координат (четвертое измерение), на основе которой они излагались.

Некоторые из представителей этого пространства известны как *девы* (полубоги), контролирующие и управляющие различными звездами, планетами, стихиями и энергиями Вселенной. Они могут легко манипулировать материальными элементами и мгновенно, со скоростью мысли, перемещаться в любую точку нашего мира. Если кто-то подумает о них, они тут же оказываются рядом. По своему желанию они способны создать тело, которое можно воспринять чувствами. Они обладают огромными знаниями и могуществом, и их возможности, хотя и ограниченные по сравнению с возможностями других обитателей материального мира, кажутся безмерными. Людям, перед которыми они предстают, кажется, что Сам Господь снизошел на планету, поэтому их часто называют богами. В ведических трактатах описано несколько тысяч полубогов, но чаще всего упоминаются *Индра* (Зевс, Юпитер) — царь *девов*, *Сурья* — бог Солнца, *Чандра* — бог Луны, *Анила (Ваю)* — повелитель ветра, *Варуна* (Нептун) — повелитель водных стихий, *Агни* (Гефест) — повелитель огня, *Сарасвати* — богиня знаний, *Кубера* — бог благосостояния. Упоминаются также *Ямарадж* (Плутон) — бог смерти, *Дхармарадж* (Сатурн) — бог законности и справедливости, *Сканда* (Марс) — бог боевых искусств, *Бхуми* — богиня Земли и *Ашвини Кумары* — боги-близнецы, покровительствующие медицине.

Представления современных историков о якобы политеизме древних, поклонявшихся многим богам, лишены оснований. Древние арии говорили, что Бог только один, хотя Он может быть известен разным народам под разными именами. Чаще всего они называли Его *Вишну* (букв. «Всевышний») или *Кришна* (букв. «Всепривлекающий»). Так же и древние славяне считали, что Бог — это *Вышень* или *Крышень*, а все остальные — лишь проявления Его энергий.

У каждого полубога много помощников, которые называются *чараны*. Они всегда находятся рядом с полубогами, поскольку состоят в их свите. *Чараны* делают все, чтобы их господина почитали и прославляли. *Чараны* наделены многими замечательными способностями, но при этом очень скромны и используют мистическую силу только по желанию своих повелителей. Они являются образцом служения в материальной Вселенной.

В мире *Сварга*, который иногда называют райским, живут также *муни* — вселенские мудрецы, контролирующие философско-религиозные традиции и дающие знания всем цивилизациям нашей Вселенной. *Муни* периодически перемещаются с одной планеты на другую. Часто они рождаются среди людей и выглядят очень похожими на нас, однако никогда не утрачивают память о своем происхождении. Тем, кто культивирует знание, они очень благоволят и всегда помогают, устраняя различные препятствия на пути. Наиболее известны среди них *Нарада*, *Вьяса*, *Бхригу*, *Капила*, *Атри*, *Маричи*, *Васиштха*, *Гаутама*, *Агастья*, *Поуластья*, *Пулаха*, *Патанджали*, *Ангир* и *Бхарадвдж*.

Есть там также *гандхарвы* — небесные музыканты. Они создают музыку, от которой испытывают блаженство даже полубоги. Существует история-притча о великом музыканте, чья гениальность проявилась чуть ли не с самого рождения. Даже шелест листвы или пение птиц немедленно рождали в нем мелодию, исполнение которой заставляло трепетать его поклонников. Красота создаваемых им произведений не поддавалась описанию, и люди почитали его как бога. Он нежился под лучами славы, и гордыня захлестывала его душу. Но однажды во сне ему явился *гандхарва* и сыграл на флейте нечто, отчего рассудок музыканта едва не помутился. Он понял, что его собственная музыка рядом с небесной звучит как скрип телеги, и после этого не смог создать ни одного произведения.

Гандхарвы (самый известный среди них — *Читрататха*) покровительствуют всем видам искусств — будь то музыка, живопись, поэзия или что-либо иное. Люди, способные трансформировать свои эмоциональные переживания и творческую энергию (*шакти*) в различные формы искусства, получают от них любую помощь. Однако если кто-то пытается творить не во благо Мира, а только из личной корысти — ради получения известности, почестей или богатства, — *гандхарвы* лишают его таланта.

Очень близки к ним *ансары* (нимфы), покровительствующие театру, танцам и гармонии отношений между людьми, помогающие тем, кто искренен в любви и дружбе. Будучи воплощением эстетики и вселенской красоты, *Ансары* наделяют человека природным обаянием и чувством вкуса. Если кто-то принимает ложное отречение, не раскрыв своего сердца и не развив в себе любви, они используют *прабхаву* (сверхъестественную силу искушения), чтобы преподать ему урок.

Там можно также встретить *киннаров* (кентавров) и *кимпурушей*, следящих за соблюдением законов равновесия на различных планетах и в системах. Любой «перекос» в материальном мире создает проблемы для всех его обитателей. Поэтому если, например, одна империя захватывает власть на планете и не имеет противовеса, она довольно быстро терпит крах; если один человек становится самым великим или гениальным, то вскоре его настигает смерть; если кто-либо слишком «заземляется» (становится излишне прагматичным) или, наоборот, начинает «витать в облаках» — его духовное развитие прекращается; если в нашем теле какой-либо гормон или биологически активное вещество начинают доминировать, то тело неизбежно разрушается. Материальный мир целиком построен на противоречиях и управляется по закону единства и борьбы противоположностей (кстати, впервые сформулированному мудрецом *Капилой*). Когда какая-то система полностью «прогнила» и, подобно ветхой одежде, не подлежит восстановлению, *кимпуруши* разрушают ее. Там же, где появляются *киннары*, возрождаются равновесие и гармония.

Практикующие *аштанга-йогу* (восьмиступенчатую систему *Патанджали*), но не достигшие совершенства, после смерти рождаются в *Мире Сварга* в особом пространстве, называемом *Таналокой*. Они получают тело, которое не нуждается в различных материальных потребностях вроде еды или сна. В этом пространстве для них созданы все необходимые условия для занятия йогой. *Санат-кумар* вместе с *Санаккой*, *Санандой* и *Санатаной*, считающимися сыновьями *Брахмы*, покровительствует и защищает обитателей *Таналоки*. Когда йоги достигают восьмой ступени, называемой *самадхи*, они входят в тело *Брахмы*, где остаются в непроявленном состоянии сознания до полного разрушения Вселенной. Когда *Брахма* завершает свою игру в мире «виртуальной реальности» и возвращается в обитель Бога, все живые существа, «растворенные» в его теле, пробуждаются и получают духовное освобождение. Некоторые из великих йогов, достигших совершенства, таких, как *Кави*, *Антарикша*, *Прабудха*, *Хави* и *Пипалайна*, помогают *кумарам*, оставаясь в пространстве *Тана*.

В *Мире Сварга* живут также *сиддхи* и *видьядхары* («чародеи»), кои довольно многочисленны. Способные легко манипулировать различными материальными энергиями и совершать чудеса, они постоянно путешествуют по различным планетам Вселенной без помощи летательных аппаратов. Они обладают восемью мистическими совершенствами (*аштасиддхи*), которые периодически демонстрируют, чтобы разрушать «земные» стереотипы людей: *анима* — способностью уменьшаться вплоть до размеров атома, *лагхима* — способностью делаться легче пылинки, *прапти* — способностью переносить из любого места Вселенной любой предмет или живое существо, *махима* — способностью становиться тяжелее самого тяжелого, *ишитва* — способностью создавать из ничего и разрушать без следа любые предметы, *пракамья* — способностью осуществлять любое желание в течение короткого промежутка времени, *ваишита* — способностью манипулировать материальными первоэлементами, *камаवासайита* — способностью принимать самые причудливые формы или одновременно присутствовать в семи телах. Иногда их называют «добрыми волшебниками». Они могут даровать некоторые из своих способностей великим подвижникам и святым. *Видьядхары* часто помогают искренним и бескорыстным людям. Их деяния нашли отражение в сказках и древних легендах.

Существуют специальные звуковые вибрации — *мантры*, — с помощью которых можно вступать в контакт с обитателями мира *Сварга*, особенно с полубогами. Для них существуют особые *мантры*, описанные в ведических канонах. Однако для того чтобы вызвать того или иного полубога, недостаточно лишь правильно произнести *мантру*. Необходимо выполнить целый ряд условий, а самое главное — нужно быть искренним и добрым человеком. Если в вас нет любви, полубоги не обратят на вас внимания. В различных традициях существуют символические графические и скульптурные изображения полубогов, используемые наряду с *мантрами* для облегчения визуального контакта. Это не имеет ничего общего с идолопоклонством, которое практикуется среди нецивилизованных народов, поклоняющихся духам (о них пойдет речь ниже).

У каждого из нас есть несколько ангелов-хранителей. Когда мы принимаем человеческую форму жизни, кто-то из полубогов берет над нами «шефство». При каждом воплощении он сопровождает нас и помогает преодолеть различные ловушки материальной природы. У каждого рода также есть свой ангел-хранитель, который его оберегает. Фамилия человека может быть символически связана с хранителем рода (когда женщина выходит замуж и меняет фамилию, она меняет и ангела-хранителя). Есть полубоги, которые контролируют целые государства, города, нации и даже планеты. Арии об этом знали, поэтому, поклоняясь единому Богу — *Вишну*, почитали и уважали полубогов, с которыми были связаны через тот или иной эгрегор.

«Мир людей»

Ниже расположен «Мир людей» — срединный пласт вселенской пирамиды. Во время путешествия по миру *Сварга* у нас может возникнуть желание отправиться на планеты людей, дабы испытать то, чего никогда не испытает в теле полубога. Ведь из всех живых существ лишь люди способны культивировать любовь и делиться ею со всем окружающим миром — не только с друзьями, возлюбленными, детьми и родителями, но и со всеми обитателями Вселенной; именно это является основной задачей человечества. Все живые существа стремятся так или иначе аккумулировать эту духовную энергию, исходящую от Бога, ибо без любви никто не может быть счастлив и удовлетворен, но лишь человек способен приумножать ее. Даже обитатели мира *Сварга* не могут делать этого, несмотря на все свое могущество, и именно в этом кроется секрет сотрудничества полубогов с людьми. Мы отдаем им любовь, а в обмен они исполняют наши материальные желания. В «*Бхагават Гите*» описан процесс жертвоприношения полубогам. Обычно перед изображением того или иного полубога разводили огонь и, произнося специальные *мантры*, бросали в пламя зерно и лили топленое масло (*гхи*), а также предлагали цветы, благовония и фрукты. Конечно, это был лишь определенный ритуал, но он помогал лучше сконцентрироваться и направить любовь своему ангелу-хранителю. Если же все это делалось без любви, то теряло силу. С другой стороны, даже если человек не владел всеми тонкостями этого искусства и не знал специальных *мантр*, но выражал свою искреннюю любовь и почтительность, полубоги непременно приходили ему на помощь.

Есть еще две важные причины того, что многие души, путешествующие в «виртуальной реальности», хотят родиться в человеческом теле. С одной стороны, данная форма жизни дает максимальную свободу в материальном мире (даже большую, чем у обитателей Мира *Сварга*, принимающих на себя огромную ответственность за других). Так, человек может по ходу жизни корректировать свою судьбу (*пранабдха-карму*), в отличие от обитателей «нижних» миров, и получать следующее рождение в той форме жизни, в какой он хочет.

С другой стороны, «Мир людей» в чем-то похож на Мир *Вайкунтха*, правда, не более чем отражение в кривом зеркале похоже на оригинал.

Людей, живущих с открытым сердцем, называют *сурами*, а тех, кто живет лишь для себя, подчиняясь своим эмоциональным привязанностям и наклонностям — *асурами*. Считается, что *асуры* — это люди, не изжившие в себе животного начала и не обладающие благочестием, искренностью, открытостью, честностью и дружелюбием. Они пребывают в постоянной дисгармонии. Их ментальное пространство заполнено злобой, завистью, страхом, гордыней, алчностью и вожделием. Они все время посылают во Вселенную мыслеформы ненависти, и именно из-за этого, а не из-за так называемой «божьей кары», на человечество обрушиваются стихийные бедствия, войны и болезни. Если люди перестают излучать любовь, нарушается гармония планеты (именно это мы наблюдаем в настоящее время).

Земля относится к пространству, называемому *Мритьялокой* (букв. «планета смерти»), поскольку люди, населяющие ее, живут очень мало — родившись, они быстро стареют и умирают. В аюрведических трактатах записано, что продолжительность человеческой жизни на Земле составляет 400 лет. Современные генетики утверждают следующее. Если бы не была нарушена экология, и люди с детства правильно питались и знали о том, профилактику каких заболеваний следует производить (у каждого в организме есть свое «слабое звено»), как очищать тело и поддерживать его внутренний баланс (гомеостаз), то максимальная продолжительность жизни могла бы достигнуть 440 лет! Сегодня мужчины живут в среднем 58 лет, а женщины — 73 года.

Что касается других планет, населенных людьми, то там жизнь человека длится не менее 10 тысяч лет.

На планетах Вселенной можно встретить людей с разным строением физического тела, но в целом они будут очень напоминать нас и относиться только к биологической форме жизни. В *Санкхье* описано 400 тысяч типов людей, поэтому путешествие по данному пространству Вселенной может занять не один миллион лет.

«Мир хищников»

Еще ниже находится пласт сознания животных, земноводных, птиц и некоторых обитателей вод (китов, дельфинов и акул); их пространство называют еще «Миром хищников», призванных культивировать и развивать разнообразные эмоциональные проявления. Для животных, земноводных и птиц они естественны, если же их несет в себе человек, они превращаются в пороки.

Все представители этого пространства являются персонификацией тех или иных эмоциональных стереотипов. Заяц олицетворяет страх, свинья — обжорство, гиена — подлость, крокодил — коварство, лиса — хитрость, тигр — жестокость, бегемот — лень, сорока — болтливость, кошка — ревность, лев — самолюбие, орел — гордыню, шакал — зависть, верблюд — злопамятность.

У берберов существует много историй о мстительности и злопамятности верблюдов. Вот одна из них.

Когда Мальчику исполнилось пять лет, отец подарил ему Верблюжонка и долго рассказывал о том, как нужно ухаживать за будущим скакуном.

Мальчик и Верблюжонок подружились и много времени проводили вместе. Однажды Мальчик рассердился за что-то на своего друга и ударил его палкой. Узнав об этом, отец Мальчика строго-настрого наказал ему не бить и не обижать Верблюжонка и еще раз напомнил об особенностях характера всех верблюдов. Мальчик послушался отца и с тех пор никогда не обижал друга.

Прошло пятнадцать лет. Мальчик превратился в Юношу, а Верблюд стал самым крупным среди своих братьев в поселке. Однажды Юноша, собравшись на праздник в соседний оазис, решил сократить дорогу, проехав через скалистое ущелье. В одном месте, где склоны были совсем отвесными и поднимались на высоту почти ста метров, Верблюд вдруг резко подкинул задние ноги и сбросил с себя седока. Юноша не сорвался в пропасть лишь благодаря тому, что в последний момент успел уцепиться пальцами левой руки за крошечный выступ на краю. Этот выступ резал пальцы своими острыми краями, и Юноша понял, что не продержится дольше нескольких секунд. Упора же для правой руки не существовало вовсе. Единственным спасением было дотянуться до поводя, свисавшего с шеи верблюда, и Юноша настойчиво и как мог ласково стал подзывать к себе животное. Но что это? Верблюд, всегда такой послушный, стоял, откинув назад голову, и смотрел в сторону. Лишь когда его хозяин издал отчаянный вопль, Верблюд повернулся в его сторону и пристально на него посмотрел. В один миг Юноша вспомнил все: и рассказы стариков о злопамятности этих животных, и о том, как много лет назад он обидел своего скакуна. Он понял, почему Верблюд скинул его со спины именно в этом месте, и осознал, что не дожидается помощи от четвероногого мстителя. В следующую секунду пальцы его разжались, и он полетел в пропасть.

Ко Льву пришла Собака и предложила побороться, но тот даже внимания на нее не обратил. Тогда Собака заявила:

— Я сейчас пойду и расскажу всем собакам, что Лев меня боится!

— Пусть меня осудят за трусость все собаки. Гораздо хуже будет для меня презрение львов за то, что я дрался с тобой!

Заяц весь день бегал по лесу как угорелый, спасаясь от своих многочисленных врагов. Наконец, дрожа от страха, он уселся рядом с деревом и, чтобы прийти в себя, принялся думать о том, хорошо или нет быть зайцем.

«Тяжела моя доля, — размышлял Заяц, — все на меня охотятся. Лиса, Волк и Тигр угрожают мне острыми зубами и длинными когтями, Человек выслеживает меня с ружьем, Ястреб и Сова, выставив хищные клювы, бросаются на меня из поднебесья. Ну как тут выжить? Если б я мог летать или, на худой конец, как белка лазить по деревьям... Да-а-а... И размеры мои ничтожные. Правда, зубы у меня — будь здоров, да только храбрости не хватает ими воспользоваться! Бедный я, бедный! Горе мне! Хотя... хорошо то, что я такой маленький и без крыльев — а то увидел бы в озере свое отражение: крылья, зубы, рост огромный... и тут же утопился бы со страху!»

* * *

Бежала Лиса, на ворон зазевалась — и попала в колодец. Воды в нем немного: утонуть нельзя, но и выскочить — тоже. Сидит Лиса, горюет.

Идет мимо Козел, слышит — какие-то звуки из колодца доносятся, и решил в него заглянуть. Лиса увидела Козла и принялась облизываться.

— Что ты там делаешь?, — удивляется Козел.

— Обедаю, — отвечает Лиса и показывает на месяц, что отражается в воде. — Видишь, осталась половинка от круга сыра — как раз для тебя. Спускайся сюда и ешь на здоровье!

Прыгнул Козел в колодец, а Лиса вскочила ему на спину, со спины на рога, да и вон из колодца. А козел чуть было не пропал с голоду. Насилу его отыскали и за рога вытащили.

Сорока нашла дерево, покрытое спелыми и созревающими плодами. Их было так много, что она не смогла бы склевать их и за год. Около дерева не было ни одной птицы.

Сорока пришла в восторг от такой находки и опустилась на дерево. Скоро она наелась до отвала. Вдруг она подумала, что и другие птицы могут найти это дерево, и захотят полакомиться вкусными плодами. И она закричала:

— Это мое дерево! Я его нашла!

Она кричала так громко, что все птицы услышали ее и слетелись посмотреть, что случилось. Тут они увидели прекрасные, сочные плоды, тотчас склевали их и улетели.

Неподалеку от озера паслось стадо антилоп. Они всегда держались вместе, ни одна от стада далеко не уходила.

Крокодилу очень хотелось полакомиться мясом антилопы, но стадо было точно каменная скала — и думать было нечего утащить хоть одну.

Тогда Крокодил решил, что надо как-то разобщить стадо. Однажды он подобрался к одной Антилопе и стал нашептывать ей:

— Послушай, круторогая! А знаешь, что вон та, с загнутыми рогами, у которой бока впалые, собралась тебя забодать?

Потом он перешел к другой Антилопе и тоже стал нашептывать ей:

— Эй, большеглазая! Ты, я вижу, пасешься как ни в чем не бывало. Наверное, не видишь, как пыжится вон та антилопа с прямыми рогами, у которой шерсть лоснится? Это ведь тебя она хочет забодать.

Антилопы поверили коварному Крокодилу. Они стали подозревать друг друга, и скоро все перессорились, и стали порознь есть, порознь пить. Каждая паслась теперь отдельно от других.

Когда Крокодил поссорил антилоп, ему ничего не стоило задрать их поодиночке. Так и съел он все стадо.

Орел, который поднимается в небо выше всех, на всех смотрел свысока. Редко кто удостоивался чести услышать от него хоть слово.

Когда Орел с Орлицей свили новое гнездо на вершине огромного дуба, к ним обратился Воробей. Он предупредил будущих родителей о том, что дерево могучее только с виду, но зато внутри совсем гнилое, и в любой момент может рухнуть. Орел не удостоил даже поворотом головы какое-то там воробьиное чириканье. Он гордо смотрел вдаль и молчал. Затем он слегка шевельнул крылом, и Воробья сдуло с ветки.

На следующий день Орлица снесла яйцо, а еще через неделю старый дуб рухнул под порывом ветра, погребя под собой и гнездо с яйцом, и Орлицу.

— Горе мне, — возопил Орел. — Ну кто же мог подумать, что ничтожный воробьишко может дать столь дельный совет!

В лесу случился пожар, все звери испугались и бросились бежать.

Гиена, расположившись под высоким утесом, крепко спала после сытного обеда и ничего не слышала. На вершине утеса сидела Белка. Она была совершенно спокойна, ибо забралась так высоко, что огонь ей не грозил. Увидев, что огонь подбирается к спящей Гиене, Белка прыгнула прямо ей на морду и повредила при этом лапку. Гиена тут же проснулась и мгновенно поняла, что происходит. Вскочив на все четыре лапы, она собралась покинуть опасное место.

— Подожди, возьми меня к себе на спину, — взмолилась Белка. — Ведь я спасла тебе жизнь, и из-за этого не могу теперь бежать!

— Спасла мне жизнь! Вот еще! — фыркнула Гиена. — Скажи спасибо, что я не слопала тебя, дорогая. А ведь ты того заслуживаешь, нарушив мой покой!

Сказав все это, Гиена повернулась и побежала прочь.

Правила игры в «Мире хищников» очень суровы. Все его обитатели делятся на «охотников» и «жертв». «Охотники» ловят, а «жертвы» спасаются. Примечательно, что один «охотник» может оказаться «жертвой» для другого. Здесь развивается особый накал чувств. Если ты не выжил, не умер естественной смертью, — получишь следующую попытку в том же теле — пятую, сотую или тысячную, пока наконец не «выиграешь». Поэтому есть определенная притягательность в том, чтобы побывать в теле того или иного обитателя «Мира хищников». Тем более что у животных, земноводных и птиц имеется множество возможностей, которых лишен человек. Например, волк способен по запаху идентифицировать любую личность (а не только биологический вид) на расстоянии пяти километров.

Свинья может различить 144 вкуса (а человек — только шесть). Филин видит в темноте, а орел различает мельчайшие детали на расстоянии более километра. Наверное, здесь уместно вспомнить сказку «Калиф-Аист», в которой царь приобрел способность превращаться в различных животных и птиц, чтобы узнать, о чем они думают, о чем говорят и что чувствуют.

Поскольку насильственная смерть животных, земноводных и птиц тормозит их эволюцию, аюрведические каноны не рекомендуют убивать их или употреблять их мясо в пищу.

«Мир растений»

Еще ниже расположен «Мир растений», являющихся своеобразными локаторами планет. Благодаря растениям (каждое из них имеет свой индивидуальный резонанс с тем или иным видом жизни, который гармонизирует) осуществляется энергоинформационный обмен между всеми видами жизни. Растения способны трансформировать отрицательные эмоции в положительные, но жить могут только в атмосфере любви, иначе медленно гибнут. Они аккумулируют энергию полубогов и делятся ею с окружающим миром. Например, дуб, подобно *Индре*, дает защиту каждому, кто находит прибежище под его кроной. Сосны даруют человеку ощущение свободы. Елки нейтрализуют отрицательное влияние геопатогенных зон (в коих обычно и любят расти). Береза, если ее обнять, гармонизирует нисходящий и восходящий энергетические потоки (*сурья-* и *чандра-нади*). Некоторые растения очищают пространство от ядовитых химических веществ и тяжелых металлов. Например, свекла и морковь способны поглощать все нечистоты почв (поэтому Аюрведа не рекомендует использовать их в пищу, если они были выращены с применением синтетических удобрений или в нечистых местах). Тополя, которые в период цветения доставляют столько беспокойства больным вазомоторным ринитом и бронхиальной астмой, являются хорошими «гармонизаторами» городских пространств: активно поглощают все ядовитые вещества из атмосферы, уменьшают воздействие на людей высокочастотных излучений и нейтрализуют отрицательные мыслеформы, которыми буквально перегружено пространство мегаполисов. Грибы, кроме лисичек, шампиньонов и вешенки, являются «супернакопителями» тяжелых металлов (поэтому употреблять их в пищу следует очень осторожно).

Растения становятся во много раз активнее, если по отношению к ним проявляются любовь и забота, и помогают человеку трансформировать его недостатки в таланты.

«Мир обитателей вод»

Следующим идет «Мир обитателей вод» (кроме дельфинов, акул и китов), чья задача — очищение водных пространств от негативной информации. Современным ученым хорошо известно, что вода обладает «памятью». Наши океаны, моря, озера и реки буквально «впитывают» в себя отрицательные мыслеформы, порождаемые людьми, животными, птицами и земноводными. Если бы этого не происходило, Земля и другие планеты давно бы прекратили свое существование. Однако вода имеет не бесконечный объем «памяти», и поэтому рыбы и другие ее обитатели постоянно обновляют энергоинформационное состояние водоемов и рек.

По уровню сознания обитатели вод, как правило, ниже большинства растений. Хотя и те и другие находятся под влиянием *тамаса* (*гуны* «невежества»), то есть пребывают в полусонном состоянии, тем не менее, на растение оказывает влияние (на 20-30%) *саттва* (*гуна* «благости»), а на рыб — *раджас* (*гуна* «страсти»).

Поскольку эти существа поглощают отрицательные мыслеформы, с точки зрения Аюрведы они считаются нечистыми и не рекомендуются к употреблению в пищу.

«Мир насекомых и простейших»

«Мир насекомых и простейших» играет роль связующего звена между четырьмя более высокими мирами. У каждого вида — своя миссия; бесполезных видов жизни на этом уровне нет. Все же иногда

мы думаем, что некоторые насекомые — ошибка природы, как, например, тараканы или комары. Однако тараканы являются своеобразными индикаторами чистоты пространства и его обитателей. Если энергоинформационная матрица пространства в каком-то месте разрушена или деформирована (что может быть результатом активного выброса в окружающую среду отрицательных эмоций или мыслеформ), если в чьем-то доме царят зависть, ненависть, страх, гордыня, осуждение и внутренняя нечистота, то тараканы немедленно начинают заполнять данное помещение. Конечно, в современных домах, где живут сотни семей, очень трудно удерживать гармонию пространства, ибо несколько человек с негативными стереотипами способны свести на нет все усилия других людей. Однако если наши духовная сила и любовь велики, мы сможем сохранить нормальную атмосферу в своей квартире (все же Аюрведа рекомендует, по возможности, селиться в отдельных домах).

Что касается комаров, то их укусы также неслучайны. На поверхность кожи проецируются особые энергоинформационные зоны — *мармы*, — связанные с различными органами и системами нашего тела. Нарушение функции органа приводит к блокировке и переполнению энергией соответствующей *мармы*. Укус комара может открыть биологически активные точки *мармы* и восстановить нормальное течение энергии. Кожный зуд, который обычно возникает после укуса комара, заставляет нас расчесывать это место, выполняя своеобразный самомассаж. Если вы знаете акупунктуру, то легко заметите «дискретность» комариных укусов.

Стоит упомянуть и о муравьях, строящих свои жилища (муравейники) в особых местах земной поверхности — зонах или точках положительной магнитной аномалии. В древности, когда человек испытывал сильную усталость или был истощен после тяжелой болезни, он находил муравейник и сидел либо лежал рядом с ним до тех пор, пока не восстанавливал свои силы. Кстати, по маршрутам движения муравьев можно достаточно точно определить силовые линии магнитных полей планеты.

Мы также знаем о замечательных качествах пчел, которые опыляют растения, поддерживая их существование. Их жизнедеятельность связана с созданием таких биологически активных веществ, как мед, прополис и маточное молочко, чьи удивительные свойства известны с глубокой древности. Нельзя не упомянуть и о пчелоужалении, как об одном из наиболее эффективных методов лечения аутоиммунных заболеваний (полиартритов, бронхиальной астмы, сахарного диабета I типа, гломерулонефритов, ревматизма, рассеянного склероза, системных дерматитов и васкулитов).

И, конечно же, следует сказать об обитателях прудов и озер — пиявках. У многих людей эти маленькие существа вызывают чувство брезгливости и даже страха. Тем не менее уже двадцать пять тысячелетий назад основатель Аюрведы *Шри Дханвантари* ввел очень эффективный метод профилактики и лечения многих заболеваний, впоследствии названный гирудотерапией. В Юго-Восточной Азии и в Индонезии можно встретить немало гравюр, где *Дханвантари* держит в одной руке чашу с эликсиром «бессмертия», а в другой — пиявку. Последователи *Сушруты* (одного из первых учеников *Дханвантари*) подробно описали методики лечения пиявками очень многих хронических заболеваний, особенно — доброкачественных опухолей и болезней крови, патологии репродуктивной системы, головного и спинного мозга, последствий острых инфарктов и инсультов, тромбозов и дегенеративно-дистрофических заболеваний суставов. Гирудотерапия, наряду с пчелоужалением, точечным массажем и иглоукалыванием относится к одному из направлений *мармавидьи*.

«Мир бактерий, грибков и вирусов»

Далее идет «Мир бактерий, грибков и вирусов». Согласно аюрведической медицинской концепции, эти организмы не являются причинами различных заболеваний, а считаются лишь их «спусковым механизмом». Если в результате дисбаланса *дош* (нарушения функции нейроэндокринной системы) в ослабленных органах и тканях накопилась *ама* (продукты неполного метаболизма), то бактерии, грибки и вирусы провоцируют проявление болезней. Если бы этого не было, болезнь могла бы незаметно перейти в необратимую стадию. Например, накопление патологической слизи в организме может привести к ее сублимации и развитию тяжелого аутоиммунного заболевания дыхательной системы — бронхиальной астмы. Так называемая «респираторная инфекция», возбуждающая движение слизи и активизирующая неспецифический иммунитет, спасает нас от тяжелой системной патологии. Повышение температуры тела приводит в боевую готовность макрофаги, лейкоциты и систему

комплемента. Поэтому употребление аспирина и его аналогов в большинстве случаев не является оправданным, так как делает выздоровление более длительным, а злоупотребление аспирином приводит к хронизации процесса.

Многие вирусы обеспечивают перенос определенной генетической информации к другим видам жизни, изменяя вектор их биологической эволюции и совершенствуя системы приспособления и защиты от разрушительных факторов внешней среды.

«Мир неорганики»

И наконец — «Мир стихий, минералов и металлов», у живых существ которого эмоции не проявлены, и продолжительность жизни достаточно велика. Именно поэтому они способны беспристрастно накапливать любую информацию. В минералах проявляется и аккумулируется та или иная энергия полубогов: например, лунный камень магическим образом связывает нас с полубогом *Чандрой*. В Аюрведе минералы используются для гармонизации определенных тканей и органов.

Все виды жизни нуждаются в универсальной энергии Бога — любви, которую в материальном мире способны культивировать только люди. «Миру неорганики» она также необходима. Хозяева этого пространства — стихийные духи *бхуты*, воспринимающие окружающий мир только в двух измерениях. Если посмотреть их «глазами» на материальную Вселенную, то она будет выглядеть как бесконечные и запутанные темно-багровые коридоры, переходящие один в другой.

Бхуты имеют лишь плохо развитое «тонкое» тело (психику) и эфирную оболочку, поэтому их можно увидеть в спектре лунного света или при использовании эффекта газоразрядной визуализации. Они как бы «оживляют» различные неорганические объекты природы или предметы, сделанные человеком. Например, если взять кусок горного минерала, он будет для нас «мертвым» камнем. Однако если обработать какую-то его часть и затем поместить его в оправу из того или иного металла, то камень «оживет». С ним можно будет общаться благодаря влиянию стихийного духа, который станет использовать энергию минерала в обмен на то количество любви, которое мы ему посылаем. Чем больше времени мы будем носить тот или иной камень, тем сильнее он будет влиять на нас. Гармонизирующее это будет влияние или нет, зависит лишь от правильности выбора того или иного минерала, его соответствия или несоответствия нашей природе, а также времени шлифовки и огранки (лунного дня и времени суток). Стихийный дух будет лишь направлять нам энергию минерала и накопившуюся (порой — за века и даже тысячелетия) информацию в обмен на нашу любовь. Данная энергия действует на нас через эфирное тело; таким образом, стихийные духи связывают нас с тем или иным неорганическим объектом.

Они также могут «оживлять» предметы, созданные человеком — дома, памятники, автомобили, мебель и даже посуду. Все зависит от того, как воспринимает человек данный дом или автомобиль — если просто как каменные стены или «груды металла», то *бхуты* не будут использовать его для контакта с человеком. Однако если кто-то начинает разговаривать со своей машиной, заботиться о ней, любить и лелеять ее, и сильно к ней привяжется, стихийные духи начнут «оживлять» ее. Тогда функции и слаженность работы механизмов автомобиля станут зависеть от настроения и состояния сознания его владельца, и, мало того, в случае опасности *бхуты* смогут предупредить человека, спасти его жизнь. Поэтому очень часто в Юго-Восточной Азии некоторые люди даже дают имена своим автомобилям.

Существуют разные виды *бхутов*. Иные считаются «добрыми», другие — «злыми». «Добрые» склонны к равноценному обмену с человеком. В основном они стремятся получить хотя бы немного любви за свои услуги — предоставляемую информацию, предупреждение об опасности и помощь в случае болезни. «Злые» стараются обманным путем или угрозой больше взять, чем отдать. Их больше интересуют, как правило, более «грубые» энергии эфирного тела. Активность большинства из них зависит от влияния лунных циклов. Все так называемые «феи», «эльфы», «русалки», «гномы», «гоблины», «тролли», «домовые» и им подобные существа относятся к категории стихийных духов.

Использование различных *мантий* (гаданий), как правило, так или иначе связано с общением с *бхутами*. Поскольку они воспринимают окружающий мир без эмоциональной оценки и используют

различные неорганические объекты Вселенной, которые существуют намного дольше, чем продолжается жизнь человека, их предсказания часто представляют интерес. Однако следует знать, что люди, использующие такие контакты постоянно — их часто называют медиумами, — очень быстро истощают свой *оджас* (невосполнимую энергию, внутренние биологические часы). Это неудивительно, ведь они слишком много отдают *бхутам* своей энергии в обмен на предоставляемую информацию.

Некоторые из «злых» *бхутов* — постоянные обитатели крематориев, моргов, кладбищ, боев, мясных лавок, а также полей сражений и мест массовой гибели людей или животных. Эти места привлекают их, поскольку в течение 49 дней после смерти происходит постепенный распад эфирных тел человека, животных, земноводных и птиц, сопровождающийся выделением энергии, служащей таким *бхутам* пищей (их называют *пищачами*).

Существуют и такие «злые» духи, которые провоцируют человека на выброс в окружающее пространство энергии эфирного тела. Обычно это происходит, когда мы раздражаемся, гневаемся, злимся, обижаемся, ревнуем, завидуем, ненавидим... Особенно — когда испытываем страх. Видя слабости нашего характера, эти *бхуты* соблазняют нас на проявление того или иного порока. Они могут действовать только через ум и чувства человека при условии доминирующего влияния на нас *раджа-гун*

Глава 2.

Часть 1.

Причина жизни (продолжение)

Пять факторов, предопределяющих будущее человека

Некоторые люди полагают, что все в их жизни предопределено. Они охотно рассуждают о неизбежности рока, о том, что «все давно уже решено, и случается лишь то, что должно было случиться — на все воля Бога». Другие, напротив, считают, что абсолютно все зависит только от их планов, волевых усилий и поступков. Когда с ними случаются неприятности, они говорят: «Вот если бы я не пошел по этой стороне улицы или если успел бы на этот автобус — тогда бы ничего не произошло...»

В 18-й главе «*Бхагават Гиты*» Шри Кришна объясняет, что наше будущее зависит от пяти факторов: *праарабдха-кармы* («проявленной» программы жизни), *дхарма-кармы* (вселенского и эгрегорного долга), *манаса-кармы* (резонансных факторов), *буддхи-кармы* (собственной воли), и *бхагавата-кармы* (воли Бога).

Праарабдха-карма является «сценарием» нашей жизни, созданным нами в прошлом воплощении. Находясь в материальном мире, мы — сознательно или бессознательно — постоянно чего-либо желаем. Все желания (независимо от того, добродетельны они или нет), возникающие от «приятных» для нашего ума соприкосновений чувств с объектами чувств, порождают различные *элементалы* (мыслеформы). Последние, по существу, являются семенами определенных кармических программ (*самскар*). Стремление повторить полученные ощущения или добиться неких идеалов приводит как бы к «поливанию» этих семян в поле нашего ума — если мы чего-то сильно жаждем, то наполняем созданный нами элементал энергией *шакти* и заставляем его материализовать нашу мечту. В состоянии бодрствования ум (*манас*) запоминает наши желания независимо от того, осознанны они или нет, а ночью, когда мы спим, систематизирует их и «записывает» в определенные ячейки. Ни одна наша мысль не остается бесплодной. Настойчиво создавая одну и ту же мыслеформу, мы тем самым, капля за каплей, наполняем чашу нашего желания. Мы «поливаем семечко» и оно начинает прорастать. Если же мы забываем о желаемом, то мыслеформы достаточно быстро теряют силу и «погибают».

Что именно и как быстро вырастет из посаженных нами семян, заранее мы, как правило, не знаем. Иные «растения» начнут плодоносить очень быстро, иным же понадобятся сотни и даже тысячи лет. К концу жизни этот «выращенный нами сад» будет представлять собой сформированную программу не реализованных (но зрелых) элементалов, которые станут причиной нашего следующего рождения.

Иногда мы боимся того, что может случиться с нами, нашими близкими или нашим эгрегором (в том числе планетой). Страх очень легко порождает негативные элементалы и наполняет их нашей энергией *шакти*. Чем больше мы боимся, тем сильнее становится данный элементал, поэтому страхи очень быстро приводят какие-либо мысли к их нежелательному воплощению.

«Семена», которые мы хранили в своем сердце на протяжении многих существований (под сердцем подразумевается наша сущность), смогут прорасти при конкретных условиях — при рождении в определенном месте и в определенных обстоятельствах. В момент смерти все наши желания будут учтены, и реализуется наиболее зрелая из заложенных нами программ. «Космический коридор» нашей жизни — самое высокое дерево из тех, что мы смогли взрастить, самый зрелый плод из всех, за которыми мы ухаживали. Мы сами его создали и определили его свойства. Наша задача — пройти по «космическому коридору» свой эволюционный путь, преодолеть все ловушки, иллюзии и обманы, сдать «последний экзамен», которым является смерть, и перейти на следующий уровень.

Прарабдха-карму можно сравнить с лодкой, плывущей по течению реки, которое временами может становиться очень бурным, а временами — спокойным. Вы сидите в этой лодке и даже не знаете, можно ли ею управлять, можно ли где-то останавливаться и выходить на берег или плыть против течения. То, что будет происходить с вами на вашем пути, полностью зависит от ваших прошлых желаний. Осознаете вы это или нет, не имеет никакого значения.

Дхарма-карма является системой правил и условий игры в каждом из данных нам воплощений. В каком-то смысле *дхарма-карма* может быть названа роком человеческой жизни. Материальная вселенная устроена таким образом, чтобы мы ни при каких обстоятельствах не утрачивали собственную природу. Даже получая рождение среди низших видов жизни, мы сохраняем индивидуальность. Каждому растению, животному или человеку дается его индивидуальная судьба. Когда мы рождаемся в «человеческой форме», нам предстоит выполнить определенный ряд задач и пройти соответствующие уроки, чтобы что-то понять и подняться на ступеньку выше в своей духовной эволюции. Задачи могут быть не очень приятными, а иногда даже весьма болезненными, но без решения их наше дальнейшее развитие невозможно.

Когда мы принимаем рождение в определенной семье, городе, государстве, нации и планете, когда нам даются в помощь или в ученики определенные личности, это не случайно. Полубоги (особенно *Дхармарадж*) очень внимательно следят за тем, как мы реализуем данный нам талант на разных этапах эволюционного развития.

Если человеку удастся выполнить свою программу (*сукхам*), то он испытывает удовлетворение и счастье от своей социальной деятельности и заканчивает жизнь в мудрости. Если — нет (это называется *дукхам*), то он постепенно деградирует, впадает в депрессию, начинает болеть, и порой заканчивает старческим слабоумием.

Влияние *дхарма-кармы* практически невозможно преодолеть, ибо она подобно року создает неизбежные обстоятельства, дающие нам бесценный эволюционный опыт. Человек, не осознающий этого, может испытывать невероятные страдания и страх за свое будущее. *Дхарма-карма* подобна порогу на бурной реке или сужениям ее русла, не позволяющим нам оставаться пассивными пассажирами лодки и не дающим иной альтернативы, кроме как действовать.

Манаса-карма является резонансным фактором в жизни человека. У каждого из нас — свои особенности психики, что в определенной степени связано с *прарабдха-кармой*. В зависимости от уровня нашего развития и от той роли, какую мы играем на данной ступени эволюции, имеется некий набор стереотипов ума, определяющий наше поведение соответственно той среде, в которую мы погружаемся. По отношению к законам гармонии Вселенной все эти стереотипы условно можно подразделить на «греховные» и «благочестивые». В какой степени проявятся те или иные, зависит от среды, где ребенок будет развиваться и воспитываться, где он будет обучаться и работать, став взрослым, с кем он будет общаться и с кого будет брать пример. Не случайно же существует поговорка «с кем поведешься — от того и наберешься». Скажем, если человек, имеющий криминальные наклонности, оказывается в компании уголовных преступников, то он очень легко начинает нарушать

законы общества и становится подобен своему окружению. Если же он попадает в среду честных и законопослушных людей, ему, несмотря на его предрасположенность к криминалу, будет очень трудно совершить преступление. Даже если это и произойдет, он будет сильно страдать из-за содеянного, и, скорее всего, рано или поздно преодолит порочные стороны своей натуры.

Зная *манаса-карму*, можно приблизительно просчитать поведение данного индивидуума в тех или иных обстоятельствах. Ведическая система воспитания и обучения ребенка всегда строится с учетом его *манаса-кармы*, которая является, по сути, набором ключей к воздействию на его психику и внутреннюю программу. Полубоги (ангелы-хранители), мудрецы и опытные правители используют *манаса-карму* человека для его же блага. Злодеи же, «черные» учителя и *бхуты*, зная стереотипы ума конкретных людей, могут манипулировать ими для выполнения собственных желаний и в корыстных целях.

Манаса-карма подобна появляющимся на нашем пути спутникам, подсказывающим нам правильное или, наоборот, ложное направление. Иные из них посоветуют взять в руки весла, чтобы лучше управлять лодкой, своевременно подскажут о водоворотах или преградах, а, может быть, даже подарят компас и научат, как вести себя при стихийных бедствиях. Другие же лишь подтолкнут к опасности и преждевременной гибели.

Астрология и сигнатурология способны оценить и предсказать действие только этих трех факторов. Остальные два зависят от воли человека и вмешательства Бога.

Буддхи-карма — способность человека с помощью интеллекта влиять на свою судьбу. Интеллект (*буддхи*) дан нам для того, чтобы, контролируя действие чувств и элементаров ума (*манаса*), добиваться конкретных тактических и стратегических целей. Очень часто даже сильные желания могут быть преодолены благодаря полученному в прошлом знанию, опыту и индивидуальной воле. Так, чашка кофе может доставить кому-то наслаждение. Однако зная, что этот напиток вызывает угнетение центра саморегуляции и детоксикации печени, ослабляет почки, способствует развитию доброкачественных и злокачественных опухолей желудочно-кишечного тракта и половой системы, он может отказаться от его употребления. Или другой пример. Студенту лень готовиться к предстоящему экзамену; гораздо приятнее было бы провести пару дней с друзьями на пикнике. Но, прекрасно понимая, что, поддайся слабости, он, скорее всего, получит за экзамен «неуд» и может быть даже отчислен из университета, студент отказывается от приятного времяпрепровождения

Интеллект дан всем живым существам в материальной вселенной, однако — в разной степени. Так, обитатели «Мира *Сварга*» (особенно *Брахма*) имеют необыкновенно развитый интеллект. Что же касается людей, степень их интеллектуального развития зависит от уровня их сознания, от ступени их духовной эволюции. Приобретая определенное знание об устройстве нашей Вселенной и ее законах благодаря различным воплощениям и испытаниям судьбы и развивая индивидуальную волю, человек все более совершенствует свой интеллект (не разрушающийся в момент смерти) и приобретает способность лучше контролировать свои чувства и ум.

С помощью интеллекта, являющегося чем-то вроде «системы управления и навигации» лодки, мы способны влиять на *праабдха-карму*. Мы можем использовать компас и карту, взять весла и изменить курс, пристать к берегу или даже плыть против течения, а также перетащить лодку посуху, чтобы сократить путь там, где река делает большой изгиб.

Интеллект позволяет нам эффективнее пройти испытания судьбы (*дхарма-карму*). Когда в нашем распоряжении весла и спасательный жилет, нам легче пройти даже очень бурные пороги. Изучив же астрологию и сигнатурологию, мы можем даже без предварительного опыта понять, как лучше раскрыть и реализовать наш талант на данном этапе эволюции сознания.

Следует упомянуть, что *буддхи-карма* будет изменять влияние *манаса-кармы*. Получив совет от какого-нибудь очень уважаемого и почитаемого человека, или получив «знак свыше», мы все же должны сопоставить полученную информацию с собственными опытом и разумением и только тогда принять окончательное решение. И хотя и в этом случае мы не гарантированы от ошибок, нам все же не следует пренебрегать *буддхи-кармой*.

Таким образом, этот фактор является одним из важнейших в жизни человека. Он может реально влиять на нашу судьбу, вот только будет ли такое влияние благим или нет, — вопрос. Помните, апостол Петр попросил Иисуса: «Позволь мне сесть по правую руку в Царствии Твоем», а Христос ответил: «Сам не знаешь, чего ты просишь. Но да будет так!» И Петр был распят так же, как его учитель...

Зачем же тогда интеллект дан живым существам в материальном мире? Ведь он подобен скальпелю, которым можно удалить опухоль, а можно и убить. И чем сильнее интеллект, тем больше возможностей приобретает человек в этом мире. История помнит немало злых гениев, принесших горе неисчислимому количеству людей. Однако каждый из нас изначально наделен свободой воли, данной нам Богом. И даже в мире «виртуальной реальности» мы можем пользоваться ею так, как того пожелаем. Несомненно, что правила игры для каждого из наших воплощений будут чинить нам те или иные ограничения, но таковы реалии материального мира.

Бхагавата-карма означает вмешательство Бога в жизнь человека. В ведических канонах говорится, что Господь сопровождает каждого из нас в мире «виртуальной реальности». Он является Наблюдателем и Позволителем всех наших желаний и поступков. В «*Шветашватаре Упанишаде*» и в «*Бхагавад Гите*» упоминается о двух птицах, сидящих на ветвях дерева. Одна из птиц пробует плоды, а другая наблюдает за ней. Деревом считается тело, птицей, клюющей плод — *джива* (душа), а той, что наблюдает за ней — *Параматма* (Верховный Господь).

Бог предоставил нам возможность играть любые, самые невероятные роли в материальном мире. Во многом мы сами творим свою судьбу. Но хотя Он и не вмешивается в нашу жизнь и старается не нарушать законов природы, тем не менее Он всегда готов придти к нам на помощь или дать необходимый совет. Конечно, если мы просим Его о том, что можем сделать сами, Господь не исполняет таких желаний, чтобы мы могли преодолеть свою «духовную инфантильность», чтобы перестали «просить спички у президента». Однако когда мы просим Бога о *сукхам* (реализации собственного таланта) и о *свастхьям* (раскрытии сердца и любви), Он с радостью помогает нам в этом. Когда мы сознательно создаем элементалы и вдыхаем в них «жизнь» (энергию *шакти*), мы можем просить Господа разрушить те, что неблагоприятны для нас или других живых существ.

Иногда, в экстремальных обстоятельствах, Господь вмешивается в жизнь искренних и преданных Ему душ, изменяя ход, казалось бы, неотвратимых событий. Очень показательна в этом смысле история, произошедшая с одним американцем в Индии.

Роберт М. в течение нескольких лет был последователем одной из ведических религиозно-философских традиций и, занимаясь духовными практиками в США, однажды решил посетить известное, священное для всей Юго-Восточной Азии место — *Вриндаван*. Расположенный в Северной Индии, *Вриндаван* ежегодно собирает около миллиона паломников. Здесь возвышаются пять тысяч величественных храмов, посвященных Господу *Кришне*, здесь можно встретить немало святых людей и мудрецов. Роберт был поражен необыкновенной духовной атмосферой и умиротворением *Вриндавана*.

Незадолго до возвращения в Нью-Йорк Роберт решил посетить местного астролога. Тот, составив карту гороскопа и сравнив ее со знаками на руках американца, очень сильно смутился. Справившись со своими чувствами, он сообщил Роберту, что жить ему осталось недолго. Роберт был шокирован, но, подумав, что астролог ошибся, тут же отправился к ясновидящему по имени Мадхусудан дас, считавшемуся во *Вриндаване* очень способным предсказателем. Однако и Мадхусудан дас, указав на очень короткую «линию жизни» на обеих ладонях, подтвердил печальный прогноз.

«Но когда же я умру?» — воскликнул Роберт. Ответ астролога был неутешителен: «Завтра, на восходе Солнца». «Господи, что же мне делать? Ведь мне еще нет и тридцати! Неужели ничего нельзя изменить?» — взмолился Роберт.

Мадхусудан дас много повидал на своем веку. Ему пришлось составить десятки тысяч гороскопов. Сам он был страстным поклонником Господа *Кришны*, и каждое утро после храмовой службы несколько

часов проводил на берегу священной реки *Ямуны*, совершая мантра-медитацию. Он знал, что смерти не существует, и не испытывал страха. Однако его молодой собеседник явно не был готов покинуть этот бренный мир.

«Что ж, все в руках Господа. Если твое время пришло, то, по крайней мере, у тебя есть хороший шанс подготовиться к смерти. Миллионы людей умирают внезапно, у тебя же есть еще двенадцать часов. Отправляйся на берег *Ямуны*, садись под дерево баньян и для начала вспомни всю свою прошедшую жизнь. Потом подумай, чего бы ты хотел в своей следующей жизни. Помни, что во *Вриндаване* сила всех загаданных желаний увеличивается в десять тысяч раз. Если же ты пожелаешь чего-либо в момент смерти, то — в миллион раз. Однако лучшее, что ты можешь сделать, это доверить свою жизнь и судьбу Господу, и просто повторять Его священные имена на четках...»

Роберт посетил храм *Кришны-Баларамы*, и после окончания вечерней службы, захватив с собой четки из *туласи*, совершил омовение в *Ямуне* и погрузился в воспоминания. Он осознал, что жизнь его была суетной, и что он ничего не достиг в духовной и материальной сферах. Он вдруг понял, что, когда спустя несколько часов предстанет перед Господом, то даже не будет знать, о чем попросить и что сказать. Все его так называемые «духовные» практики были не более чем неким ритуалом, напоминающим психорелаксацию. Между тем, в последние несколько лет он чувствовал себя столь просвещенным, что с уверенностью рассуждал о несовершенстве иных религий и традиций...

Нет, он категорически не хотел умирать и, кстати, даже не знал, как это делается. Ужас неотвратимого все более охватывал его...

Так прошло несколько томительных часов. Наконец на рассвете Роберт погрузился в мантра-медитацию, стараясь открыть свое сердце. «*Харе кришна харе кришна кришна кришна харе харе харе рама харе рама рама рама харе харе*», — повторял он.

Когда появились первые утренние лучи, он почувствовал приятное тепло, разливающееся из сердца по всему телу.

Он удивился тому, что страх полностью покинул его, и появилась решимость шагнуть в НЕИЗВЕДАННОЕ...

Солнце медленно всплывало над горизонтом, освещая купола древних храмов, над *Ямуной* рассеивался туман, воздух наполнялся пением птиц и жужжанием пчел... Начинался новый день, а Роберт все не умирал. Некоторое время он пытался понять, что же произошло, но в голове вертелось только высказывание кого-то из древних философов: «Я мыслю, стало быть, существую». Он не помнил, кому принадлежал афоризм, да это было и не важно. По-прежнему ничего не понимая, он отправился к астрологу, предсказавшему его судьбу.

Мадхусудан дас был несколько удивлен появлением своего нового знакомого. За всю жизнь он ни разу не ошибся в прогнозах, и поэтому люди почитали его ясновидящим. Он снова составил астрологические *мандалы*, еще более тщательно осмотрел все знаки на теле Роберта, вздохнул и произнес:

— Да, все верно. Ты умрешь завтра.

— Что?! Я все же умру? Но ты мне вчера сказал, что это произойдет на рассвете!

— Да, да... Ты умрешь завтра на восходе Солнца.

Роберт не стал спорить, и в глубине души был благодарен *Мадхусудану* за еще один подаренный день. После полудня он встретился с одним из святых, от которого узнал, что умереть во *Вриндаване* не так-то просто. Существует древнее предание: тот, кто умирает в этом месте, не покидает его до тех пор, пока рано или поздно не достигнет духовного освобождения. Святой объяснил, что если такая личность является недостойной, но покидает свое тело во *Вриндаване*, то все равно рождается здесь же в теле

животного или птицы, и в конце концов благодаря особой атмосфере этого священного места достигает обители Бога.

Вечером Роберт отправился на берег *Ямуны* и вновь погрузился в медитацию. На этот раз он уже испытывал некое подобие азарта... Но утренние лучи вновь не принесли ему смерти.

Мадхусудан дас был сильно смущен. Однако, внимательно осмотрев ладони Роберта, он вдруг заметил, что на правой руке «линия жизни» несколько удлинилась.

В последующие дни и недели все повторялось. Роберт каждую ночь в буквальном смысле слова отправлялся умирать на берег *Ямуны*, а утром Мадхусудан дас констатировал, что «линия жизни» уже не только на правой, но и на левой руке стала еще длиннее.

С тех пор прошло уже больше двадцати лет. Роберт М. так и не покинул *Вриндаван*. Он по-прежнему проводит ночные и утренние часы на берегу священной *Ямуны*. Его «линия жизни» продолжает расти, а сам он, приняв отречение от всего материального (*санньясу*), стал живой легендой этого удивительного места...

«Космический коридор»

Структура «космического коридора»

В момент зачатия мы входим в пространство, которое называется «космическим коридором» и в определенной степени является отражением нашей психики. Наше «тонкое» тело, не разрушающееся в момент смерти, к моменту зачатия уже имеет программу следующей жизни. Эта программа связана главным образом с *праабдха-кармой*, хотя и остальные четыре фактора также играют немаловажную роль в формировании «космического коридора».

Праабдха-карма определяет длину нашей жизненной «реки» и ее направление, характер ее «притоков» и скорость течения на различных участках.

Мы получаем именно те тип и форму физического тела, которые наилучшим образом подходят нам для выполнения нереализованных в прошлой жизни желаний. Все наши самые сокровенные желания превращаются в могущественные элементалы, ибо мы буквально вынашиваем их в течение многих лет, наполняя энергией *шакти*. В течение жизни эти элементалы соединяются друг с другом по принципу подобия, образуя в нашем уме различные программы, большая часть которых формируется на протяжении многих воплощений. Когда мы умираем, они начинают «сражаться» между собой. Та «армия» элементалов, что оказывается наиболее сильной, побеждает и получает право формировать *праабдха-карму*. Затем, когда на планете создаются соответствующие условия, мы принимаем рождение в определенной стране и населенном пункте, у определенных родителей, способных наилучшим образом подготовить нас для реализации нашей программы. Мы получаем физическое тело соответствующей конституции, цвета кожи и принадлежности к той или иной национальности. Порой некоторые люди завидуют тем, кто имеет очень могучее, атлетическое телосложение. Они отправляются в спортивные залы и начинают усиленно заниматься бодибилдингом, принимать гормоны или употреблять огромное количество белковой пищи, не подозревая, что не просто зря тратят время, но очень быстро разрушают свои физиологические системы, не предназначенные для таких целей.

Созданные в прошлом элементалы заставляют нас бороться за те или иные жизненные идеалы. «Негативные» элементалы подобно ответвлениям реки могут уводить нас в тупиковые пространства, останавливающие нашу духовную эволюцию и приводящие к многочисленным болезням, травмам и даже преждевременной кончине. «Гармоничные» же элементалы подобно попутным ветрам и течениям постепенно продвигают нас к поставленным целям.

Каждый получает большую или меньшую свободу маневрирования на этой жизненной «реке» в зависимости от того, насколько ответственно относится к своей судьбе. Если маленькому ребенку необходим, как правило, жесткий контроль на первых этапах его обучения, то взрослому может быть

предоставлена достаточно большая свобода. Однако и взрослый человек, если он, например, склонен преступать законы общества, может быть каким-то образом ограничен. Например, территориально (очувившись в тюрьме или на необитаемом острове), физически (потеряв конечность или получив увечье), юридически (став недееспособным по психическому заболеванию) и т.д.

Рамки нашего «космического коридора», обусловленные влиянием *дхарма-кармы*, уже существуют на уровне «тонкого» тела. Кто-то может подумать: «Если это находится внутри меня, если это лишь особенности моего «тонкого тела», значит, я легко могу выйти за эти рамки». Однако это не так просто, как может показаться. Сильнее всего человека держат его ментальные стереотипы; именно они прочнее стальных цепей приковывает нас к миру «виртуальной реальности».

Однажды духовный учитель объяснял своим ученикам силу влияния материальной энергии (*маха-майи*): «Если вы думаете, что существует некий дьявол где-то вовне, который настолько могущественен, что даже может бросать вызов Богу и держать под своим контролем весь мир, то вы глубоко ошибаетесь. Такой личности просто не может существовать на свете — так же, как не может существовать абсолютного зла. Каждая душа является частицей Бога, которого она беззаветно любит. Но здесь, в материальной вселенной, мы часто забываем о Господе. Мы настолько увлекаемся этими играми, что очень часто принимаем их за реальность и начинаем верить в то, что мы несвободны...»

Один из учеников искренне удивился.

— Но разве дьявол не является персонификацией материальной энергии? Разве не *майя* держит нас, не позволяя нам вернуться к Богу?

— О нет! Это ты держишься за нее!

— Я?! Но ведь *майю* создал Бог.

— Нет. Это ты создал *майю*! Ты имел множество материальных желаний и построил из них в своем уме целую армию, а затем назвал все это «дьяволом». Потом ты решил, что он живет где-то во Вселенной и управляет тобой... Но это лишь твоя иллюзия; на самом деле его не существует.

— Но мне кажется, что я не могу делать все, что захочу. Например, я не могу сейчас вернуться в обитель Бога...

— Потому что ты этого не хочешь. Ты продолжаешь держаться за свои материальные мечты. Просто отпусти их.

— Нет, нет, нет! Это *майя* держит меня!

Услышав это, учитель встал и вышел в сад. Ученики подумали, он рассердился на них. Через некоторое время они услышали громкие крики, доносившиеся снаружи. Они выскочили из дома и увидели, что их наставник держит ветку большого дерева и кричит: «Спасите меня! Помогите! Это дерево схватило и не отпускает меня!»

Ученики сильно смутились:

— Но ведь ты сам держишь эту ветку?

— Нет, нет! Это дерево держит меня!

— Но ведь...

— Вот так же и вы думаете, что *майя* держит вас, а на самом деле вы держитесь за нее, как я за это дерево!

Дхарма-карма создает узкие пространства («бутылочные горлышки») на тех или иных этапах нашего жизненного пути, и в такие моменты мы лишены возможности выбора, ибо они считаются фатальными. К ним относятся наши рождение, вступление в брак, зачатие детей, смерть родителей и близких, а также смена географических, социальных и религиозных эгрегоров и другие. Как правило, с помощью карты гороскопа или сигнатур на ладонях и теле человека можно определить точное время и характер этих событий. *Дхарма-карма* создает для нас периоды испытаний, подобных внезапно обрушивающимся стихийным бедствиям или водоворотам и бурным порогами на нашей жизненной «реке». Все это необходимо, чтобы подтолкнуть нас к раскрытию своего таланта и к духовной эволюции. *Дхарма-карма* не наказание, как думают некоторые; это часть нашей программы, пробуждающей сознание.

Манаса-карма дает нам попутчиков и соответствующее окружение для лучшей реализации нашей жизненной программы. Многие души, согласно древним *тантрам* и *шастрам*, путешествуют по миру «виртуальной реальности» вместе, играя те или иные роли в различных воплощениях. Они помогают друг другу добиться поставленных целей или отдают так называемые «кармические долги». Например, если кто-либо в прошлом вольно или невольно помешал нам реализовать наши желания, то в этой жизни он будет помогать нам, даже если такая помощь ему не в радость.

Бывает так, что один человек взял некоторую сумму денег у другого, а затем по причине смерти одного из них долг не был возвращен. Должнику придется вернуть все, взятое в займы, в следующем воплощении (конечно, этот принцип распространяется не только на материальные отношения, но и на разные другие).

Многие души испытывают друг к другу сильную любовь, и поэтому после рождения живут бок о бок как друзья, братья или возлюбленные. В том же случае, если их эволюционный уровень и кармические программы полностью совпадают, но они не знают, как действовать дальше, они рождаются близнецами. Получается, что у них есть некая альтернатива, свобода выбора. Помните, в русских сказках: «направо пойдешь — коня потеряешь, налево пойдешь — жену найдешь, прямо пойдешь — голову сложишь»? Поэтому они рождаются в одно время, в одном месте и у одних родителей, чтобы попытаться пойти по разным дорогам и решить, какая для них лучше. Когда кто-то из близнецов умирает, он не получает следующего рождения до тех пор, пока не дожидается своего кармического брата. У каждой из этих душ будут полностью совпадать *праарабдха-карма* и *дхарма-карма*, и, в значительной степени — *манаса-карма*. Однако, используя свою свободу воли (*буддхи-карма*) и свои личные взаимоотношения с Богом (*бхагавата-карма*), они могут по-разному пройти свой жизненный путь.

Социальная среда, в которую мы попадаем, во многом зависит от наших прошлых желаний. Но поскольку у нас есть и «греховные», и «благочестивые» наклонности, постольку люди, с которыми нам придется столкнуться, будут как искушать нас, так и помогать.

Буддхи-карма определяет в нашем «космическом коридоре» интеллектуальные способности, позволяющие нам сделать правильный выбор, прислушаться в нужный момент к доброму совету, преодолеть «ловушки» и искушения судьбы, пройти все жизненные испытания и извлечь из них необходимый урок. *Буддхи-карма* прямо взаимосвязана с уровнем нашего сознания и степенью развития интеллекта, который не разрушается в момент смерти.

Несомненно, что во время путешествия по запутанным лабиринтам «космического коридора» Господь всегда будет готов оказать нам поддержку, послать наставника (духовного учителя) или дать «компас» (духовные знания), которые позволят избрать верное направление и избежать возможных ошибок и опасностей. Однако для того чтобы воспользоваться *бхагавата-дхармой*, необходимы желание и искренность самого человека. Даже тем душам, которые не очень высоко стоят на эволюционной лестнице материальной вселенной, но открыты пред Богом, Он всегда готов прийти на помощь.

Четыре стадии рождения

После появления на свет человек проходит четыре стадии рождения и четыре стадии смерти. Они были описаны в древних *тантрах* и *пуранах*, а в XX веке подтверждены многочисленными исследованиями психологов. Вопросом четырех стадий рождения, или четырех перинатальных матриц, на одной из которых во время рождения фиксируется сознание человека, целенаправленно занимался Станислав Гроф. Он активно использовал метод регрессии, погружая человека в определенное состояние, в котором тот вспоминал свои предыдущие воплощения в мельчайших деталях и подробностях.

Ведические *шастры* (каноны) говорят, что существуют четыре разновидности страданий, которые в этом мире преодолеть практически невозможно: рождение, болезни, старость и смерть. Как ни странно на первый взгляд, величайшим из этих страданий считается рождение.

Путь живого существа к следующему воплощению начинается со смерти его прежнего тела. В этот момент разрушаются две внешние оболочки души — *анна-майя-коша* (физическая или анатомическая) и *прана-майя-коша* (эфирная или энергоинформационная).

Далее живое существо — *джива* — в «тонком» теле, состоящем из *аханкары* (ложного эго), *буддхи* (интеллекта), *манаса* (ума) и *индрий* (чувств), проходит по космическому коридору и в соответствии со своими самыми сокровенными желаниями и наиболее зрелой кармической программой (*прабандха-кармой*) получает новое рождение на определенной планете, в соответствующей стране, городе и семье.

Сценарий, с которым мы приходим в данный мир, закладывается гораздо раньше очередного рождения. Выбор родителей ребенком совершенно неслучаен, а моменты зачатия и рождения до известной степени предопределены. Внутренняя причина нашего рождения заключена только в нас самих, а родители даются лишь те, которые смогут наилучшим образом обеспечить наше развитие и помогут нам выполнить заданную программу.

Если мужчина и женщина полюбят друг друга, то рано или поздно они создадут единое энергоинформационное поле — семейный эгрегор — мир, подобный удивительному саду, наполненному прекрасными растениями любви. Сюда не должны допускаться ни друзья, ни родственники, ни учителя; только дети имеют на это право.

Когда мужчина и женщина достигли полного взаимопонимания, прошли все испытания и уверены в своей любви, они могут начать подготовку к зачатию ребенка. Аюрведа рекомендует, чтобы этот период длился не менее девяти месяцев. В это время будущим родителям необходимо:

- очистить свой организм от экзотоксинов и клеточных «шлаков» (лучше всего принимать «мягкие» аюрведические препараты, подобные *трипхала-гуггулу*);
- привести в порядок нейроэндокринную, иммунную и половую системы;
- принимать только чистую пищу и воду;
- полностью воздерживаться от сексуальных отношений (необходимо накопить достаточное количество энергии *шакти*);
- не совершать длительных омовений в горячих источниках (горячая вода снижает активность и жизнеспособность половых клеток);
- регулярно использовать *расаяны* (омолаживающие аюрведические эликсиры, подобные «*чаванпрашу*»);
- больше времени посвящать духовным практикам.

Только при соблюдении этих рекомендаций будущие родители могут надеяться на рождение физически и психологически здорового ребенка.

За два-три месяца до зачатия женщина может почувствовать рядом с собой живое существо, готовящееся стать ее ребенком. У нее понемногу пробуждается материнский инстинкт, в своих снах она видит младенцев и начинает по-особому относиться к детям.

Когда объединяются внутренние и внешние причины рождения, живое существо входит в сперму будущего отца и в момент зачатия перемещается в лоно матери, утрачивая сознание и способность воспринимать окружающий мир. В этом состоянии, называемом *свапной*, или сном без сновидений, *джива* будет находиться около трех месяцев.

Данный этап считается переходным. Если в это время женщина по тем или иным причинам совершит аборт, живое существо снова окажется в состоянии ожидания следующего воплощения и, скорее всего, вновь и вновь будет пытаться войти в лоно своей матери. Но если оно постоянно будет выбрасываться оттуда, то ему представится возможность родиться в ином семейном эгрегоре. Правда, для этого на Земле должны жить те, кто смогут обеспечить ему соответствующие воспитание и развитие — в противном случае *дживе* придется ждать в тонком пространстве Вселенной так долго, как это необходимо. Порой на это уходят десятки и даже сотни лет (например, если кто-то имеет уникальную программу развития, которую способна реализовать строго определенная семья). Поэтому с точки зрения законов Вселенной аборт считается более греховным действием, чем убийство, и женщина, совершившая подобное действие осознанно, в этой или следующей жизни может утратить способность иметь детей. Может случиться и так, что ее потомство станет умирать в первые годы своей жизни либо будет психически и физически неполноценным. Подобная ситуация не является некой карой Судьбы, как думают некоторые, но дается, чтобы развить у женщины материнский инстинкт и научить ее материнской любви.

«Океанический рай»

Проходит три месяца, и переходный этап заканчивается. У ребенка включается сознание, и наступает первая, самая длительная стадия рождения, которую называют «океанической» (в системе Станислава Грофа она именуется «первой перинатальной матрицей»). Несмотря на то, что этот период, начинаясь с 12-13-й недели после зачатия, длится около пяти-шести месяцев, то есть до начала родовых схваток, индивидуальное, относительное восприятие живым существом его продолжительности равно всей последующей жизни.

В это время эмбрион теснее всего связан со своей матерью не только посредством пуповины, через которую он получает кислород и все необходимые питательные вещества, но и благодаря психоэмоциональному контакту. Ребенок чувствует себя как бы в «растворенном» состоянии. Его существование на этой стадии похоже на жизнь глубоководных рыб, морских звезд или медуз. Его эфирное тело гармонично встроено в энергоинформационную матрицу матери, а их «тонкие» (психические) тела слиты воедино. Каналы *нади* матери и ребенка связаны друг с другом, переплетены, образуют единую систему.

Никогда больше мать и дитя не будут так близки, как теперь. Их взаимная любовь словно бы перетекает от одного к другому, не встречая никаких препятствий. Женщина в это время может очень многое осознать, открыть, изменить в себе. Ребенок заставляет ее искать связь со всем окружающим миром. Как никогда прежде, она ощущает себя частицей Вселенной и погружается в нисходящий энергоинформационный поток, поэтому беременность для женщины — поистине мистический период в ее жизни.

Ребенок в это время тоже ощущает себя клеточкой Вселенной, частицей Бога, капелькой безграничного Океана. Он воспринимает мир через мать, и все, что она делает в это время, будет переписываться на его энергоинформационную матрицу. Он «сканирует» окружающее пространство, которое создали для него родители, а также все мысли матери и ее эмоциональные состояния. Он погружается в

воспоминания о своих прошлых воплощениях, записанных на матрицах ума (*манаса*), и как губка впитывает информацию о внешнем мире. Любовь матери обволакивает и защищает его.

В зависимости от мыслей матери, ее переживаний, поступков, образа жизни и физического состояния ее тела жизнь ребенка может превратиться в райское или адское существование.

В «*Шримад Бхагаватам*» и некоторых других ведических канонах, написанных более пяти тысячелетий назад, утверждается, что во время внутриутробного периода жизни ребенок подвергается нападению различных «червей» и «паразитов», высасывающих из него жизненные соки. Современным медикам и биологам подобные заявления кажутся полным абсурдом, ибо материнское лоно и околоплодные воды являются абсолютно стерильной средой. Они посмеиваются над «примитивностью» древних *ариев* и критикуют данный канон как ненаучный, даже не подозревая, что очень многие *шлоки* имеют тайный или символический смысл.

Тантрические тексты указывают, что ребенок, способный сканировать ментальное поле матери, видит ее добрые мысли в форме ангелоподобных существ. Когда мать пребывает в возвышенном и умиротворенном состоянии, ребенок испытывает блаженство, доходящее до экстаза. Он словно бы попадает на райскую планету и купается в лучах Божественного света. Он ощущает свое бесконечное единство с творениями Всевышнего. Он «питается» этим Божественным светом, и его развитие идет быстрее и гармоничнее.

Когда внутренний мир матери разбалансирован, и она испытывает гнев, раздражение, зависть, ненависть, депрессию или страх, виды райских планет сменяются картинами разрушения, стихийных бедствий, адских миров, наполненных злобными и коварными существами, пожирающими всех и вся. Из-за того что ум матери насыщен негативными и разрушительными стереотипами, ребенок сталкивается со страшными демонами, вампирами, монстрами, подобных которым можно увидеть лишь в фильмах ужасов или в компьютерных играх.

Аюрведические рекомендации для беременных. Во время беременности женщина очень уязвима для негативного воздействия других людей и различных *бхутов* (духов), которые могут подпитываться ее энергией. Она становится более уязвимой и для различных болезней, потому что в этот период происходит запрограммированное нарушение гомеостаза (равновесия внутренней среды организма). Возрастает синтез холестерина, поскольку он необходим для построения клеточных мембран. Увеличивается уровень глюкозы, являющейся основным энергосубстратом для поддержания клеток не только матери, но и плода. Снижается активность клеточного и гуморального иммунитета (В-лимфоцитов, Т-киллеров, ЕКК, комплемента), ибо плод воспринимается организмом матери, как чужеродное тело. Изменяются показатели активности многих гормонов и ферментов. Возрастает вероятность развития так называемых «онтогенетических» заболеваний после окончания беременности (это возможно в том случае, если у женщины нарушена камертонная система тела — энергоинформационная матрица).

Поэтому Аюрведа рекомендует женщинам во время беременности соблюдать особую осторожность в поведении, питании, приеме лекарственных препаратов. Большую часть времени желательно находиться в чистом и спокойном месте. Не следует, по возможности, выходить из дома по вечерам (когда становятся более активными вредоносные *бхуты*), оставаться ночью в одиночестве, посещать кладбища, крематории, бойни, игорные дома и большие скопления людей, читать или смотреть фильмы, связанные с насилием и убийством. Все это может отрицательно воздействовать на психику не только матери, но и ребенка. Нельзя находиться рядом с источниками высокочастотных излучений (компьютерами, телевизорами, мобильными телефонами, микроволновыми печами и линиями высоковольтной передачи).

Во время беременности лучше всего употреблять только свежеприготовленные блюда и не оставлять их даже на вечер. Желательно принимать пищу в одно и то же время четыре раза в день в небольших количествах (не более одного-двух стаканов твердой пищи). Следует отдавать предпочтение пресному сыру («адыгейскому»), натуральному (не восстановленному) молоку и свежим (не перекишим) биокефирам, поскольку они являются источником не только полноценного белка, но и легко усвояемого

кальция. Дополнять молочные продукты можно соевым молоком (или коктейлями) и тофу. При непереносимости молочных продуктов следует включить в рацион пищевые добавки, содержащие хелатную (природную, или легко усвояемую) форму кальция. Овощи, зелень, фрукты и ягоды по возможности лучше использовать те, что не содержат консервантов и выращены без химических удобрений. Рекомендуется реже употреблять картофель (особенно старого урожая), так как он способствует накоплению в организме патологической слизи; свеклу, поскольку она адсорбирует на себя токсины окружающей среды; редьку и белокочанную капусту, вызывающие повышенную перистальтику толстого кишечника. Из бобовых культур можно употреблять только мунг дал (маш), турецкий горошек, стручковую фасоль, спаржу и свежий или свежемороженый горошек. Не возбраняется достаточно часто включать в свой рацион дикий и коричневый рис, гречу, пророщенную пшеницу, овсянку и ячмень. Можно готовить молочные каши (молоко добавлять за 5-10 минут до конца варки). Нежелательно употреблять манную и кукурузную крупы, изделия из кукурузной и рафинированной пшеничной муки, так как они способствуют развитию гиперинсулинемии, а это впоследствии может привести к развитию ожирения. По той же причине следует заменить сахар фруктозой. Необходимо чаще включать в свой рацион морепродукты, особенно морские водоросли, поскольку организм ребенка нуждается в этот период в большем количестве йода и селена. Лучше всего готовить на оливковом и топленом масле (первое должно составлять 70% рациона, второе — 30%), маргарин же использовать не следует. Пищу можно запекать, тушить или варить; легкое обжаривание допустимо только на топленом масле. Из орехов лучше всего подходят кедровые, являющиеся прекрасным источником легкоусвояемого магния. Нельзя употреблять арахис и фисташки, так как они могут содержать афлатоксин, вызывающий поражение клеток печени. Следует также исключить из своего рациона мясо коровы, свиньи, козы, барана и кролика. Нитрозоамины (консерванты и красители красного мяса, колбас и субпродуктов), индол и скатол, образующиеся в кишечнике при употреблении мяса, а также «гормон страха», который выделяется в организме убиваемых животных (особенно кролика и коровы), могут нанести ребенку большой вред.

Если мать во время беременности употребляет недоброкачественную пищу, алкоголь, кофе, а также курит, находится в нечистом месте или болеет и вынуждена принимать различные фармакологические препараты, то плод ощущает боль, удушье, чувство сдавливания, тошноту, вкус йода, крови или даже гнилого мяса. Токсические загрязнения «океана», в котором пребывает ребенок, чреватые для него сильнейшими страданиями, если не самой настоящей катастрофой.

Когда у беременной женщины есть такая возможность, лучше ей до родов уехать из города и жить в чистом уединенном месте, на берегу моря, озера, реки или в живописной горной долине. В помещении, где она проводит большую часть времени, должны быть спокойная обстановка, неяркое боковое или нижнее освещение. Очень благоприятно слушать психорелаксирующую музыку, *раги* и *мантры*. Очень важно, чтобы вся обстановка в комнате не имела даже намека на агрессивность; лучший интерьер составят обои пастельных тонов, а также картины и изображения, создающие ощущение покоя и умиротворенности. Женщине предпочтительнее не оставаться одной, а быть рядом с мужем, окружающим ее любовью и заботой, защищающим, смягчающим любые негативные переживания и ситуации, способные в будущем вызвать у ребенка многочисленные заболевания и психологические проблемы.

Начиная с третьего месяца беременности женщина может входить в мысленный контакт со своим ребенком, разговаривать с ним, читать ему духовные книги и давать соответствующие наставления. Для этого совсем необязательно произносить какие-либо слова. Достаточно представлять тот или иной образ или думать о чем-то. Ребенок на этой стадии воспринимает любую мысль или ощущение матери в форме вполне реальных персонажей, героев его пьесы. На первой стадии рождения проигрывается сценарий всей последующей жизни данной личности, т.е. *прарабдха-карма* (программа, с которой живое существо приходит на Землю в процессе жизни может быть скорректирована или даже во многом изменена).

Сознание ребенка обычно фиксируется на одной из четырех перинатальных матриц, что связано с главным вектором его кармической программы. Это вопрос не случайности, но выбора.

Если фиксация сознания происходит на первой стадии рождения человека, в дальнейшей жизни он вероятнее всего станет открыт для окружающего мира, ему будет очень легко ощущать себя клеточкой Вселенной, осознавать свою глубинную связь с природой и понимать, почему люди ведут себя так или иначе. Отличаясь выраженной эмпатийностью (способностью к сопереживанию), он сможет легко вступать в контакт и с животными (а может быть, даже понимать язык млекопитающих, птиц и растений). Ему будут присущи мягкость нрава и гибкость восприятия. Ему не составит труда входить в различные медитативные состояния. При всем том он проявит некоторые инфантильность и склонность долго находиться под влиянием родителей, особенно — матери. Он будет более медленно взрослеть, нежели его сверстники, и даже может на всю жизнь остаться «большим ребенком». Скорее всего, он не захочет брать на себя ответственность за какие-либо дела или других людей, а неуверенность в собственных силах помешает ему принимать самостоятельные решения. Такие люди могут быть хорошими исполнителями, но не лидерами.

Первая стадия рождения, которая могла казаться ребенку бесконечно долгой, завершится с появлением родовых схваток.

«Изгнание из рая»

Вторая стадия (или вторая перинатальная матрица) называется «апокалипсисом», «изгнанием из рая». В это время происходят сокращения матки, но родовые ворота (шейка матки) остаются закрытыми. Для ребенка это настоящая катастрофа, бедствие, сравнимое с наступлением смерти. Он чувствует, что каждое сокращение матки сжимает артерии и препятствует прохождению потока крови между ним и матерью, что прекращается поступление кислорода и тех питательных веществ, которые обеспечивают его жизнь. Он задыхается, он охвачен ужасом и чувствует, что погружается в зловещую атмосферу, наполненную различными опасностями. Все, что происходит вокруг, напоминает разрушительные стихийные бедствия — страшные землетрясения, эпидемии или гибель Вселенной. У ребенка может возникнуть видение гигантского водоворота, который безжалостно затягивает его в самый центр. Ему может показаться, что земля разверзлась и поглощает невольного путника, коего ожидают лабиринты жуткого подземного мира. Он словно попадает в ловушку и поглощается неизвестными внешними силами. Вся атмосфера напоминает апокалипсис, разрушающий спокойный внутриутробный мир и сменяющий океаническую свободу агонией. На этой стадии у женщины возникают боли, которые вызывают отрицательные эмоции, порождающие негативные мыслеобразы в виде кровожадных «демонов», постепенно окружающих ребенка. Он видит поистине адские картины. Порой некоторые из этих сцен (не вымышленные, но взятые из подсознания, из видений, приходивших на второй стадии рождения) воспроизводят художники на своих полотнах..

Самое страшное для ребенка то, что он не понимает происходящего и не знает, что ему делать. Привычный мир рушится, а выхода нет. Время при этом очень сильно «растягивается», и страдания кажутся бесконечными. Что остается ребенку в такой ситуации? Только терпеть. И он терпит, как бы тяжело ему ни приходилось.

Существует притча про двух близнецов. Когда начались роды, один из них стал радоваться: «Посмотри, скоро мы обретем свободу и станем жить самостоятельно. Перед нами откроется огромный мир с необычайными возможностями». Другой же стал убеждать своего брата в скорой гибели: «Посмотри, мы все время были связаны с нашей матерью пуповиной. Через нее мы получали кислород и пищу. Как только мы родимся, ее отрежут, и мы с тобой умрем...»

Если у ребенка происходит фиксация сознания на второй перинатальной матрице, то в жизни, скорее всего, он будет отличаться необычайной терпимостью и аскетизмом. Он сможет достаточно легко переносить материальные лишения, но ему всегда будут свойственны пессимизм и депрессивные состояния, а иногда — клаустрофобия. Уже с детства такие люди начинают осознавать брэнность этого мира и понимать, что любые усилия могут быть обречены на провал, если так будет угодно высшим силам. Эти проявления можно подкорректировать в детстве, но, как правило, большинство таких людей в дальнейшем остаются «прожженными пессимистами».

Вторая стадия рождения заканчивается в тот момент, когда раскрываются родовые ворота.

«Свет в конце туннеля»

Третья перинатальная матрица называется «стадией прорыва» или «светом в конце туннеля». Она наиболее непродолжительна (длится один или два часа, а иногда всего несколько минут), но при этом чрезвычайно динамична и богата как положительными, так и отрицательными мыслеобразами.

На биологическом уровне она имеет некоторые общие черты с предыдущей стадией. Матка продолжает сокращаться, и ребенок по-прежнему испытывает удушье и ощущение сжатия, ибо каждое сокращение препятствует его обеспечению кислородом. Дополнительным источником ощущения удушья может быть пуповина, перекрученная вокруг шеи или зажатая между головкой ребенка и стенкой таза матери. Между этой и предыдущей стадиями много общего, но для ребенка многое изменяется. Родовые ворота наконец открываются, и возникает «свет в конце туннеля». Ребенок продолжает бороться за выживание, но теперь у него появляется надежда и вера в то, что этой борьбе придет конец. Представьте, что вы двигаетесь в темном ущелье, из которого нет выхода, но, наконец, видите вдали свет, а потом и узенькую тропинку, по которой можно выйти на свободу. В этом есть что-то символическое, что отражает некий духовный свет, помогающий душе выбраться из материального мира. Головка младенца втискивается в отверстие таза, настолько узкое, что даже при неосложненных родах продвижение проходит медленно и с трудом.

Мать с ребенком все еще тесно связаны друг с другом на многих уровнях, и здесь нет разделения на физическое и психологическое. Ребенок переживает полное смятение чувств. Он задыхается, испытывает страх, боль, беспомощность и одновременно агрессивность, и даже некое сексуальное возбуждение. Ощущая себя младенцем, вовлеченным в жестокую борьбу за выживание, осознавая, что сейчас должно произойти его появление на свет, он одновременно ощущает себя своей разрешающейся от бремени матерью. Поскольку в процессе родов достаточно сильно задействованы некоторые эрогенные зоны половых путей, в переживания матери могут включаться и сексуальные ощущения. Некоторые из женщин, роды которых проходили нормально, описывают эту стадию как самое сильное сексуальное переживание в своей жизни. Когда-то Фрейд, заявив, что сексуальность зарождается не в период достижения человеком половой зрелости, а еще в младенчестве, потряс весь научный мир. Однако данное положение подтверждено как древними *шастрами*, так и современной трансперсональной психологией.

Как только неистовая, на грани с агонией, борьба за выход из родового канала начинает приближаться к завершению, напряжение и страдания достигают своего апогея, за которым следует подобное взрыву высвобождение — младенец вырывается наконец из родового отверстия на свободу и делает свой первый вдох.

Фиксация сознания ребенка на этой стадии дарует ему, как правило, железную волю и большую внутреннюю силу. Такие люди склонны к борьбе, к достижению поставленных целей, к риску и лидерству. Их будут отличать пассионарность, бесстрашие, темпераментность и эмоциональность, но наряду с этим, возможно, жестокость, агрессивность, повышенная сексуальность, склонность к насилию и к осуждению других.

«Освобождение»

Когда ребенок делает первый вдох, и легкие раскрываются, кровь, снабжавшая кислородом и питательными веществами его организм, очищаясь от эндотоксинов через материнские ткани, теперь перенаправляется в его собственные легкие, печень и почки. С завершением этого основополагающего физического «акта отделения» он начинает существовать в качестве «самостоятельной анатомической единицы». От момента разрезания пуповины и включения проявленной кармической программы (*пранабдха-кармы*) начинается четвертая стадия рождения или четвертая перинатальная матрица, которая называется стадией «освобождения» или «символическим разворачиванием жизни» и может продолжаться от нескольких дней до нескольких месяцев.

После рождения ребенка между ним и матерью продолжает происходить энергоинформационный обмен, и его внезапное прекращение может привести к нарушению внутреннего равновесия на уровне

эфирного и физического тел. Именно поэтому в ведические времена мать после рождения ребенка оставалась с ним наедине на протяжении одного или двух месяцев. В этот период она, наблюдая за своим ребенком, могла понять, какова будет его жизнь, ибо каждый его день после появления на свет, после первого крика и отсечения пуповины символически соответствует одному последующему году жизни. Например, третий день после рождения равен третьему году жизни, а шестьдесят пятый день — шестьдесят пятому году. В древние времена по жестам, позам или поведению ребенка родители определяли характер его судьбы, возможные будущие падения или взлеты, мирные или напряженные периоды жизни. Поэтому Аюрведа рекомендует матери вести дневник наблюдения, который позволит не только лучше понять «сценарий» предстоящей жизни ребенка, но и подготовить его к возможным кризисным периодам и испытаниям судьбы.

Не следует пытаться переделать программу своего ребенка. Очень многие родители создают определенные идеалы. Часто они связаны с их собственными неудачами в жизни или нереализованными желаниями, которые они пытаются воплотить во что бы то ни стало через своих детей. Но ребенок, пришедший в семью, имеет свою уникальную природу, которую он хочет раскрыть. У него есть свои мечты и свои задачи. Нельзя его ломать, заставлять расти быстрее или развиваться в том или ином направлении — нужно лишь окружить его любовью и заботой. Ребенок напоминает маленький хрупкий росток, который со временем может превратиться в могучее дерево, а может увянуть, сломаться или деформироваться. Поэтому нужно обеспечить все необходимые условия его развития. А когда появятся первые цветы — не кричать и не злиться из-за того, что они белые, а не фиолетовые, как вам хотелось бы.

Наблюдение за ребенком в период четвертой перинатальной матрицы может показать, какие годы будут для него благополучными, а какие — сложными или критическими. В некоторые дни ребенок станет капризничать, в иные, напротив, будет очень спокоен и молчалив. Иногда родители могут определить серьезную болезнь или даже время его смерти — о чем будут свидетельствовать необычайно сильная истерика или получение ребенком травмы. Известно, например, что Адольфа Гитлера уронили, когда ему было 56 дней отроду, и он серьезно травмировал колено. С точки зрения кармической астрологии, колено является символом верховной власти, высшего положения в обществе, и подобное происшествие могло символически означать утрату власти или даже гибель (что, собственно, и произошло на 56-м году жизни Гитлера).

Когда с ребенком случается нечто подобное, родители могут понять, на каком году может завершиться его жизнь. Этот момент указывает на окончание четвертой стадии рождения.

Вторая и третья стадии рождения являлись для ребенка огромным стрессом, шоком, катастрофическим разрывом с предыдущим существованием, когда он был гармонично слит со всей Вселенной. В период четвертой стадии нарушенное равновесие постепенно восстанавливается, маленький человек начинает снова радоваться окружающему миру и узнает о нем столько, сколько, возможно, не узнает за всю последующую жизнь. Поэтому не только в период беременности, но и в течение двух-трех месяцев после рождения ребенка матери чрезвычайно важно контролировать не только свой образ жизни, но и свои мысли и чувства.

На четвертой стадии рождения происходит интенсивный энергоинформационный обмен между родителями и ребенком. В это время он еще не способен различать добро и зло, «живую» и «мертвую» воду. Он, подобно губке, впитывает в себя всю родовую карму, «благочестивые» и «греховные» наклонности родителей, чьи поступки и мысли, даже будучи скрываемы, проникают в его сознание. В первые три месяца жизни иммунная система ребенка еще не сформирована, и он совершенно не защищен от различного рода энергоинформационных заражений. Не случайно в древние времена до 72-го, а иногда и до 108-го дня после рождения не разрешалось показывать дитя даже близким родственникам и друзьям, а также составлять на него карту гороскопа или оценивать знаки и линии на его руках и стопах. Все это невольно, на подсознательном уровне могло привести к нежелательному вмешательству в *прарабдха-карму* ребенка.

На протяжении двух-трех месяцев с момента рождения сознание ребенка, его ум и чувства отождествляются с окружающим миром. Бытует представление, что новорожденный в первые недели

после появления на свет ничего не видит и не слышит, ведь иногда родители зажигают яркий свет или включают громкую музыку, которые, казалось бы, совершенно не беспокоят ребенка. На самом же деле новорожденный просто еще не отделяет себя от своего тела, и своей психики от комнаты, в которой он живет, от своей кровати, от своих родителей, от голубя, воркующего за окном, от шелеста листвы или лучей заходящего Солнца. Лишь на завершении четвертой стадии рождения, ко второму-третьему месяцу жизни, он начинает выделять себя (вначале — свое тело) из окружающего мира: «Я нахожусь в рамках этого тела, а все, находящееся за его пределами — внешний мир, который мной не является».

В этот период очень важно правильное кормление. Известно, что если ребенка в первые три дня после рождения кормят молочными смесями, у него могут развиваться различные аутоиммунные заболевания, а у матери — нарушиться выработка гормона пролактина, регулирующего лактацию. У некоторых женщин может полностью пропасть молоко. А ведь с молоком матери в первые три месяца, пока формируется собственный иммунитет, ребенок получает физиологическую и психологическую защиту.

Если сознание ребенка фиксируется на четвертой стадии рождения, он может стать весьма свобододлюбивой личностью, исследователем, путешественником, основателем новых учений или традиций. Но не исключено, что его будет преследовать страх высоты и открытых пространств, неуверенность в себе и боязнь попасть под чье-либо влияние.

Глава 2.

Часть 2 (начало).

Шесть стадий зрелости человека

Путь по «космическому коридору» насчитывает шесть периодов, которые называют еще шестью стадиями зрелости.

«Период потери единства с материальной вселенной»

Ребенок перестает отождествлять себя с окружающим миром. Он начинает понимать, что его физическое тело отлично от тел его матери и отца, от предметов комнаты, в которой он находится, от домов и ландшафтов, и в конечном счете от всей Вселенной. Этот этап длится около трех-пяти месяцев в зависимости от программы эволюции личности.

«Период проявления психики»

Данный этап продолжается в течение пяти-семи лет. В это время ребенок полностью зависит от влияния своих родителей. Он подобен цветку, который еще не раскрыл свои лепестки и требует бережного и тщательного ухода. Грубое или неправильное вмешательство в воспитание ребенка или вовсе отсутствие воспитания может привести к непоправимым последствиям. Если до семи лет родители не смогли выполнить своей задачи, то в дальнейшем потребуются необыкновенные усилия опытных учителей и психологов, чтобы каким-то образом исправить данную ситуацию. Поэтому аюрведическая астропсихология дает 12 основных ключей к воспитанию ребенка, которые могут быть использованы на втором этапе зрелости в каждой семье.

Ключи к воспитанию ребенка

В течение первых пяти-семи лет жизни человека проявляются основные особенности его характера и интеллекта. В этом возрасте ребенок полностью зависит от своих родителей; он подобен цветку, который еще не раскрыл лепестки и требует бережного и тщательного ухода. Грубое или неправильное вмешательство в воспитание или отсутствие воспитания вообще может привести к непоправимым последствиям. Если до того, как ребенку исполнится семь лет, родители не смогут выполнить своей задачи, то в дальнейшем потребуются огромные усилия опытных учителей и психологов, чтобы каким-то образом исправить это. Аюрведическая астропсихология дает двенадцать основных ключей к воспитанию ребенка, которые могут быть использованы любой семьей.

Для того чтобы правильно выбрать конкретный ключ, нужно обратиться к специальным астрономическим таблицам «Эфемериды планет» или любой компьютерной программе, позволяющей определить первую планету, начиная с первого градуса созвездия Овна. Существует понятие о «точке жизни», которая начинает двигаться по часовой стрелке по всему Зодиаку с момента рождения ребенка. Скорость ее движения составляет в среднем 4,3 градуса в год. То есть за семь лет она проходит один знак Зодиака: в 7 лет она входит в созвездие Тельца, в 14 лет — в созвездие Близнецов, в 21 год — в созвездие Рака и т.д. Проходя через градус Зодиака, где у данного человека могут находиться те или иные планеты, она как бы «включает» их, делает их значимыми для судьбы. Первая планета, с которой соприкасается «точка жизни», считается ключом к воспитанию ребенка. Если же этих планет две или три (в случае их соединения), программа воспитания синтезируется и усложняется.

Солнце (первый ключ)

Вашему ребенку следует «предоставить сцену» во всех жизненных ситуациях, поскольку ему необходимо самовыражение. Любое подавление его натуры неизбежно приведет к самым ужасным психологическим комплексам. Ему потребуется ваше признание с самых первых лет жизни. Не бойтесь хвалить его, ведь похвала лишь вдохновит его, а не станет расхолаживать. А вот если постоянно говорить ему, что он «плохой», то он (подсознательно) таким и станет.

Следует объяснять ему, что в каждом человеке заложен талант, который нужно просто раскрыть, и учить делать все от души, иначе его сердце очень быстро закроется. В таких личностях скрыты необыкновенные жизненные ресурсы, которые они готовы выплескивать на всю Вселенную; они могут заряжать своей энергией всех окружающих, в том числе и своих родителей. Эти дети, как никто другой, нуждаются в праздниках, не похожих на обычные, традиционные. Даже подарки ко дню рождения или к Новому году всегда должны особенным образом оформляться и представлять собой приятный сюрприз. Ни в коем случае не делайте подарки «заранее» и не давайте конкретных обещаний («мы купим тебе велосипед, если ты будешь учиться или вести себя хорошо»).

Обучение обязательно должно проходить в игровой манере — тогда усвоение всего нового будет происходить очень быстро. Если в семье несколько детей, то «солнечному ребенку» нужно дать возможность доминировать. А чтобы он не стал эгоистом, родители должны давать ему ответственные поручения, даже если он младший среди братьев и сестер.

Очень хорошо, если он будет заниматься в театральном кружке или участвовать в школьных представлениях.

Луна (второй ключ)

Здесь на первый план выходят излишняя эмоциональность, чувствительность к внешним влияниям, перепады настроения и капризность. Обычно такие дети очень долго сохраняют связь с матерью, будучи зависимы от нее в психологическом и энерго-информационном аспектах. Поэтому для них важно длительное кормление грудью (иногда до двух-трехлетнего возраста) — через молоко матери они получают и биологическую, и психологическую защиту. Не стоит надолго разлучать их с матерью, ведь они очень ранимы.

На них никогда нельзя повышать голос или поднимать руку — это не только бесполезно, но даже опасно. Воспитывать их нужно, создавая положительные элементалы, поскольку они воспринимают все в основном на подсознательном уровне. Они достаточно инфантильны, поэтому не стоит требовать от них ранней самостоятельности в поступках. Если у них что-то не получается, посоветуйте им набраться терпения. Такие дети подвержены различным страхам и неврозам, однако разовьются последние или нет, полностью зависит от родителей, от атмосферы в семье и окружающем мире. Будьте терпеливыми сами и помните, что в нужное время ваша бескорыстная любовь к ребенку принесет добрые плоды.

«Дети Луны» очень сильно связаны с *манаса-кармой* (резонансным фактором); с самых ранних лет для них важна гармония пространства, в котором они живут, поэтому всю обстановку в квартире согласовывайте с системой *вастху* (*фэн шуй*).

Стереотипы, которые будут заложены у них до семи лет, скорее всего, будут действовать на протяжении всей их жизни.

Меркурий (третий ключ)

Даже с грудным «меркурианцем» очень легко установить связь через кисти рук — для этого родителям достаточно делать массаж ладоней и пальцев ребенка утром и вечером, передавая ему положительные элементалы (во время массажа рук мысли отца и матери будут легко «сканироваться» ребенком). Очень важно, чтобы он как можно раньше начал осваивать игру в кубики и конструктор, лепку из пластилина или глины, чеканку, резьбу по дереву, и даже компьютерные игры.

Такие дети очень склонны к общению, поэтому ни в коем случае не следует ограничивать их контакты.

Это прекрасные ученики, которым следует прививать навыки к различным ремеслам. Они очень легко обучаются иностранным языкам и имеют литературные способности. Их нужно загружать максимальным количеством информации, без которой они теряют темп жизни. Им трудно концентрироваться только на одном деле, поэтому они должны развиваться одновременно в разных направлениях, набирая необходимый жизненный опыт.

Последите за тем, чтобы они не искажали получаемую информацию, не лгали, не говорили о других плохо. Иногда у таких детей появляется склонность к воровству, и, значит, необходимо «с младых ногтей» объяснять им пагубность этого занятия.

Марс (четвертый ключ)

Здесь требуется в буквальном смысле спартанское воспитание. Любое, даже физическое, наказание за плохой поступок «марсианин» воспримет вполне адекватно.

Эти дети способны постигать многое только через «набивание шишек». Они излишне активны и порой драчливы, поэтому следует их с ранних лет отдавать в спортивные клубы, где они смогут реализовать свою марсианскую энергию. Обычно им очень по душе боевые искусства (даже девочкам). В этих увлечениях, да и вообще, во всем, что способствует развитию физического тела и силы воли, не следует им препятствовать. Однако помните: если они видят, что их родители или учителя решают жизненные проблемы с помощью силы, жестокости или хамства, то очень легко могут перенять подобную манеру поведения. Поэтому надо воспитывать в них благородство и рыцарские черты. Несомненно, они должны стать сильными людьми, но не для того, чтобы обижать слабых, а, напротив, чтобы помогать им в трудную минуту.

Этим прирожденным бойцам нужно почаще напоминать о том, что не бывает безвыходных или фатальных ситуаций, что нужно всегда принимать любую опасность лицом к лицу, сражаться до конца и, если надо, уметь пожертвовать собой. А с чувством страха обходиться так же, как с противником — пойти навстречу ему и преодолеть его.

Венера (пятый ключ)

К ребенку необходим особый подход, и воспитать его возможно только в условиях семейного и социального комфорта. Любые стрессы будут отражаться на его характере крайне негативно.

Категорически запрещены наказания, так или иначе связанные с лишением материальных благ: «Если ты будешь себя плохо вести — не получишь сладкого». Столь же опасной будет попытка заменить родительскую любовь игрушками или конфетами, ибо в будущем она может привести к развитию наркотической или алкогольной зависимости.

У таких детей обычно развиты творческие способности, поэтому их следует с ранних лет обучать музыке, рисованию, танцам и другим видам искусства. Эстетика — основа их воспитания. Чем раньше

состоится их знакомство с памятниками культуры и живописными ландшафтами, тем лучше. Они очень любят все красивое — это надо учитывать, когда вы покупаете им одежду или дарите что-либо.

Следите за тем, чтобы они не проявляли жадности и склонности к накопительству.

Юпитер (шестой ключ)

Такие дети, как правило, прирожденные лидеры, стремящиеся занять место в социальном эгрегоре, без которого они не мыслят своего развития. Система их мировоззрения формируется очень рано. Все начинается с собственной семьи; они совершенно определенно должны знать, каково их положение и место в ней. Таким детям нужно все очень четко разьяснять с ранних лет. Не бойтесь, что они не поймут вас; будет гораздо хуже, если вы станете их обманывать или чего-то не договаривать, считая их недостаточно взрослыми для понимания тех или иных вещей. Ни наказания, ни родительский гнев не дадут эффективных результатов. Единственный путь — разумные объяснения. Если родители смогут аргументированно объяснить ребенку, в чем тот провинился, и почему совершенный им поступок плох — проблема будет решена очень быстро.

Эти дети, как правило, очень развиты интеллектуально, и поэтому для них предпочтительно более серьезное образование, чем для их сверстников. Возможно, стоит заранее подумать о специализированной школе или гимназии. Кроме того, им как можно раньше необходимо начать общение с авторитетным наставником, не являющимся членом семьи.

Их развитию будут в значительной мере способствовать путешествия и смена географических эгрегоров. Если родители могут позволить это себе по материальным соображениям, желательно как можно чаще вывозить таких детей за границу. В то же время нужно следить за тем, чтобы у ребенка не сформировались гордыня и комплекс «идеализации» (подсознательное преувеличение своих возможностей или эгрегора, к которому они принадлежат).

Сатурн (седьмой ключ)

Эти дети, очень замкнутые и немногословные, рано начинают требовать самостоятельности и собственного пространства, но при том — довольно аскетичны. У них чуть ли не с первых дней жизни формируется внутренний стержень, поэтому их ни в коем случае нельзя пытаться «сломать». В квартире им необходимо выделить свою комнату, а если это невозможно — сделать для них перегородку и личный шкаф.

Им крайне трудно воспитываться в коллективе. Поэтому лучше не отдавать их в детский сад. Однако это не означает, что они должны все время находиться под контролем своих родителей (особенно матери). Эти дети могут достаточно рано брать на себя ответственность за те или иные поступки. Им можно спокойно поручать ходить в магазин или выполнять какие-то работы по дому. Они получают удовольствие, когда делают то же, что и взрослые, например, моют посуду или убирают квартиру. Кстати, они вообще очень любят следить за порядком и могут принимать ответственность за младших братьев или сестер. В жизни они равняются на отца, расценивая его поведение как некий стандарт. Поэтому отцу необходимо больше времени уделять такому ребенку.

Не стоит беспокоиться из-за того, что они не очень склонны к общению со своими сверстниками и предпочитают проводить время одни. Возможно, что вначале они будут не очень хорошо учиться, но впоследствии наверняка догонят или перегонят своих одноклассников. В таких детях необходимо развивать стратегическое мышление и способность к совершению последовательных, целенаправленных действий, приучать их к тому, чтобы обязательно достигать поставленных целей.

Необходимо обратить внимание на излишнюю закрытость и пессимизм и скорректировать их.

Хирон (восьмой ключ)

Эта маленькая планета, находящаяся за орбитой Сатурна, является, по сути, самым крупным астероидом или планетоидом. Тем не менее, в астрологии она обязательно учитывается, поскольку оказывает на человека очень сильное влияние.

Дети, у которых Хирон — первая планета в космограмме, должны воспитываться по системе «альтернативы». Им нужно всегда предоставлять выбор. Например, им никогда нельзя говорить: «Ты будешь есть овсянку на завтрак». Лучше спросить: «Что ты хочешь — овсянку или гречу?», и выбор при этом должен быть равноценным. Им не следует предлагать вещи, которые для них заведомо неприемлемы или неблагоприятны.

Задача таких детей — научиться во всем «находить золотую середину», создавать вокруг себя гармонию и развивать в себе дипломатические способности. Однако родители должны внимательно следить за тем, чтобы в них не культивировались двойственность, лицемерие и склонность к предательству.

Уран (девятый ключ).

С такими детьми бывает много сложностей, поскольку они могут быть излишне свободолюбивы, независимы и непредсказуемы.

Они должны «расти как трава». Если попытаться ограничить их или подавить, то очень быстро возникнет проблема «отцов и детей». Ребенок может убежать из семьи или начать подражать тем, кто бросает вызов обществу и его законам (т.е. криминальным элементам). Поэтому родителям нужно проявлять крайнюю осторожность и выдержанность, и лучше всего, если они станут для своего ребенка в буквальном смысле друзьями. Только в этом случае они смогут сохранить с ним добрые отношения и любовь. Таким детям необходимо предоставлять полную свободу, но при этом по-дружески делиться с ними своим опытом и рассказывать о возможной жизненной перспективе. Нужно быть готовым к их непредсказуемости и непоследовательности, и при этом помнить, что они — самые лучшие и преданные друзья.

Необходимо научить их включаться в ситуацию в любых нестандартных обстоятельствах.

Нептун (десятый ключ).

Для таких людей очень важно развивать воображение и жить своим внутренним миром. Они так же, как дети со вторым ключом к воспитанию, зависят от резонансных факторов (*манаса-кармы*). Их следует воспитывать на сказках и легендах, развивать эффект «присутствия».

У них должны быть свои маленькие тайны. Не стоит требовать от них полностью раскрывать душу. Родители не должны смеяться над их фантазиями и разрушать веру в «добрые силы».

Их нужно научить понимать состояние других людей и окружающего мира. Они легко могут развить способности невербального контакта с животными, птицами или растениями. Сны и различные знаки природы очень важны в их жизни. Однако они склонны к излишним иллюзиям и внушаемы, и это необходимо учитывать в их воспитании.

Плутон (одиннадцатый ключ).

В таком ребенке скрыта огромная способность накапливать энергию *шакти* (даже до полового созревания) и «оживлять» создаваемые им элементалы. Эта энергия в неуправляемом состоянии столь же опасна, сколь термоядерная реакция. Мысли этих детей очень быстро воплощаются в жизнь, однако могут быть дисгармоничны и даже разрушительны как для самого ребенка, так и для окружающих. Поэтому очень важно создать для него огромное поле деятельности, загружать его и физически, и психоэмоционально «по полной программе». В противном случае ребенок может постоянно получать травмы или тяжело болеть.

Такие дети, оказываясь в острых ситуациях и преодолевая страх, очень быстро развиваются. Их можно научить плавать, бросив в воду. Необходимо учить их управлять любой стихией. Как это ни удивительно, различные катаклизмы (землетрясения, штормы, извержения вулканов, ураганы, страшные грозы) только «заряжают» их. Часто маленькие «плутонианцы» во время буйства стихий выскакивают на улицу, чтобы испытать поистине демоническое наслаждение.

Конечно, их необходимо научить гармонизировать себя и контролировать потоки своей энергии (хотя даже для опытных детских психологов это очень сложная задача). В любом случае, тихая и спокойная жизнь — не для них.

Следует посвятить особое внимание их сексуальному воспитанию, поскольку, как правило, половая зрелость может наступить у них неожиданно рано, а невозможность трансформировать свою энергию *шакти* способна привести к серьезным комплексам и даже извращениям.

Прозерпина (двенадцатый ключ).

Эта планета является самой дальней («трансплутоновой»). Из-за слабой отражательной способности она была открыта лишь в конце 80-х годов, хотя описали ее еще в глубокой древности.

Если Прозерпина — первая планета Зодиака, в ребенке нужно развивать способности к глубокому анализу и синтезу получаемой информации. Он должен, подобно Шерлоку Холмсу, по одной детали уметь построить самую сложную систему взаимосвязей. Поэтому особое значение для него приобретает наблюдательность. Также важно развивать в нем реализм, умение не просто принимать что-либо на веру или интуитивно, но все для себя объяснять. Необходимо заставлять ребенка думать и постоянно оценивать каждый свой шаг. Очень полезной будет для него игра в шахматы, которая научит его не только планировать свои действия, но и анализировать все возможные варианты их последствий.

Этих людей с детства следует приучать к порядку. Каждый предмет, который им принадлежит, должен иметь свое место.

В том случае, если первая планета ретроградная (поскольку в астрологии используется геоцентрическая модель Вселенной, постольку периодически возникает кажущееся движение планет против часовой стрелки), информация по ключам к воспитанию ребенка будет меняться.

Солнце и Луна не бывают ретроградными.

Если у ребенка первой планетой является ретроградный Меркурий, то его следует воспитывать по ключу Юпитера,

а при ретроградном Юпитере — по ключу Меркурия.

Если ретроградный Марс — по ключу Хирона, и наоборот.

При ретроградной Венере — по ключу Плутона.

Если ретроградный Сатурн — по ключу Луны.

При ретроградном Уране — по ключу Солнца.

При ретроградном Нептуне — по ключу Прозерпины,

и наоборот.

Что касается кармических планет: Раху, Кету, Лилит и Селены, то они не имеют отношения к ключам воспитания ребенка, а лишь создают определенный «оттенок» различных этапов зрелости человека.

«Период интеллектуальной зрелости»

Он начинается с 5-6 лет и продолжается до 12-16 лет, часто перекрываясь со следующим этапом. Как ни странно, но именно в это время максимально проявляются все задатки интеллекта ребенка. Создается некая матрица, на которую в последствие будет нанизываться получаемый жизненный опыт. Если ребенок в этот период не имеет возможности получить достойного образования в школе или гимназии, в дальнейшем скомпенсировать это будет достаточно сложно. Поэтому в ведические времена в этом возрасте детей отдавали в специальные школы, называемые *гурукулами*, где под руководством опытного наставника они получали необходимое обучение. Школа выбиралась в соответствии с *гуной* (талантом личности) и *кармой* (рождением в определенной семье).

Как уже было указано выше, талант человека связан с его изначальной природой души, и поэтому, в соответствии с задачами данного воплощения, каждый раз должен быть реализован в обществе в той или иной степени. Иначе человек не достигнет экономического процветания и не будет испытывать удовлетворения.

Что же касается рождения в определенной семье, то оно то же не является случайным, поскольку родители, имеющие определенные наклонности (например, в музыке или в медицине) вольно или невольно помогают ребенку лучше раскрыть свои качества.

К сожалению, современное среднее образование не учитывает этих факторов. Поэтому каждый ребенок обучается по общей схеме разными учителями. В результате огромное количество людей нашего времени не знают своего предназначения. А если и узнают о нем, то, как правило, это бывает достаточно поздно. Зрелому человеку изменить свою интеллектуальную матрицу бывает невероятно трудно, из-за чего он вынужден влачить жалкое существование и находиться в депрессии.

В период «интеллектуальной зрелости» ребенок должен научиться контролировать свои чувства (*индрии*) и ум (*манас*), уметь формулировать тактические и стратегические цели и задачи, управлять течением времени и четко понять для себя свое предназначение. Пожалуй, это является главной задачей его учителей. Уже на этом этапе влияние родителей значительно снижается, а авторитет наставника становится главным. В этом возрасте ребенок может усвоить максимальное количество информации, но оно не должно быть лишним или бесполезным.

«Период половой зрелости»

Он является четвертым этапом жизни человека и начинается в 11-12 лет и продолжается до 14-16 лет. Здесь личность постепенно осознает разницу между женской и мужской природой. Каждый из нас имеет изначально оба этих начала. Однако в мире «виртуальной реальности» мы разделены на мужчин и женщин. Мы подсознательно стремимся друг к другу, чтобы понять свою вторую «половинку». В это время между разными полами начинают постепенно выстраиваться определенные различия и отношения, которые в последствии должны привести к умению любить друг друга. Именно любовь дает счастье человеку. Ни богатство, ни власть, ни знания, ни известность, ни сила не могут принести нам радости и удовлетворения без любви. Для подростков в этом возрасте возникает реальный шанс раскрыть свое сердце, если оно даже было «заблокировано» неправильными отношениями с родителями. Однако одновременно в этот период начинает активизироваться энергия *шакти*, которая будет неизбежно вызывать сексуальную тягу к противоположному полу. Эта творческая энергия может подменить собой истинную любовь, и поэтому на данном этапе очень важно правильное половое воспитание. Необходимо научить подростка очень бережно и трепетно относиться к самому великому дару Бога — любви.

«Период кармической зрелости»

До этого момента мы живем в основном по наработанным стереотипам прошлой жизни. Мы идем как бы по накатанной дороге. Однако с пятого этапа перед человеком ставятся конкретные эволюционные задачи. Он уже не должен просто плыть по течению или действовать только по подсказке своих родителей или наставников. Ему необходимо все больше и больше использовать свой интеллект и талант для прохождения различных испытаний судьбы (*дхарма-кармы*) и коррекции своей жизненной программы (*пранабдха-кармы*). В это время ему придется в полном смысле этого слова начинать трудиться над собой, прорубать «каменные толщи» судьбы, обходить кармические «ловушки», «тупиковые коридоры» и прорабатывать «негативные» наклонности ума.

Пожалуй, это самый главный этап в жизни человека. Потому что именно в это время будет разворачиваться вся мистерия его судьбы и будут решаться цели его данного воплощения.

Многие люди не задумываются об этом. Они продолжают жить, «плывя по течению». Поэтому они начинают испытывать подавленность, депрессии, неудовлетворенность от бесполезности своего существования и страх перед неизвестным будущим. Затем у них начинаются различные хронические болезни, которые могут привести к преждевременной смерти. А иногда они просто включают программу самоуничтожения, не обращая внимания на действие внешних разрушительных факторов, или кончают жизнь самоубийством.

«Период кармической зрелости» начинается у каждого человека в разном возрасте (от 16 до 36 лет) и продолжается у большинства современных людей практически до самой смерти.

Чтобы определить начало этого этапа необходимо посмотреть по «таблицам эфемерид» или карте гороскопа, когда «точка жизни» войдет в стеллиум планет (наибольшее скопление планет в космограмме). Если такой стеллиум планет расположен в созвездиях Овна или Тельца, то «период кармической зрелости» начнется сразу же после «периода половой зрелости». В том случае, если он расположен в созвездиях Девы, Весов, Скорпиона, Стрельца, Козерога, Водолея или Рыб, этот этап начинается с 36 лет и считается поздним.

Люди с поздним «периодом кармической зрелости» могут иметь большой запас времени и раскрыться только во второй половине жизни.

«Период духовной зрелости»

Этот этап жизни начинается с момента, когда человек в полной мере выполнил задачи своего нынешнего воплощения и полностью готов к смерти — то есть к переходу к следующему периоду своего эволюционного развития. Он уже не испытывает страха перед уходом в «мир иной». Он просто чувствует свою полную готовность встретить смерть. Как правило, такие личности озарены мудростью бытия. Они могут быть прекрасными наставниками для членов своей семьи или других людей. Иногда они принимают, как это было прежде, отреченный порядок жизни (*санньясу*), и отказываясь от выполнения каких-либо социальных задач, отправляются в уединенные места, либо становятся странствующими монахами, чтобы спокойно встретить свою смерть.

К сожалению, в настоящее время очень мало людей доживают до этого этапа. Порой в старости они деградируют и становятся слабоумными. А чаще умирают внезапно или испытывая безумный страх перед грядущим уходом из этого мира.

Четыре стадии смерти

«Тот, кто вечен по своему происхождению, должен умереть»

С самых древних времен каждого человека волнует вопрос: «Что же будет со мной после смерти?» Эта мысль одновременно притягивает и внушает мистический страх, ибо еще никто не возвращался из так

называемого «потустороннего мира» и не делился приобретенным опытом. Правда, существуют древние арийские, египетские и тибетские (более поздние) трактаты, рассказывающие об этом достаточно подробно, да и современная трансперсональная психология, заново открыв древний метод «регрессии сознания», вплотную подошла к ответу.

Спросите людей западного мира: «Можете ли вы представить себя после смерти? Или представить, что после этой жизни вас больше уже никогда не будет?» Некоторые из них придут в недоумение, но большинство ужаснется. Скорее всего они ответят: «Это просто невозможно представить, в этом — чудовищная несправедливость». Конечно, они станут цепляться за любую возможность, любой шанс пусть даже косвенно доказать вечность нашего бытия и при этом вряд ли смогут понять один из ведических постулатов: «смерть — это высшее наслаждение». Если вы скажете им об этом, они примут вас за сумасшедшего.

Врачи реанимационно-хирургической службы и «скорой и неотложной помощи» очень часто сталкиваются со смертью. Иногда она настигает несчастных, которые в течение 10-15 лет до того были парализованы, иногда — онкологических больных, испытывающих столь сильные мучения, что приходится вводить им наркотические анальгетики. Тем не менее, когда их жизнь подходила к концу, страх смерти целиком овладевал ими. Они судорожно цеплялись за свое немощное тело, думая, что исчезают навсегда.

Когда человек становится зрелым, в особенности, когда он достигает шестой стадии зрелости, он часто начинает задумываться о смерти. Многие пытаются представить себе, что вот однажды они просто исчезнут, и их больше никогда не будет, как не было и до этой жизни. Это кажется настолько несправедливым, что никак не укладывается в голове. Ведь мир так гармонично устроен: Солнце на своем месте, а Луна на своем; происходит последовательная смена времен года, лунных циклов... И вдруг — смерть! Как ни пытается, не может человек вообразить своего «несуществования».

В настоящее время метод «регрессии» и запись спонтанных воспоминаний людей о своих прошлых воплощениях позволили собрать огромный материал, косвенно доказывающий теорию реинкарнации, подробно описанную в ведической традиции. Иногда с ней не соглашаются христиане, ссылаясь на отсутствие в Библии подобных свидетельств. Но это не так. Вот один из многочисленных эпизодов из Евангелий, подтверждающих, что и Иисус Христос, и его ученики знали о перевоплощениях как о естественной составляющей жизни. Однажды, увидев слепца на пороге храма, ученики подошли к Иисусу и спросили: «Учитель! Почему этот человек слеп от рождения? За свои ли грехи или за грехи своих родителей?». Разве не ясно по этим их словам, что они знали о перевоплощениях? Если бы апостолы не ведали о реинкарнации, неужели они задали бы подобный вопрос о человеке, незрячем от рождения?

В древних ведических тантрах говорится: «Тот, кто вечен по своему происхождению, должен умереть». На самом деле это очень страшная вещь. Почему это происходит? Зачем нам испытывать смерть? Аюрведа объясняет, что душа всегда стремится испытать в мире «виртуальной реальности» то, что невозможно в природе. Чтобы понять, что такое Вечность, душа желает осознать, что такое смерть. В духовном мире вы ни при каких обстоятельствах не сможете умереть, но в материальной вселенной Бог создает для вас такую иллюзию. Чтобы оценить свое бессмертие, оцените для начала бренность бытия.

Подобно актеру, который за кулисами всегда остается самим собой, какие бы роли он ни играл на сцене, человек после смерти не утрачивает своих наклонностей, привычек и желаний. Если бы мы увидели себя в одной из прошлых жизней или даже в сотнях их, мы, несомненно, узнали бы себя. Чтобы это легче было понять, стоит привести реальную историю, произошедшую в середине 80-х годов во Франции.

Сотрудник паспортной службы внимательно посмотрел на раннего посетителя. На вид — лет тридцати, среднего роста, худощавый, если не сказать щуплый. Лицо приятное, но невыразительное. Глаза слегка навязывают и какие-то тоскливые, что ли...

— Итак, господин инкогнито, выписавшийся позавчера из госпиталя иезуитов, относительно вас мне даны вполне конкретные указания. Постоите-ка, да ведь вы — тот самый человек, потерявший память? Ведь это вашу фотографию показывали по телевизору недели две назад? Что же, так и не нашелся никто, кто бы вас признал? Жаль...

Но — к делу. Перед вами два списка. В первом — имена, во втором — фамилии. Ткните наугад пальцем в тот и другой, чтобы выбрать для себя и то, и другое... М-мм, прекрасно. С этого дня вы Дени Лакомб, 1950 года рождения, уроженец Парижа. Паспорт будет готов завтра утром. Простите мою бестактность — что, вам совсем ничего не удалось вспомнить? Примите мое сочувствие, мсье...

Новоиспеченный гражданин Франции вышел на улицу и медленно побрел по набережной в сторону госпиталя. Кое-что он, конечно, помнит. Яркий, режущий свет, озабоченные лица врачей и первые слова, услышанные им в этой новой жизни: «Он открыл глаза! Он нас видит и, кажется, слышит. Как вас зовут, мсье?». О, то был славный вопрос! Потом их было еще очень много, этих самых вопросов, вот только все они остались без ответа. Имя, возраст, профессия, место жительства, текущая дата... Он ничего этого не знал. Пожилой психиатр, промаявшись с ним целый месяц, развел руками.

— Видите ли, друг мой, в данном случае я бессилен. Да и вряд ли кто-то еще вам поможет, разве что время. Уж не знаю, кто или что стукнуло вас по голове, но удар пришелся как раз в теменную область... право слово, три недели пролежать в коме — не шутка. Удивительно, что вы вообще остались живы. А память... что ж, может, и хорошо, что вы ее потеряли. В наш безумный век зачастую лучше забывать, чем помнить... впрочем, не теряйте надежды. Поезжайте куда-нибудь в провинцию. Париж — слишком шумный и беспокойный город, а вам неплохо бы пожить в тишине, неторопливо и размеренно — так сказать, наедине с природой. Глядишь, память потихоньку и восстановится.

На пособие, выданное социальной службой и Обществом Красного креста, Дени приобрел дорожную сумку и кое-что из одежды. Оставшихся денег хватило на билет до Алансона.

Около месяца он проработал газонокосильщиком на вилле богатого вино торговца, а потом его неудержимо потянуло в город. Ему снились неоновые вывески, запах бистро, шум автомобилей и крики уличных торговцев. Он чувствовал, себя неудовлетворенным той жизнью, которой жил по совету парижского психиатра. То и дело он представлял, как *едет на серебристом шевроле*, таком же, как у его нынешнего хозяина, по ночным улицам, пьет кофе в маленьких кафе, заходит в кинотеатр... Дени прекрасно понимал, что все эти мечты совершенно несбыточны. Кто он такой, в конце концов? Новорожденный тридцати лет, который ничего не умеет и ничего не знает об этих тридцати, прожитых неизвестно как, годах...

Все же пятого сентября, в воскресенье, Дени решился. Взяв расчет, вечером того же дня он приехал в Алансон. Найти работу в маленьком провинциальном городке оказалось на удивление несложно. Здесь было несколько довольно крупных предприятий. Дени выбрал фирму «Гелиос», занимавшуюся *вопросами компьютерного обеспечения*.

Менеджер, ведавший кадрами, оказался молодым жизнерадостным парнем, тщетно старавшимся придать лицу строгое и сосредоточенное выражение.

— Что вы умеете делать, мсье?

— Боюсь, что не владею никаким квалифицированным ремеслом.

— Чего же вы, в таком случае, хотите?

— Я хочу жить в Алансоне и работать в «Гелиосе».

Менеджер уставился на Дени, а затем расхохотался и схватил со стола пачку бланков.

— Чтоб мне лопнуть, вы забавный персонаж! Заполняйте.

Так Дени стал уборщиком.

Работа его не утомляла. Подумаешь, подмести лестничные пролеты и собрать содержимое урн и пепельниц. Зарабатывал он совсем немного, однако вполне достаточно для того, чтобы снять крошечную квартирку на окраине. Вечерами после работы он бродил по улицам, заходил в маленький бар на городской площади и оставался в нем до закрытия. Больше всего Дени нравилось *сидеть за столиком на террасе и, попивая крепко заваренный кофе, читать газеты.*

Он с удивлением замечал, что почти не интересуется женщинами, с которыми ему приходилось сталкиваться. Лишь официантка из бара, скромница *Николь* с короткими русыми волосами, с которой он успел познакомиться, нравилась ему все больше и больше. Сделать ей предложение? Вздор! На те деньги, что он зарабатывает, и одному-то прожить нелегко... нет-нет, вздор. Неизвестно, кем он был раньше, но уж никак не фантазером и авантюристом. Однажды он твердо решил не обращать внимания на робкие взгляды *Николь*.

Он не знал о том, что завтрашний день изменит все.

Утром выяснилось, что старый Франсуа, которому доверялась уборка компьютерных залов, слег с пневмонией, и Дени попросили его заменить. Войдя в святая святых фирмы и оказавшись в окружении десятков компьютеров, наблюдая сосредоточенную суету техников и программистов, Дени вдруг, впервые с того момента, как второй раз родился, почувствовал себя по-настоящему счастливым. Однако детально разобратся в своих ощущениях он не успел. Из глубины зала послышались вопли и проклятия.

— Гром и молния! Бесовское наваждение! Да что же такое с этой программой?! Я ведь уже задал новые параметры настройки. Я бьюсь с ней добрые четыре часа, а толку — ноль! Выкинуть ее к чертям собачьим!

Дени осторожно приблизился к огромному монитору, возле которого бесновался главный программист. Трое коллег пытались успокоить его, но тщетно.

— Все, с меня хватит. На этих условиях отрегулировать программу нереально. Да-да, именно так я и сообщу боссу в служебной записке.

С этими словами программист нервно выхватил из кармана сигареты и направился в курительную комнату.

Дени взгляделся в мерцающий монитор и скривился от внезапной боли в правом виске. Рука сама потянулась к клавиатуре. Откуда-то возникло твердое убеждение, что нужно сделать вот так...

— Эй, парень, а ну отойди от моего компьютера! Ты кто такой? — услышал он возмущенный рев программиста. — Пресвятая дева! Что ты натворил?! То есть... я хочу сказать, как это тебе удалось? Парни, он запустил эту проклятую программу! Ты что, разбираешься в этих потрохах?

Дени не знал, что ответить. Помедлив, он рассказал о себе все, что с ним произошло.

На следующий день по личному распоряжению управляющего фирмой Дени Лакомб был принят на работу младшим программистом. Прошло десять лет...

— Папа, мама зовет всех к завтраку! — на пороге комнаты возникла маленькая *Луиза*. — А Рене опять дергал меня за волосы!

— Ах ты, маленькая ябеда, — закричал старший брат, который стоял, притаившись за поворотом коридора.

— Дети, немедленно помиритесь, — послышался голос *Николь* из столовой.

Дени отворил дверцу шкафа. На плечиках были аккуратно развешены несколько костюмов различных оттенков синего цвета. Дени выбрал свой любимый — *темно-синий, почти черный* — и тщательно оделся. Сегодня был знаменательный день. Коллеги из Германии предложили столь выгодный для «Гелиоса» контракт, что внутри у Лакомба все пело и смеялось. Фирма, которую он возглавлял вот уже два года, процветала. Заказы сыпались со всех сторон, однако таких крупных еще не поступало. Дени спустился в столовую.

— Папочка сегодня — герой дня, — выпалила *Луиза*.

— А ты знаешь, что такое «герой дня»? — засмеялся Лакомб.

— Это значит — молодец и самый главный.

— Как ты догадалась?

— А ты сегодня в своем любимом пиджаке.

— Давно пора, дорогой, купить пару костюмов какого-нибудь другого оттенка. Ты знаешь, какое прозвище дали тебе твои подчиненные? «Небесный Лакомб».

— Не так уж и плохо, — заметил он.

Сидя в своем серебристом шевроле и ожидая, когда привратник распахнет ворота особняка, он вспоминал утренний разговор и улыбался. «Что ж, посмотрим, какой из меня герой!»

Как сказал потом заместитель Лакомба, «контракт прошел без сучка, без задоринки». Уютно *расположившись на террасе маленького комфортабельного кафе*, Дени помешивал ложечкой кофе и с удовольствием вспоминал эти слова. Да, сегодня он — герой и заслужил награду. Пожалуй, стоит все-таки завести *той-терьера*, ведь он так давно об этом мечтает. Николь против собак в доме, но уж на этот раз он ее уговорит. А поздним вечером они с Николь вызовут няню, чтобы присмотрела за детьми, и отправятся в самый дорогой ресторан Алансона.

Приехав домой, Дени сообщил жене о предстоящем походе в ресторан (о покупке собаки пока что говорить не стал) и направился в верхнюю ванную комнату. Мраморный пол был почему-то очень скользкий. Почему? На этот вопрос могла бы ответить Луиза, которая около часа назад решила проверить, растворится ли мыло в воде, и пролила «раствор» на пол. Если бы Дени знал об этом, он бы приказал горничной вытереть пол. Но Дени об этом не знал. Поскользнувшись, он с силой ударился головой о край ванны...

К его темени прикладывали что-то холодное и мокрое. Открыв глаза, он увидел склонившихся над ним и встревоженных жену и врача скорой помощи

— Мсье Лакомб, очнитесь.

— Боже, дорогой, как ты? Что случилось, Дени?

— Дени? Почему — Дени? Я — Клод. Меня зовут Клод Бамиен.

— Доктор, что с ним? Он бредит? Дени, любимый, что такое ты говоришь?

Он не ответил. Он вспоминал.

Клод Бамиен, *ведущий специалист крупнейшей во Франции компьютерной фирмы*, заехал после работы в кафе. За день он, как обычно, успел соскучиться по *Луизе* и маленькой *Николь*, но не торопился. Эти двадцать или тридцать минут, что он *проводил за столиком с чашкой кофе и вечерней газетой*, были прочно устоявшейся традицией, которую он не хотел нарушать.

Оставив мотор в *серебристом шевроле* включенным, он подошел к газетному киоску, вытащил из кармана *темно-синего пиджака* и протянул продавцу несколько франков. Направляясь к машине, Бамиен развернул «Трибьюн» на странице с объявлениями о продаже собак. Одно из них, предлагавшее щенков *той-терьера*, его особенно заинтересовало...

...Поскользнувшись, он сильно ударился головой о каменный бордюр и потерял сознание.

Газетная вырезка из «Трибьюн» за 18 апреля 198...года.

«...В результате дополнительного полицейского расследования, проведенного комиссаром Делакура, было установлено следующее. 27 ноября 198... года господин Бамиен, возвращаясь вечером домой, поскользнулся на бульваре Ришар-Ленуар, и, упав, получил сильную черепно-мозговую травму. В это время неизвестный злоумышленник воспользовался отсутствием господина Бамиена и завладел его автомобилем. Не справившись с управлением, угонщик на огромной скорости врезался в фонарный столб. Автомобиль вспыхнул, затем последовал взрыв. Через полчаса из останков автомашины был извлечен сильно обгоревший труп. Полицейские чины, прибывшие на место аварии, обнаружили на пепелище несгораемый кейс с документами на имя Клода Бамиена. Поскольку ни у кого, даже у супруги господина Бамиена, не возникло сомнений относительно принадлежности трупа, последний был похоронен на кладбище св. Марка неделей спустя. Каково же было состояние вдовы погибшего госпожи Луизы Бамиен и его дочери мадемуазель Николь Бамиен, узнавших, что их муж и отец не только жив, но вновь женился и имеет двоих детей! В настоящее время мсье Бамиен, обе его жены и дети от двух браков живут под одной крышей.

Невероятно! Ведь во Франции многоженство запрещено! Данный юридический казус заставит поломать головы лучших правоведов республики...»

Первая стадия смерти: иллюзия жизни

Но вернемся к теме, которой посвящена эта глава. Вероятно, читатель ожидает, что описание процесса смерти мы начнем с момента остановки сердца. Однако согласно Аюрведе, человек начинает умирать через два-три месяца после появления на свет. После двух-трех месяцев символической развертки нашей жизни (когда один день после рождения равен последующему году существования) мы постепенно начинаем умирать. То, что мы привыкли считать жизнью, рассматривается как первая стадия смерти.

Стадии рождения и смерти циклически сменяют друг друга подобно дню и ночи или временам года. Как вы помните, первая стадия рождения, «океаническая», является наиболее продолжительной во внутриутробном периоде. Субъективно 1-я стадия рождения и Первая стадия смерти по продолжительности будут казаться практически одинаковыми, хотя по земному летоисчислению одна будет продолжаться 5-6 месяцев, а другая — десятки лет.

Глава 2.

Часть 2 (продолжение).

Вторая стадия смерти: выход из физического тела

Когда время нашей жизни исчерпывается (с точки зрения Аюрведы моменты рождения и смерти считаются достаточно фатальными датами), наступает 2-я стадия смерти, которая длится девять дней (отсюда — традиция поминать умершего на девятый день). Следует, тем не менее, помнить, что при всех самых благоприятных обстоятельствах отдалить время смерти практически невозможно, так как определенная продолжительность жизни дается нам для выполнения конкретной программы (*пранабдха-* и *дхарма-кармы*). При этом если мы не выполняем своих задач, а напротив, всячески

разрушаем свое физическое тело в угоду чувственным наслаждением, мы очень быстро можем сократить свою жизнь.

В начале второго периода, когда останавливается сердце и прекращается дыхание, наступает клиническая смерть. Дефицит кислорода и глюкозы приводит прежде всего к массовой гибели нейронов коры головного мозга. Чуть позже погибают подкорковые и эндокринные центры, костный мозг и другие ткани. В момент клинической смерти наша душа вместе с «тонкими» оболочками и эфирной матрицей отделяется от физического тела, которое, оставшись без жизненного начала, постепенно начинает разлагаться.

Большинство «умерших» в первые минуты и даже часы после смерти, как правило, ничего не видят и не осознают. Они как бы проваливаются в темноту. Однако некоторые способны наблюдать свое тело и место, где они умерли, почти сразу. Другие постепенно приходят в сознание и, оставаясь в эфирной оболочке, приобретают прежнюю активность чувств, ума и интеллекта. Вторая стадия смерти напоминает вторую стадию рождения — «мир рушится, и кажется, что выхода нет».

В это время мы осознаем, что все, что было связано с нами — семья, дом, работа, страна, накопленные материальные богатства — утрачивается вместе с физическим телом. Некоторые призывают на помощь родственников и друзей, но те, естественно, их не слышат. Мы не знаем, что нас ожидает дальше, поэтому наша душа переполняется страхом. При этом перешедший в «мир иной» может считывать мысли других людей и немедленно перемещается к тому, кто о нем думает. Поэтому первые девять дней, думая об «умершем», вы можете посылать ему добрые мысли и таким образом реально поддержать его. Ну и, конечно, его восприятие мира в этот период будет смешиваться с наиболее яркими воспоминаниями прошедшей жизни. В «*Бхагавад Гите*» сказано: «Мысли в момент смерти определяют наше будущее».

Некоторые полагают: «можно жить, как заблагорассудится, а придет смерть, тогда и подумаем о Боге». Однако они должны знать, что на второй стадии смерти будет окончательно определен дальнейший путь личности. И то, как мы жили, о чем мечтали, к чему стремились, какие желания культивировали и какие поступки совершали — будет доминировать в нашем сознании и определит наше будущее.

В древние времена родственники приглашали *брахмана*, который в течение первых девяти дней читал священные каноны, помогая душе достойно, без страха преодолеть переходный период; они убеждали «умершего», что его существование не завершено, и ему следует успокоить свой ум, сконцентрироваться на духовном и молиться Богу. В читаемых текстах описывались последующие стадии переходного периода, которые ему предстоят.

Не позднее третьего дня тело, как правило, кремировали, а пепел рассеивали над одной из священных рек. Обряд кремации помогал умершему отойти от привязанности к физическому телу и значительно сокращал время его «потусторонних» страданий. Некоторые из-за своего невежества пытаются вновь войти в свое уже разлагающееся физическое тело. Поэтому на кладбищах и в моргах иногда можно увидеть призраков, на самом деле являющихся «тонкими» телами «умерших», уплотненными эфирной оболочкой (в силу привязанности им никак не расстаться со своим физическим телом). Их эфирная матрица люминесцирует при определенном направлении лунного света и в точности повторяет контуры физического тела человека, животного, растения или иной формы жизни.

Иногда кто-то думает, что мгновенная смерть является наиболее удачной. Это не так. Человек, страдающий перед смертью, морально более готов к ней, чем умирающий сразу, который на второй ее стадии испытывает сильный шок и не может примириться с ее приходом.

Существует шесть категорий людей, которые «зависают» на второй стадии более чем на девять дней:

- Совершившие самоубийство. Например, согласно закону кармы, человек должен был прожить 70 лет, но совершил суицид в 18 лет. Значит, «недоработанные» 52 года он будет оставаться в эфирном теле, не имея возможности покинуть его. Это время будет очень тяжелым для него, так как вблизи поверхности Земли несовместимость тонких и земных энергий максимальна и приносит наиболее ощутимые

физические страдания. Жизнь дается нам для выполнения конкретной индивидуальной программы (*прарабдха-кармы* и *дхарма-кармы*). Если человек убивает себя, то он как бы выпрыгивает из «поезда жизни».

- Совершившие кровавые преступления против человечества, убийцы-маньяки, жестокие диктаторы, отдававшие приказы на уничтожение тысяч или миллионов людей «зависают» на второй стадии на сотни и даже тысячи лет.
- Умершие в состоянии алкогольного или наркотического опьянения блуждают в эфирном теле так же, как и самоубийцы, в течение достаточно длительного времени. Тем не менее им можно помочь, проведя специальный обряд и заказав заупокойную службу в храме.
- Умершие во сне. Иногда мы думаем, что человек умирает во сне, однако большинство людей просыпается перед смертью. Во сне умирают лишь те, кто глубоко погружен в *тама гуну* (состояние невежества) и ведут животный образ существования.
- Погибшие насильственной смертью и пропавшие без вести. Родственники этих людей надеются на «чудо» и удерживают их на уровне эфирного плана. Конечно, не имеет большого значения, похоронят ли наше тело, сожгут ли его или оно будет съедено шакалами или хищными птицами. Однако если кто-то из наших близких будет слишком привязан к нам, он не позволит принять нового рождения.
- Те, кто поклонялся *бхутам* (духам) и занимался сознательно «черной» магией. Эти личности столь сильно связаны с «Миром неорганики», что даже после смерти не в силах освободиться от его влияния и продолжают общение с его сущностями.

Все перечисленные личности долгое время находятся около живых и странствуют по миру, причиняя им беспокойство. Ведь их органы чувств были разрушены вместе с физическим телом, поэтому они не могут соединить чувства с объектами чувств и получить от этого наслаждение, и оттого сильно страдают. Порой они поселяются в заброшенных домах или замках, а иногда пытаются войти внутрь физического тела тех, у кого ослаблена воля. Так возникает одна из форм одержимости, описанная в аюрведических канонах.

Третья стадия смерти: прохождение через «ад» и «рай»

Третья стадия смерти — «свет в конце туннеля» — связана с выходом души через один из 350 тысяч каналов *нади*. В соответствии с выбранной программой, всплывающей в уме подобно пузырькам воздуха в воде, мы входим в тот канал, который освещается *Параматмой*, локализованной формой Бога, сопровождающей нас в течение всего материального существования. В соответствии с уровнем своего сознания мы можем видеть облик *Параматмы* или просто свет, исходящий от Бога. Каждый канал имеет свой оттенок — фиолетовый, синий, красный, зеленый, оранжевый и т.д. Согласно тибетской «Книге мертвых» даже по оттенку цвета можно понять, в какую форму жизни и в какое место Вселенной мы отправляемся.

Третья стадия смерти в земном летоисчислении составляет 40 дней, хотя субъективно может показаться вечностью. Поминать умершего на 40-й день неправильно — нужно прибавить еще девять дней к 40. Только на 49-й день умерший заканчивает свое земное существование. В это время эфирное тело полностью распадается, и вся информация переписывается на одну из матриц Вселенной. Существует пространство, называемое *Питри-локой*. Сколько бы ни жило людей во Вселенной, после их смерти вся информация об их судьбе в символической форме кодируется в «Мире *Питри*». *Питри-локу* называют планетой предков. Все образы людей, живших когда-то в нашей вселенной, продолжительность существования которой составляет 311 триллионов 40 миллиардов лет, принимают в этом пространстве некую символическую форму. После смерти человек может вступить в контакт с информацией («образом») своих предков по своему желанию.

Помните слова Иова «живые позавидуют мертвым»? Дело в том, что ни «ада», ни «рая» не существует во внешнем мире. Они внутри нас и похожи на сон. Кто-то усмехнется: «Ну и что же? Это всего лишь сон». Но разве мы не просыпаемся в холодном поту и не кричим, когда видим страшные сны?

Итак, мы отправляемся в путешествие по одному из каналов *нади*, дабы пройти наши внутренние «ад» и «рай». Что же лучше вначале? Вероятно, это зависит от того, насколько человек был благочестив или греховен в своей жизни.

Все наши желания вначале «подпитываются» определенными мыслями, а затем «поливаются» соответствующими поступками. Так мы порождаем так называемые элементарные (мыслеобразы). Благочестивые элементарные напоминают ангелоподобных существ, негативные же — чудовищ, подобных тем, что можно увидеть в компьютерных играх или фильмах ужасов. Когда мы проходим через один из каналов *нади*, мы оказываемся на различных «сценах», где появляются все эти чудовища, которых мы сами породили. Например, в ведических канонах говорится, что если человек ест мясо, т.е. берет плоть убитого им или для него живого существа, он порождает соответствующий мыслеобраз, с которым встретится во время смерти. Мясо на санскрите называется «*мамса*». Это означает: «В этой жизни я ем тебя, в следующей жизни ты будешь есть меня». Таким образом, мы даем санкцию на то, что станем сами пищей для других.

Все это будет происходить во время третьей стадии смерти. Некоторые говорят: «Но я же сам не убиваю!». Однако Веды указывают, что те, кто убивает, те, кто дает санкцию на убийство, те, кто торгует мясом, те, кто его разделывает и те, кто его готовит или ест — совершают один грех.

Если вы осуждали кого-то или ненавидели, проявляли непомерную жадность или гордость, знайте: вы породили ужасных монстров, уничтожить которых можно только специальными *мантрами* или духовными практиками.

Существует древняя притча о том, как духовный учитель объяснял своим ученикам суть понятий «ад» и «рай», находящихся внутри нас.

...Высоко в синем небе пылало Солнце. В ярком его свете вода в *Ганге* казалась темной, почти черной. На берегу великой реки сидели учитель и несколько учеников.

— Итак, теперь вы знаете о том, что все наши желания вначале «подпитываются» определенными мыслями, а затем «поливаются» соответствующими поступками. Так рождаются мыслеобразы. Еще раз повторяю вам: негативные мыслеобразы подобны чудовищам. Когда, умирая, мы проходим через один из каналов *нади*, мы оказываемся на разных «сценах», где встречаемся со всеми этими монстрами, которых мы сами породили.

Воцарилось молчание. После паузы *гуру* спросил: «Все ли поняли сказанное мной?». Один из учеников, совсем молодой, с длинным носом и живыми блестящими глазами, дернул щекой.

— Простите, учитель. Получается, что «ад» существует внутри нас, и это вроде бы понятно. Но как хочется увидеть все это собственными глазами, очутиться в «аду», испытать на себе, что это такое!

— Будь по-твоему, — отвечал учитель, — но ответ, сколько времени тебе надобно, чтобы как следует ощутить, что же такое «ад»?

Тут любознательный молодой человек вспомнил, что его наставник наделен немалыми мистическими способностями, и стусевался. Однако отступить было поздно.

— Я думаю, пятнадцати минут будет достаточно, — пробормотал он... и немедленно вокруг сгустились сумерки.

Перед ним простиралась бесконечная пустыня. Тут и там из песка торчали, высунувшись по локоть, сжатые в кулак руки. Внезапно у нескольких, ближайших к нему, кулаки разжались, и в середине

каждой ладони обнаружилось по широко открытому глазу. Все глаза уставились на ученика и принялись рассматривать его. Взгляды, беззастенчивые и глумливые, казалось, раздевали догола и выворачивали наизнанку. Через минуту раскрылись остальные руки, и в них обнаружались беззубые рты, из которых потек гной вперемешку со словами. Прислушавшись, можно было понять, что рты обсуждают все недостатки новоприбывшего, вспоминают отдельные эпизоды его жизни, вытаскивают на свет самые сокровенные его мысли и глумятся над ними. Не выдержав, ученик заткнул пальцами уши, и тогда ближайший рот плюнул гноем, который попал прямо в лицо и стал жечь, точно расплавленный свинец. Завывая от боли, ужаса и отвращения, ученик бросился бежать, не разбирая дороги. Он несся под градом плевков, насквозь прожигавших одежду, разъедавших кожу и мышцы, и вдруг почувствовал, что песок под ногами кончился. Осторожно приоткрыв один глаз, он увидел, что стоит на берегу озера, от которого веет свежестью и прохладой. Задышавшись от счастья, он по грудь вошел в воду и принялся смывать с себя зловонные плевки. Рядом с ним из воды высунулась голова аллигатора, непостижимым образом напомнившая ученику его собственное лицо, отразившееся в большом зеркале в тот момент, когда он, будучи подростком, жестоко и язвительно издевался над своей младшей сестрой.

«Смена декораций», — пропищал аллигатор. Тут же из его пасти поползли длинные и тонкие коричневые черви. Ученик с ужасом увидел и почувствовал, что твари проникли под одежду, подобрались к его голове и стали заползать во все естественные отверстия тела. Испытывая ни с чем не сравнимую боль, ученик с огромным трудом выполз на берег и уткнулся лицом в холодную землю.

Почва перед ним разошлась, и оттуда выглянуло мертвое лицо его матери. Из глазных впадин его торчали хвосты скорпионов. «Смена декораций», — прохрипело лицо. От него стали отваливаться куски плоти, и наконец обнажился собачий череп. «Помнишь, как ты хотел ударить по лицу свою мать?», — прогавкал череп и откусил ученику нос. Заливая землю вокруг кровью, хлещущей из обезображенного лица, ученик встал на четвереньки.

«Что же это, что же это?», — беззвучно шептал он, пытаясь сдержать рыдания. Из глаз его хлынули слезы. За те несколько секунд, что он плакал, все его раны и язвы зажили и перестали болеть. Он поднялся на ноги. «Ты сам знаешь, что это, — прошелестел песок под ногами, прошептал ветер, зажурчала вода в реке. — Это твои зависть, злоба, алчность...»

«Привет, — донесся откуда-то снизу звонкий детский голос, — смена декораций». Перед ним стоял крошечный, ростом в локоть, прехорошенький маленький мальчик. Он улыбнулся, и ученик увидел, что зубы у мальчика волчьи. «Мучить животных — нехорошо», — ласково сказал мальчик-волк, и всадил в правое колено ученика неизвестно откуда взявшуюся кирку. В глазах у того вспыхнули искры, и он повалился на землю. «Да, нехорошо», — повторило существо и вонзило кирку ему в голову, — надо же, у нас, оказывается, и мозги имеются!». Вдруг маленький мучитель куда-то пропал, и раны вновь стали заживать сами собой. Не успел он порадоваться этому, как снова — «Смена декораций!», и он висит вниз головой на железной пальме, а рядом громоподобно квохчет курица величиной со слона. «Какой вкусный червячок попался мне на обед! Сначала выключем ему глазки!»

Он не смог бы, даже если б захотел, подсчитать, сколько еще раз звучало это «Смена декораций!», сколько перед ним прошло жутких, гротескных, отвратительных созданий, олицетворявших подлость, ненависть, заносчивость, тщеславие, лень... Сколько раз его варили в сиропе, замешанном не на сахаре, а на лжи, выжигали глаза раскаленными сгустками злобы, заставляли глотать живых пираний предательства, выдирали ногти и посыпали кровоточащие пальцы жгучими крупинками воровства и мздоимства... Всякий раз его плоть восстанавливалась, оживала, чтобы подвергнуться новым мукам. В конце концов, он потерял счет времени.

«Смена!..»

Он не мог думать ни о чем, кроме боли, ибо не чувствовал ничего, кроме страданий. Он был бы счастлив, если бы его тело, ежеминутно испытывающее адские муки, наконец, перестало бы восстанавливаться, рассыпалось бы в прах и перестало что-либо ощущать... увы. Он мечтал о том,

чтобы рассудок его помутился — если бы подобное произошло, боль отступила бы. Но и в этом ему было отказано. Казалось, прошла вечность с тех пор, как он оказался здесь.

— Целая вечность в аду... целая вечность. За что, учитель? Зачем вы обманули меня? Я проклинаю вас и ваш обман! Вытащите меня отсюда!!!

Внезапно жуткие твари отступили в стороны, окружив ученика плотным кольцом. На свинцово-черном небе разошлись тучи, на землю внутри круга монстров упал солнечный луч, из которого выплыла фигура его духовного учителя. Он улыбнулся и подошел к ученику.

— Вечность? Отнюдь, друг мой. Ты отсутствовал всего лишь пять минут — меньше, чем хотел сам. Но, может быть, тебе все же не терпится досмотреть спектакль до конца?

Праведная деятельность, напротив, подарит нам «райские» наслаждения. На нашем пути будут возникать сказочные рощи и сады, источающие удивительные цветочные ароматы и наполненные прекрасным пением птиц. Вдоль голубых озер встретятся изумительно красивые мужчины и женщины, и мы сможем испытать «небесные наслаждения», превосходящие в сотни тысяч раз любые земные радости. Однако и это рано или поздно закончится, и мы должны будем расстаться с иллюзиями этого удивительного мира.

Четвертая стадия смерти: смена декораций

Через 49 дней наступает четвертая стадия смерти — стадия освобождения. Мы ощущаем себя полностью свободной личностью подобно актеру, наконец-то сыгравшему свою роль в пьесе. В этот период мы будем находиться в особом состоянии сознания, когда нам покажут будущий «сценарий» жизни, наш новый «космический коридор». Мы узнаем, что нам предстоит сделать в следующем воплощении, на следующем этапе своей эволюции. Мы сможем увидеть своих будущих родителей, место, где нам предстоит появиться на свет и узнать, какие препятствия и искушения встретятся на нашем жизненном пути и какие задачи нам придется решить. Мы, скорее всего, испытаем одновременно и радость освобождения и, возможно, страх перед новой неизведанной судьбой. В это время мы осознаем себя духовной личностью и будем молиться Богу, чтобы Он никогда не оставлял нас на нашем нелегком пути.

Как правило, период ожидания нового воплощения не занимает больше нескольких недель или месяцев. В древних *тантрах* говорится: «Когда душа покидает это физическое тело вместе со всеми атрибутами окружающего мира, ей уже уготовано новое место». Однако если вы умерли преждевременно (например, оказавшись в «тупиковом» коридоре) — этот этап может занять несколько лет. Иногда, если личность имеет уникальную программу развития, которая может проявиться лишь при строго определенных социальных или временных обстоятельствах, время ожидания может составить сотни или даже тысячи лет. В этом случае душа входит в состояние «сванна» (бессознательного) и ожидает своего нового появления на свет.

Духовная спираль эволюции сознания

«Большие витки» эволюционной спирали

Существует 8 миллионов 400 тысяч уровней сознания живых существ мира «виртуальной реальности» или так называемых «больших витков эволюционной спирали развития». К первым 8 миллионам относятся «низшие» виды жизни: духи (*бхуты*), бактерии, простейшие, обитатели вод, растения, животные, земноводные и птицы. Остальные 400 тысяч населяют «мир людей» и «мир полубогов» (*девы, гандхарвы, муни, кимпурюши, киннары, апсары* и другие).

Все живые существа, достигшие уровня последних 400 тысяч, на каждом уровне сознания должны пройти через так называемую «малую спираль эволюции», состоящую из 12-ти стадий или 12-ти воплощений. Астрологическим показателем того, на каком из витков спирали находится живое существо, является Северный Лунный Узел или планета *Раху*, определяющая смысл кармического воплощения души. В зависимости от того, где она расположена (знак Зодиака), можно судить о том, какие уроки человеку предстоит пройти в данной инкарнации.

«Малая спираль эволюции» сознания человека

Невозможно выполнить все эволюционные задачи в течение одной жизни — «взять крепость одним штурмом». Поэтому, достигнув уровня человека, на каждом из витков этой спирали нужно пройти еще и «малую спираль эволюции», состоящую из двенадцати стадий, своеобразных «школьных классов». На каждом витке человек может воплощаться от одного до десяти раз в зависимости от успешности выполняемых задач. Каждое воплощение — это необходимость отработать определенные задачи, обусловленные *дхарма-кармой*. Как уже говорилось выше, законы Вселенной устроены таким образом, чтобы каждое живое существо, оказавшееся в мире «виртуальной реальности», постоянно духовно эволюционировало, приближаясь к Богу. Только достигнув полной гармонии на данном уровне (одном витке «малой спирали»), мы можем продвинуться дальше.

Когда мы проходим эти двенадцать «классов», выполнив все уроки и успешно сдав жизненные экзамены, мы перемещаемся на следующую ступень эволюции (то есть можем попасть на новый «большой виток спирали»). Это означает, что даже при всех самых идеальных обстоятельствах нам необходимо воплотиться как минимум двенадцать раз на этой стадии сознания, прежде чем мы перейдем на следующую ступень эволюции. Такой постепенный путь духовного развития называется *правритти марга*. Ему следует большинство людей. Если умножить 12 на 400 тысяч (количество уровней сознания человека), можно понять, какое минимальное число воплощений нам необходимо для выхода из мира «виртуальной реальности».

Попытки ускорения этого процесса нередко обречены на неудачу. Правда, существует такое понятие, как «духовный лифт». Это означает проникновение через многие витки спирали эволюции сознания. Однако подобное происходит не так уж часто. В *Бхагавад Гите* говорится: «Из многих тысяч людей лишь один стремится к совершенству, из многих тысяч стремящихся к нему лишь один достигает его». Такой путь называется *нивритти-марга*. Следуя такому пути, человек должен сознательно отречься от *камы* (чувственных наслаждений) и *артхи* (материального процветания). Он должен использовать свою *дхарму* только для продвижения к Богу, не ожидая никаких материальных результатов от своей деятельности. Ему следует очистить свои чувства (*индрии*), ум (*манас*) и разум (*буддхи*). Он должен раскрыть свое сердце и развить любовь к Богу. Если человек не проходит свой «космический коридор» за одно воплощение (например, запутавшись в «тупиковом лабиринте»), то ему придется родиться в том же «классе» второй, третий, десятый, пятидесятый или даже в сотысячный раз. До тех пор, пока он не выполнит всех своих задач и не достигнет гармонии данного пространства, подобно главному герою популярного американского фильма «День сурка».

Стадия первичного познания мира

Первая стадия — это выход на очередной виток большой спирали эволюции. Затем мы поднимаемся на следующий уровень сознания. Это не означает, что мы рождаемся на какой-то иной планете, ведь даже на Земле живут люди, которые имеют самый разный уровень сознания. Например, есть очень примитивные индивидуумы, почти животные в человеческом образе, которых иногда так и называют — «человек-животное». В то же время можно встретить очень возвышенные души — святых, мудрецов или йогов, у которых уровень сознания настолько высок, что кажется: до них далеко, как до Луны. Есть просто интеллигентные люди, есть простые ремесленники, есть политики и бизнесмены, есть духовные учителя и есть дикари. Мы можем видеть всю градацию от полного невежества до совершенного знания.

Мы всегда ищем общение лишь в тех кругах людей, где нам комфортно, где мы чувствуем себя удовлетворенно и счастливо. Мы всегда ищем себе друзей, которые были бы готовы нас выслушать и понять.

Переход на следующую ступень эволюции сознания всегда сопровождается ощущением страха, неуверенности в себе, ощущением попадания в иной «мир»...

Нечто подобное испытал Робинзон Крузо, попавший на необитаемый остров и столкнувшийся с совершенно незнакомым миром. Он не был обучен выживать в этом мире, преодолевать возникавшие на каждом шагу трудности и препятствия. Но самое главное — он не мог осознать, где он оказался... Корабль потерпел крушение, и Робинзон был выброшен на берег, о котором он ничего не знал и не мог понять, материк это или остров. Чудом спасшись от шторма, он лежал на песке. Что ему было делать? Прежде всего необходимо было проявить необыкновенную активность. Он обошел окрестности и понял, что попал на остров. Затем обнаружил обломки корабля, вытащил те вещи, которые можно было спасти. Нашел место для сна, достаточно безопасное, чтобы защититься от хищников. Позднее он узнает, что опасных зверей и птиц на острове нет. Но тогда... тогда он ничего этого не знал.

Однако представьте себе, что он просто впал бы в депрессию, остался валяться на берегу. Несомненно, его бы ожидала смерть.

Первая стадия «малой спирали» эволюции сознания, на которую указывает *Раху* в Овне, предполагает невероятную активность. Если мы находимся на первом витке малой спирали, нам следует прикладывать огромные усилия во всех начинаниях нашей жизни, избегая пассивности. Разрешается даже «набивать себе шишки» — то есть действовать методом проб и ошибок. Ни в коем случае нельзя руководствоваться принципом «Семь раз отмерь, один раз отрежь». Мы не должны взвешивать, проявлять излишнюю гибкость или неуверенность в себе, опускать руки и впадать в уныние, поддаваться страху и избегать предложенных Судьбой испытаний. Что бы ни случилось, нам следует стремиться вперед, бороться до конца. «И вечный бой — покой нам только снится», «пришел, увидел, победил» — вот жизненные принципы человека, у которого *Раху* находится в Овне. Следует не беспокоиться об очень дальних целях, но руководствоваться складывающимися в данный момент обстоятельствами, научиться перестраиваться на ходу. Такой личности предназначено быть по своей природе настоящим воином — *кшатрием*. Он может отдавать свою энергию на благо другим, не беспокоясь о себе.

Стадия материальной стабилизации

Эта стадия эволюции не означает, что человек должен превратиться в материалиста, тянуть одеяло на себя, хватать все подряд и зарабатывать деньги любой ценой. Он просто должен добиться некой материальной стабильности в «мире», в котором он очутился. Вспомним опять Робинзона Крузо. Он построил себе дом — настоящую крепость, где мог чувствовать себя в безопасности. Он обнаружил на разбитом корабле небольшое количество семян и стал их культивировать. Робинзон пек хлеб, занимался охотой, разводил коз. Таким образом, он создал свой мир. Это и есть стадия материальной стабилизации. Тот, кто достиг такого уровня, станет заниматься материальной деятельностью. Обычно такие личности подвергаются несправедливой критике со стороны религиозных деятелей, которые говорят: «Ты должен отречься от своих экономических устремлений, все бросить и пойти заниматься медитацией!» Но как раз этого-то такой человек делать не должен, ибо тем самым он разрушит всю свою жизнь. К сожалению, в наши дни слово «духовность» воспринимается как медитация или следование определенному религиозному ритуалу. На самом же деле это означает «изменение сознания». На этой стадии эволюции человеку не рекомендуется вести хаотичный образ жизни, рисковать, пускаться «во все тяжкие», принимать так называемые отречения и аскезы. Ему необходимо культивировать *артху*, то есть развивать свой талант и реализовывать его в обществе, стремясь к материальному процветанию. Он должен быть ближе к домашнему очагу, испытывать тепло и комфорт во всех смыслах. Самые важные качества такого человека — стабильность и постоянство. Он должен развивать гармонию в семье, любить свою жену и детей. *Раху* в Тельце указывает человеку на данную кармиче-скую задачу. Для мужчин на этой стадии развития лучше заниматься каким-то одним делом (ремеслом). Для женщин предпочтительнее домашняя работа и забота о ближних.

Стадия ученичества

Если на первой стадии эволюции познание окружающего мира было довольно поверхностным, ибо нужно было просто удержаться на плаву, выжить в новых условиях, то на третьем витке жизнь ставит задачу очень глубокого обучения. *Раху* в созвездии Близнецов указывает на то, что мы должны будем учиться всему от рождения до смерти.

Робинзон Крузо очень внимательно изучил флору и фауну, продолжительность различных сезонов года, возможность культивирования различных сельскохозяйственных растений, а также примерное расположение острова в океане. Он научился делать то, что ему никогда в жизни не приходилось. (Мы могли бы и дальше проводить сравнение 12 стадий эволюции сознания с замечательной книгой Даниеля Дефо, однако предлагаем внимательно прочитать ее нашим читателям и сделать это самим.)

Здесь очень важно научиться слышать других. Древние мудрецы называли такое состояние внимательностью к Богу. А для этого необходимо развить в себе скромность и терпение.

Однажды в дом к великому поэту пришел старый друг его отца и начал читать стихи собственного сочинения. В них заключалась большая мудрость, однако хромали рифма и размер. Великий поэт встал, чтобы поприветствовать гостя и все время сидел потом перед ним в почтительной позе ученика. Друзья спросили поэта, почему он так поступает, и он ответил:

— Тот, кто утрачивает смирение, близок к падению.

Вся Вселенная может быть для человека Учителем. Он просто должен напитываться информацией и постоянно раскладывать ее по полочкам. Он должен преодолеть гордыню, зависть, осуждение, суесловие и стремление к славе. Он должен больше слушать и больше понимать. Ему следует научиться контролировать свою речь. Также важно познать различные ремесла и уметь все делать своими руками. Периодически ему придется «сдавать экзамены». На него будут постоянно обрушиваться огромные потоки информации, из которых он должен будет выбирать для себя главное. Ему следует избегать учить других и пытаться быть лидером. Для него очень важно найти в жизни духовного наставника. Как правило, эти люди имеют склонность к изучению языков. Они могут работать в сфере информации, из них получаются неплохие программисты, журналисты, писатели и менеджеры. В любом случае их работа не должна быть связана с однообразной деятельностью.

Стадия эгрегорной стабилизации

На четвертую стадию указывает, согласно таблицам эфемерид, положение *Раху* в созвездии Рака. Эгрегор — это коллективная энергоинформационная матрица, объединяющая людей одного рода, нации, города, страны, партии или религии. Любой человек, связанный с определенным эгрегором, постоянно находится с ним в состоянии энергоинформационного обмена. Многие наши решения подсознательно принимаются нами из-за влияния эгрегора. Когда нам не хватает энергии, мы получаем ее от эгрегора, когда у нас избыток энергии — мы отдаем ее эгрегору. После смерти вся информация о нас как личности в данном воплощении полностью переписывается на матрицы тех эгрегоров, с которыми мы были связаны. Чем древнее эгрегор, тем он могущественнее, так как он накапливает гигантский запас информации и энергии. Но для этого он должен быть действующим, живым. Эгрегоры многих исчезнувших родов и религий практически недоступны для нас. Но пока есть хоть один связанный с ним человек, эгрегор будет существовать и оказывать влияние на нашу планету.

При воплощении на этой стадии эволюции человек должен обязательно примкнуть к определенной традиции. Он должен научиться служить определенному эгрегору, которым может быть определенная религия, партия или род. Ему следует быть патриотом своей страны. Если эволюцию души сравнить с продвижением войск по территории противника, то эта стадия связана с укреплением собственных тылов. Для такого человека гораздо важнее прошлое, а не будущее. Он все время должен оглядываться назад, анализировать свой пройденный путь, уметь делать правильные выводы. Ему следует развиваться в основном внутрь, а не вовне. То есть быть интровертом, а не экстравертом. Со стороны даже может показаться, что он никуда не идет, не развивается, стоит на месте, однако его внутренний

процесс при этом необыкновенно богат. Ему не следует оставаться одному, для него очень важна семья и его род. Желательно даже, чтобы он знал свою родо-словную и возрождал традиции своего рода. Он постоянно должен учитывать свой пройденный путь, и лучше всего это делать каждый день. Ему следует проводить свой вечер в размышлениях о прошедшем и анализировать свои ошибки. Он может «стирать» события, которые сыграли неблагоприятное влияние в этот день. Такому человеку следует изучать философию и историю. Ему противопоказаны излишний аскетизм и отречение; любые цели его должны быть соразмерны с его окружением. Такие личности могут быть «пассионариями» вновь возрождающихся эгрегоров.

Стадия эгрегорного лидерства

Раху во Льве является показателем рождения человека именно на пятом витке «малой спирали» эволюции сознания. Теперь перед ним поставлено очень много задач. Прежде всего он должен стать настоящим лидером. Ему необходимо быть в буквальном смысле «отцом» для своих подданных. В наши дни, к сожалению, понятие «человека власти» сильно дискредитировано: чуть ли не каждый человек, занимающий контролирующее положение, тут же начинает упиваться властью, эксплуатирует свой народ, разбазаривает или крадет казну, требует, чтобы его прославляли, навешивает на свою грудь десятки орденов и т. п.

Тиран спросил святого старца:

— Какой способ поклонения Богу самый лучший?

— Для тебя — полуденный сон, когда ты не можешь обижать своих подданных.

На самом деле истинный лидер — прежде всего слуга своих подчиненных. Он должен научиться любить тех, кто у него в подчинении — жителей государства, города или работников фабрики. У них своя жизнь, свои повседневные заботы или проблемы. Однако лидер должен знать, что творится в их душах. Ему следует выплеснуть свою внутреннюю жизнь в социум. В каком-то смысле он не принадлежит себе. И если ему вдруг придется наказать кого-то, то следует это сделать так, как делает хороший отец, наказывая своих детей. Он любит их, и он всегда к ним справедлив. Такой человек должен научиться принимать ответственность за каждого из подчиненных. Обычно лидерами (или, как их раньше называли, *кшатриями*) становились люди с выраженной пассионарной активностью. В канонах говорится, что любая власть приходит от Бога, и это действительно так. Эгрегор выбирает среди людей, связанных с ним, человека с сильной коллективной волей и помогает ему выдвинуться. Другое дело, что пассионарий может не справиться с поставленными задачами и падает вниз, вынужденный начать процесс эволюции с самых первых стадий. Иногда ему предоставляется шанс повторить попытку, а иногда необходимо все начинать с начала.

На этой стадии он не имеет права снять с себя ответственность за своих подданных, даже если ответственность эта для него очень тяжела или почему-либо невыгодна. Социальный он деятель или религиозный, ему предстоит нести свой «крест» до конца.

Люди, находящиеся на пятом витке «малой спирали» могут становиться лидерами во всех сферах социума, им также следует обратить особое внимание на отношение к детям (например, они могут быть хорошими воспитателями). Но и в семейной жизни, даже при сильной социальной занятости, им следует уделять много внимания своим детям.

Стадия служения

На этот этап эволюции сознания указывает положение *Раху* в созвездии Девы. Научиться быть лидером гораздо легче, чем слугой. Поэтому стадия лидерства предшествует стадии служения. Необходимо преодолеть в себе гордыню и неуравновешенность. Человек должен стать смиренным, терпеливым, трудолюбивым, организованным и достаточно реалистичным. Нельзя витать в облаках, заниматься «маниловщиной», опираться исключительно на свою интуицию. Несмотря ни на что, должен доминировать «холодный» рассудок. Не обязательно служить какому-то правителю; можно посвятить

свою жизнь определенному делу (ремеслу) и взять на себя большую ответственность за это. На данном этапе человек не может сказать, что ему что-то показалось или он что-то почувствовал, получил какой-либо знак. Он должен очень отчетливо понимать, что от него требуется. Если его озарило какой-то идеей, он должен доказать ее состоятельность и жизнеспособность по крайней мере самому себе. Так, например, Менделеев должен был логически обосновать открывшийся ему во сне периодический закон элементов.

Такому человеку следует научиться управлять своим временем и никогда не опаздывать, быть очень пунктуальным. Необходимо уделить особое внимание своему питанию, так как употребление неподходящих продуктов может привести этих людей к более серьезным последствиям, чем других. Такие люди могут быть хорошими учеными, исследователями, математиками, программистами, врачами западной медицины, микробиологами и детективами.

Стадия материальной гармонии

Несмотря на то, что речь идет о духовной эволюции, эта стадия называется стадией материальной гармонии. Люди, у которых *Раху* находится в созвездии Весов, принимают срединный путь развития, для коего как раз и уместен девиз: «Семь раз отмерь, один раз отрежь». Не рекомендуются любые проявления агрессии или поспешности, неосторожности, бездумного риска и безответственности, так как из-за всего этого человек может попасть под очень жесткий прессинг. Ему ни в коем случае нельзя пробивать головой стены; напротив, он должен научиться необыкновенной гибкости, дипломатии и равновесию. Ошибки ему не простятся. У него должен быть хорошо развит внутренний стержень. Находясь на этой стадии, он должен ясно понимать, что безвыходных ситуаций не бывает. В любых его планах должно найтись место стратегическому расчету.

Жил в одном городе очень влиятельный, жестокий и жадный человек, который не гнушался никакими, самыми бесчестными способами прикарманить чужое добро. В очередной раз от него пострадал старый школьный учитель, почтенный и уважаемый человек. Подручные негодя состряпали подложный вексель, по которому несчастный старик был вынужден выплатить сотню золотых монет — все сбережения за долгую жизнь. Один из его бывших учеников, узнав о подобном бесчинстве, решил восстановить справедливость. Проведав о том, что настоящей страстью богатого пройдохи являются всяческие запоры и задвижки, призванные оберегать его сокровищницу, он решил нанести визит хозяину. На все имевшиеся деньги юноша купил в соседнем городе на базаре тяжеленный замок и постучался в ворота. Охранник, увидев, что пришел продавец замков, поспешил доложить об этом своему хозяину.

Юношу привели в богато обставленную комнату, посреди которой возвышалось огромное ложе, а на нем — необъятной толщины хозяин дома. Ни о чем не спрашивая, он жадно выхватил замок из рук юноши, с минуту рассматривал его, а затем пренебрежительно фыркнул.

— Товар неплох, но замок на моей сокровищнице в десять раз надежнее!

— Господин мой! Этот замок, что ты держишь в руках, делал лучший мастер в нашей стране, и стоит он восемнадцать золотых монет!

— Да что ты говоришь!? А я заплатил за свой замок двадцать семь золотых, и купил его в заморских краях!

— Однако, господин мой, у вашего замка ключ наверняка не такой хитрый, как у моего!

— Все, мне надоели эти пустые разговоры! Проваливай!

— Готов спорить, что мой замок лучше вашего. Если это не так, я отдам вам свой бесплатно.

— Ха-ха! Ты, надеюсь, понимаешь, что я не подпущу тебя к своей сокровищнице, чтобы сравнить замки! Но ключ показать могу.

С этими словами толстяк снял с жирной шеи золотую цепочку с болтающимся на ней ключом замысловатой формы и, крепко держась за цепочку обеими руками, разрешил потрогать ключ своему гостю. Юноше не составило особого труда сделать с ключа слепок, используя заранее спрятанный в кулаке кусочек хлебного мякиша.

— Ну что, убедился, молокосос? Давай свой замочек и проваливай, наконец! Не будешь в следующий раз со мной спорить. А твой замок мне как раз пригодится. Обожаю дармовщину! Повешу его на дверь дома вместо старого, в котором ключ начал заедать!

Юноше не составило особого труда сделать ключ по полученному слепку. Далее предстояла более сложная работа. Дело в том, что забор, окружавший дом богача, был слишком высок, и перелезть через него не представлялось возможным. Однако во дворе дома находился колодец. За весь следующий месяц юноша прорыл подземный ход, начинавшийся из печки в общественных банях и выходящий прямо в колодец, как раз над самой водой. Глухой безлунной ночью юноша пробрался по этому ходу в колодец, вскарабкался наверх и, воспользовавшись вторым ключом от проданного богачу замка, отпер входную дверь. Затем он прокрался к сокровищнице и быстро справился с ее замком с помощью ключа, сделанного по слепку. Взяв ровно сотню и еще восемнадцать золотых монет, он выбрался из дома, снова влез в колодец и исчез.

Наутро пропажа раскрылась, и в доме купца поднялся такой шум, что к нему стал сбегаться народ с соседних улиц. Появилась и городская стража и стала выяснять, куда могли подеваться деньги, и кто мог их похитить? Наконец и стражники, и купец решили, что воры — это старик-эконом и его сыновья, прислуживавшие богачу. Действительно, кто же еще, кроме них, мог забраться в хозяйскую сокровищницу? Ведь только они трое имели доступ во все помещения дома. А ключ, видно, похитили у хозяина, когда тот крепко спал. Бедняг схватили и начали их пытаться.

Тогда юноша, который все это время находился в толпе зевак, выступил вперед и крикнул, что это он, и никто иной, похитил деньги. Купец тут же подскочил к нему и потребовал вернуть похищенное.

— А оно здесь, во дворе, спрятано на дне колодца. Дай мне веревку, я обвяжусь ею, спущусь в колодец, подниму мешок с золотом, а там — будь, что будет...

Стражники, не мешкая, принесли длинную веревку, юноша обвязался ею, другой конец веревки дал стражникам, спустился в колодец, быстро обрезал веревку и... был таков. Скрылся через подземный ход — только его и видели.

Ждали стражники, ждали — ни знака, ни голоса никто не подает. Тогда спустили еще кого-то в колодец, и тут выяснилось, что у самой воды есть подземный ход, ведущий в баню.

Кто-то из толпы рассмеялся:

— Вот это — ловкий парень, ничего не скажешь! И сам ушел, и деньги унес, и безвинных спас! (От себя добавим: и справедливость восстановил!)

Такому человеку следует гармонизировать свою жизнь во всех аспектах. Он должен научиться добиваться равновесия между «небом» и «землей». Очень благоприятны для нормализации гомеостаза (постоянства внутренней среды органи-зма) этих личностей занятия *киннаравидьей* (специальная аюрведическая гимнастика на лошадях). Им стоит работать в области юриспруденции, дипломатии, косметологии, дизайна, *фэн-шуй* и психологии.

Первые семь витков эволюции сознания являются, по сути, процессом мирного обучения души. Дальше начинаются серьезная «проверка на прочность» и сильнейшие испытания. Тот, кто не прошел эти стадии, может очень быстро оказаться в самом начале своего пути. Ему предоставляются новые попытки, прежде чем будет позволено вновь держать самый суровый экзамен жизни.

Итак, как только мы видим положение *Rahu* в гороскопе в созвездии Скорпиона, мы должны знать, что жизнь такого человека подвергнется проверкам и испытаниям Судьбы. Пришло время показать на практике, на что мы способны, чему мы научились за предыдущие семь воплощений.

Представьте себе, что вы построили корабль. Вы так долго и упорно трудились... Но выдержит ли это судно первый шторм, одолеет ли оно страшные рифы, и не опустит ли руки его команда в момент опасности? Если человек не сможет понять, что его девизом является «Чем хуже, тем лучше», этот виток эволюции сознания может превратить его жизнь в полный кошмар! Он будет все время взывать к Богу или Вселенной с просьбой о помощи, не зная того, что его судьба находится в его собственных руках. Между тем он может совершенно спокойно идти на риск, пробовать самые запретные плоды, встречать смерть лицом к лицу. Он должен приобрести железную закалку и прочность. И главное — полностью победить страх, стать похожим на главного героя романа Джека Лондона «Морской Волк», который, попав на шхуну жестокого капитана, должен был выжить в нечеловеческих условиях, чтобы добиться успеха в жизни — стать настоящим «морским волком».

Эта стадия похожа на занятия виндсерфингом, когда спортсмен балансирует на волнах не для того, чтобы не утонуть, а для того, чтобы получить удовольствие от риска и испытания. Поэтому такие личности всегда ожидают самую большую волну в своей жизни. Они часто говорят: «Покоя нет! Покой нам только снится!»

Они могут выбирать для себя различные профессии, связанные с риском и смертью (каскадеры, представители силовых ведомств, врачи-реаниматологи и врачи нетрадиционной медицины, спортсмены).

Те, кто не прошел испытаний Судьбы на этой стадии, всегда возвращается на первую ступень «малой спирали» эволюции сознания.

Стадия учительства

Показателем этой стадии является положение *Rahu* в Стрельце. Такой человек имеет карму учителя. Суть ее в том, что он становится проводником информации, знания, исходящего от определенного эгрегора. Практически ему приходится учить других людей своему собственному опыту, приобретенному на предыдущих стадиях развития. Он не просто прочитал о чем-нибудь, посетил какие-либо лекции и затем получил доступ к определенной аудитории. Нет, он пропустил все это через свое сердце и теперь готов поделиться знанием с другими. Он должен обязательно получить высшее образование, и, возможно, даже не одно. Здесь нельзя проявлять инфантильность и говорить: «я не могу» или «я не способен». Человек с кармической природой учителя не принадлежит самому себе, у него нет выходных. Он работает целыми днями, постоянно делясь своими наработками. Он в буквальном смысле «умирает, стоя на ногах».

Для таких людей очень благоприятны путешествия и знакомства с различными культурами мира.

В социальном плане такой человек может связать свою профессию с преподавательской деятельностью. Он также может стать политиком, который проводит идеи определенных социальных и религиозных обществ во благо людских масс.

Он должен избегать гордыни, чувства превосходства над окружающими и отношения к ним, как «винтикам в машине общества». Но если он не пройдет этой стадии, то, несомненно, отправится на третий виток эволюции сознания, дабы вновь поучиться многим наукам и ремеслам.

Мимо старого школьного учителя проезжала блестящая кавалькада всадников, во главе которой ехали царь и его сын. Принц, накрыв седло своего коня шкурой барса, горделиво поглядывал по сторонам. Царь подозвал к себе учителя и попросил дать принцу напутствие.

— О, юноша, — молвил учитель, — барс не сумел сохранить эту шкуру. Долго ли она будет украшать твое седло? Стоит ли этим так гордиться?

Царь поразился мудрости этих слов и пригласил учителя во дворец. За всю дорогу до дворца тот не произнес и нескольких слов, но внимательно прислушивался к разговорам придворных.

— Почему ты так мало говоришь и много слушаешь? — спросил царь, когда они приехали и расположились в одной из комнат дворца.

— Потому, что мне даны два уха и один язык, — ответил старик, — значит, надо слушать вдвое больше, чем говорить.

— Мне очень нравится общаться с тобой. Я хочу подарить тебе тысячу золотых монет.

— Если ты мне их не подаришь, — отвечал учитель, — мне будет лучше, ведь тогда я не буду тебе ничем обязан.

— В таком случае я нанимаю тебя в качестве моего придворного советника, и буду выплачивать тебе за это жалованье, но при условии, что сможешь ответить на десять любых моих вопросов.

— Вряд ли я смогу сделать это.

— Но ведь я собираюсь платить тебе большое жалованье за твою службу!

— Ты собираешься платить мне жалованье за то, что я знаю. А если бы я получал жалованье за то, чего не знаю, то всего мира не хватило бы на уплату.

— Воистину, твои мудрость и скромность безграничны, и поэтому я, пожалуй, назначу тебя главным начальником всех учебных заведений в стране.

— Я недостойн этого.

— Объясни, почему.

— Я ответил тебе, что я недостойн, и после этих моих слов ты уже не можешь сделать меня главным начальником всех учебных заведений. Ведь если я сказал правду, то действительно недостойн, а если я солгал, то я — лжец, а лжецов главными учителями не делают.

Стадия программирования цели

Раху в созвездии Козерога указывает на достижение десятого витка «малой спирали» эволюции сознания. На этом этапе человек должен задуматься: а куда мне идти дальше? Необходимо научиться достигать любой поставленной цели. Все незначительное и сиюминутное следует отвергнуть. Для этого потребуются изрядный аскетизм, отречение, сильная воля и терпение. Возможно, он будет одиночкой, концентрируя в себе весь опыт и знания жизни. Его девизом является: «Только вперед!» Такому человеку не следует особо задумываться над своим прошлым и пытаться вернуться в него, а также сожалеть о содеянном. Ему не рекомендуется очень сильно «зацикливаться» на своих чувствах.

Здесь дается уникальная способность «шахматного мышления» — возможность просчитывать свою жизнь на много ходов вперед. Девиз «поживем — увидим» ему совершенно не подходит. Он не имеет права быть бесплодным фантазером. Он должен определенно знать, что с ним будет через год, десять лет или полстолетия.

Лучше всего ему быть космополитом, ибо привязанность к определенной традиции или религии может сломать всю его жизнь. Главное, что он должен понять, — что он сам является творцом своей судьбы. *Буддхи-карма* на данном этапе приобретает особую значимость. Когда мы думаем о чем-то очень напряженно или желаем чего-то, или если слишком этого боимся, — энергия Вселенной сгущается вокруг нашей мысли и на материальном уровне реализует все наши планы и мечты.

В социальном отношении такие люди часто становятся проводниками различных идей, прокладывают новые пути и являются *ачарьями* (теми, кто учит других на собственном примере). В духовном отношении они часто выбирают для себя путь *нивритти-марга* (монашества и полного отречения от материальной деятельности).

Стадия открытия сердца

На одиннадцатый виток «малой спирали» указывает положение *Раху* в Водолее. Данный этап предваряет стадию развития любви и духовной гармонии, поэтому она крайне важна для каждого. Чтобы научиться любить, необходимо сначала открыть свое сердце. Необходимо научиться принимать каждого таким, какой он есть, не оценивать и осуждать, а просто принимать. Этому человеку следует познать настоящую дружбу. Он должен увидеть в каждой личности персонификацию того или иного таланта Бога. Ему не следует ставить других в определенные социальные или религиозные рамки. Необходимо отойти от любых условных понятий. Человек должен знать, что нет многих богов, а есть лишь один Господь для всех, что нет многих религий, но лишь одна для всех — Любовь. «Свобода, равенство и братство» — таков девиз личности, достигшей одиннадцатой стадии «малой спирали» эволюции сознания.

В большой деревне появился вор, который крал все подряд: сохнувшее белье с веревок, гусей из птичников, клубнику с огородов и многое другое. Все попытки жителей деревни поймать вора оказались безуспешными. Тогда обратились за помощью к святому отшельнику, что жил в лесной чаще. Тот пообещал помочь и очень скоро понял, что обворовывает крестьян восьмилетний мальчик, оставшийся сиротой около года назад, которому нечем было питаться и прикрывать наготу. Рассвирепевшие жители деревни требовали над ним немедленной расправы, не взирая ни на какие смягчающие обстоятельства. Однако отшельник не позволил обижать ребенка. Он сделал так, что мальчика повсюду стал сопровождать звон колокольчика. Естественно, что после этого он уже не мог заниматься воровством и пришел к отшельнику, который одел его и накормил, а позднее сделал своим учеником.

Следует научиться отделять «живую» воду от «мертвой», истину от лжи, злаки от плевел. Нужно избегать анархии-зма, беспринципности и эгоцентризма, но всегда иметь собственное мнение, свой внутренний стержень и не поддаваться «стадному чувству».

В жизни лучше играть роль независимого человека, то есть быть «свободным художником», не вступая в тесный контакт с различными эгрегорами. Следует раскрыть все богатство своей души и научиться понимать других не умом, а сердцем.

В профессиональном плане этим людям лучше работать либо индивидуально, либо в компании друзей, где отношения построены на полном доверии друг к другу.

Стадия духовной гармонии

Положение *Раху* в созвездии Рыб указывает на человека, который фактически должен превратить себя в «клеточку» Вселенной. Подобно тому, как каждая клетка нашего тела имеет сотни рецепторов, подчиняясь различным гормонам, ферментам и биологически активным веществам, мы, используя свои 350 тысяч каналов *нади* (энергоинформационных каналов), должны влиться во всеобщую гармонию Вселенной, наполнив себя любовью, радостью и счастьем. Если мы достигли этой стадии, нам необходимо избавиться от излишнего прагматизма и интеллектуальных игр. Здесь будет важным постоянное ощущение вселенского и земного потоков, самонастройка на различные космические ритмы, способность извлечь необходимую информацию из своих снов и знаков, предоставляемых обитателями мира *Сварга* и Богом. Жизнь на данной стадии приобретает характер мистерии. Человек должен использовать весь свой опыт предыдущих воплощений, чтобы научиться любить поистине каждого — человек ли это, животное, растение, насекомое или даже представитель мира неорганики. Человек, подобно губке, впитывает в себя буквально все, что происходит вокруг, переваривает это и выплескивает в окружающий мир в форме одного из видов творчества.

Особую роль приобретают различные виды духовных практик, прежде всего медитация. Благоприятно также заниматься музыкой, живописью, *фэн-шуй*, поэзией, танцами, театральным искусством и психологией. Эти люди также имеют способности к фитотерапии, гомеопатии, иглоукалыванию и другим методам восточной медицины. Некоторые из них становятся «серыми кардиналами» в социальных и религиозных эгрегорах, избегая официальных постов и титулов.

Достигший совершенства на 12 витке малой спирали эволюции переходит в следующем рождении на новый, более высокий уровень сознания.

Так гласят каноны древних *вайдьев*, описывающих совершенство человеческой души.

Глава 3. Строение человеческого тела (начало)

Аюрведическая медицина в своем системном подходе к человеку опирается на одно из глобальных направлений ведической философии — *Санкхья*, согласно которому во всей нашей Вселенной существует 8 миллионов 400 тысяч форм жизни. Современная биология называет жизнью «определённый способ существования пуриновых и пиримидиновых оснований (белковых тел)». Ведическая же система знаний определяет жизнь как форму существования души — *дживатмы* или *дживы* (отсюда семантическая связь санскритского слова «*джива*» и русского «жизнь»). Таким образом, биология — лишь часть науки о жизни, более правильным и точным названием которой было бы «*дживалогия*». Каждая душа, проходя путь эволюции в материальном мире, в зависимости от уровня своего сознания последовательно занимает те или иные ниши во Вселенной, которыми являются формы или виды жизни, тождественные ступеням сознания. Живые существа, находящиеся на одной ступени сознания, могут в то же время иметь различные тела и формы в зависимости от планеты и среды обитания. Телесные оболочки души состоят из всевозможных комбинаций «грубых» и «тонких» элементов материи. Белковые формы жизни, описываемые современной биологией, составляют лишь незначительную часть форм и видов, заселяющих планеты, подобные Земле.

Человеческое тело состоит из пяти основных оболочек: анатомической (*анна-майя-коша*), эфирной (*прана-майя-коша*), ментальной (*гьяна-майя-коша*), интеллектуальной (*вигьяна-майя-коша*) и причинной (*ананда-майя-коша*). Предметом изучения современной западной медицины является только первая — телесная, Аюрведа же рассматривает все пять оболочек (в некоторых трактатах человек описывается как *триединство* духа — *дживы*, души — «тонкого» тела, психики и «грубого», плотного тела).

«Грубое» тело

Строение физического и эфирного тел

«Грубое» тело состоит из двух оболочек — анатомической (*анна-шарира*) и эфирной (*прана-шарира*) — и представляет собой достаточно сложную «биологическую машину». Согласно системе знаний *Санкхья* основу этой «машины» составляют первоэлементы «земля», «вода», «огонь», «воздух» и «эфир» в определенных сочетаниях.

Всевозможные комбинации «грубых» материальных элементов порождают всё разнообразие форм и видов человека, из 400 000 которых, описанных в *Санкхье*, мы будем рассматривать только *Ното sapiens* и строение его тела.

Анна-шарира буквально переводится как «тело пищи», поскольку существует за счет энергии продуктов питания. Все ткани этого тела синтезируются и поддерживаются благодаря органическим веществам, минеральным солям и микроэлементам, извлекаемым из пищи. Длительный отказ от нее неизбежно приводит к разрушению плотного тела. *Анна-шарира* является самой «грубой», телесной оболочкой, легко доступной для восприятия нашими органами чувств. Ее устройство и функционирование подробно описаны в современных анатомии, биохимии и физиологии. Древним

аюрведическим врачам была также хорошо известна анатомия, что подтверждается уникальными хирургическими операциями на мозге и других жизненно важных органах, которые выполнялись много тысячелетий назад.

Согласно Аюрведе, *анна-шарира* состоит из семи главных тканей (*дхату*), которые суть:

- *раса* (жидкостные среды организма, главные из которых — плазма крови и лимфа);
- *ракта* (клеточные элементы крови — эритроциты, лейкоциты, лимфоциты и тромбоциты);
- *мамса* (мышцы и сухожилия);
- *меда* (жировая ткань);
- *астха* (кости, хрящи, зубы, кожа и межуточная ткань);
- *маджа* (костный мозг и нервная ткань);
- *шукра* (репродуктивная ткань).

Каждая из *дхату* содержит «упакованный» в вещество «внутренний огонь» — *агни*, необходимый для постоянного процесса обмена и регенерации тканей. Аюрведа описывает цикл трансформации одной ткани в другую. Каждая предыдущая *дхату* создает питание для последующей, и в результате этого метаболизма возникают так называемые «вторичные» продукты. При обмене между *расой* и *рактотой* образуется слизь, которая участвует в защите слизистых оболочек от внешних повреждений. При обмене между *рактотой* и *мамсой* образуется желчь; выделяемая печенью в двенадцатиперстную кишку, она участвует в пищеварении и удаляется с каловыми массами. При обмене между *мамсой* и *медой* образуется сера, которая накапливается в наружных отверстиях нашего тела. При обмене между *медой* и *астхи* образуется пот, участвующий в регулировании жидкостного и теплового баланса организма и удаляемый через кожу. При обмене между *астхи* и *маджой* образуются ногти и волосы. При обмене между *маджой* и *шукрой* образуются слёзы (поэтому блеск глаз характеризует состояние нейроэндокринной системы).

Из различных комбинаций семи *дхату* строятся все органы и каналы анатомического тела. Каналами *анна-шариры* являются так называемые *шроты*, из коих выделяются 12 основных:

- *Пранаваха-шроты*, доставляющие кислород (фактически соответствуют различным отделам дыхательной системы: носоглотке, гортани, трахее, бронхам).
- *Аннаваха-шроты*, переносящие питательные вещества (желудок, двенадцатиперстная кишка, тонкий и толстый кишечник).
- *Расаваха-шроты*, переносящие лимфу (лимфатические сосуды).
- *Рактаваха-шроты*, переносящие кровь (кровеносная система: магистральные артерии и вены).
- *Мамсаваха-шроты*, обеспечивающие нормальную работу и регенерацию мышц (соответствуют мотонейронам и мышечным капиллярам).
- *Медаваха-шроты*, снабжающие жировую и соединительную ткань (внутриорганный сосудистый система).
- *Астхиваха-шроты*, снабжающие костную ткань (соответствуют надкостнице и системе внутрикостного кровообращения).
- *Маджаваха-шроты* — каналы нервной системы (соответствуют периферическим нервам).

- *Шукраваха-шроты* — каналы репродуктивной системы (пути выделения семени и яйцеклетки).
- *Пуришаваха-шроты*, отвечающие за выведение фекалий (сигмовидная и прямая кишка).
- *Мутраваха-шроты*, отвечающие за выведение мочи (мочеточники и мочевого пузыря).
- *Шведаваха-шроты*, отвечающие за выделение пота и секрецию сальных желез.

У женщин существует еще одна важная разновидность каналов, называемая *станьяваха* и обеспечивающая лактацию молочных желёз.

Современная медицина, со своей стороны, выделяет шесть основных систем анатомического тела: нейроэндокринную, сердечно-сосудистую, дыхательную, желудочно-кишечную, мочеполовую и опорно-двигательную. Как будет ясно позднее, *анна-шарира* является вспомогательным механизмом «тонкого» тела, его логическим продолжением в земном мире.

Прана-шарира или эфирное тело, представляет собой биофизическое поле, имеющее неоднородную структуру. Его также можно отнести к «грубому», плотному телу, поскольку оно, как и *анна-шарира*, воспринимается органами чувств и фиксируется приборами. Некоторые люди с развитой чувствительностью, так называемые «экстрасенсы», способны видеть его в форме тонкой световой ауры или ощущать с помощью осязания. Подобные навыки могут быть развиты посредством специальных тренировок многими людьми, поэтому термин «экстрасенс» не вполне уместен.

Эфирное тело является энергоинформационной матрицей анатомического тела и полностью повторяет контуры *анна-шариры*. Это относится в равной степени к человеку, животному, птице или дереву. Подтверждением тому является «эффект Кирлиан» (фото- и киносъемка *прана-шариры* в электрическом поле высокой напряжённости); сегодня его называют еще газоразрядной визуализацией или биоэлектрографией.

Эфирное тело составляют *стхула-прана-коша* (информационная оболочка) и *сукшма-прана-коша* (энергетическая оболочка).

Стхула-прана-коша контролирует все физиологические процессы организма, обеспечивая постоянство его внутренней среды (гомеостаз), а также осуществляет прямую и обратную связь между «грубым» и «тонким» телами. На уровне эфирного тела в тонкой форме представлены все органы и системы *анна-шариры*, имеющей «струнную» структуру. Каждая «струна» работает в своем частотном режиме, являясь своего рода стандартом для соответствующего её резонансу органа анатомического тела. В китайской медицине их называют каналами акупунктуры. Подобно камертону, эти каналы постоянно создают настройку различных физиологических систем и регулируют подачу энергии в те или иные зоны *анна-шариры*. В них заложена информация о том, как должны правильно развиваться и функционировать все тканевые структуры и ферменты организма. Они находятся в частотном резонансе с *праабдха-кармой* (кармической программой), задающей ритм всему телу, подобно дирижеру оркестра (об этом речь пойдет ниже). Кроме того, эти каналы подчиняются циркадным (суточным), лунным, планетным и иным космическим циклам. Совершенно неверно называть их «энергетическими меридианами», поскольку энергии тела перемещаются не по ним, как иногда принято считать, а по другим каналам. Но управление энергией действительно принадлежит им.

Эти меридианы были описаны в «*Сомарадже*» — древнем аюрведическом каноне, появившемся на несколько тысячелетий раньше, чем первые каноны китайской и тибетской медицины. Позже описание *стхула-* и *сукшма-*каналов встречается в «*Сушрута-самхите*», «*Мармарахасьянгал*» и «*Марманиданам*».

Существует двенадцать парных информационных каналов-меридианов и два интеграционных. Названия меридианов, как правило, не совсем точно отражают выполняемые ими функции. Они непосредственно связаны с различными отделами нейроэндокринной системы, управляющими соответствующими

органами и системами анатомического тела. Их ход совпадает с основными периферическими нервами верхних и нижних конечностей, что объясняется универсальным законом тождества во Вселенной.

На каждой конечности имеется по шести каналов (информационных струн). Три канала проецируются на внутреннюю, и три — на наружную поверхность рук и ног. Расположение интеграционных каналов совпадает с локализацией спинного мозга. Выделяют также две группы дополнительных меридианов: шесть так называемых «чудесных» и пятнадцать «коллатеральных». Локализация и функции информационных каналов достаточно подробно описаны в различных руководствах по акупунктуре и китайской медицине, мы же перечислим лишь основные:

- «*Меридиан сердца*» управляет корой головного мозга, гипоталамо-гипофизарной и сердечно-сосудистой системами, потоотделением, восприятием запахов. Фактически в подчинении этого меридиана находятся все вегетативные органы.
- «*Меридиан тонкого кишечника*» контролирует пищеварение на уровне двенадцатиперстной кишки и тонкого кишечника, всасывание воды в толстом кишечнике и деятельность симпатической нервной системы (в управлении ею принимают участие все *ян*-меридианы).
- «*Меридиан легких*» управляет дыхательной системой и обеспечивает кислородом все *дхату*, контролирует состояние кожных покровов и волос, регулирует циркуляцию жидкостей и энергии, направляя их вниз, удаляет эндогенные токсины и избыток слизи через легкие и кожу, а также имеет отношение к контролю над парасимпатической нервной системой (в управлении последней принимают участие все *инь*-меридианы).
- «*Меридиан толстого кишечника*» обеспечивает эвакуацию отходов пищеварения, избытка слизи и эндотоксинов через нижние отделы кишечника и участвует в работе мочеполовой системы.
- «*Меридиан печени*», кроме управления функциями данного органа, контролирует метаболизм и регенерацию семи *дхату*, удерживает энергию тела в равновесии, регулирует процесс кровотока, обеспечивающий все органы и ткани кровью в соответствии с их физиологической активностью, контролирует состояние сухожилий и связочного аппарата суставов, управляет глазами и подкорковыми зонами головного мозга.
- «*Меридиан желчного пузыря*» управляет функциями этого органа и подкорковыми зонами мозга.
- «*Меридиан селезенки*» отвечает за нормальную работу поджелудочной железы и селезенки, за процесс пищеварения и усвоение питательных веществ тканями организма, за распределение энергии, получаемой из пищи, и за транспортировку жидкостей, контролирует состояние крови, мышц, подкожной жировой клетчатки и эндотелия сосудов, управляя гормонами анаболического действия.
- «*Меридиан желудка*» управляет функциями этого органа и метаболизмом соединительной ткани.
- «*Меридиан почек*» отвечает за функционирование мочеполовой системы и надпочечников, контролирует состояние *астхи* (костей, хрящей, зубов, ногтей), *маджы* (костного мозга и нервной ткани), *шукры* (репродуктивной ткани) и ведает использованием *оджаса* (жизненной энергии, получаемой в момент зачатия). Считается, что левый меридиан «почек» в основном имеет отношение к мочевой системе, а правый — к половой и гормональной.
- «*Меридиан мочевого пузыря*» в большей степени имеет отношение к функциям спинного мозга, нежели к одноименному органу.
- «*Меридиан перикарда*» не имеет непосредственного отношения к сердечной сумке, он выполняет функцию защиты семи *дхату*. Каждая ткань представляет собой энергию (*агни*), упакованную в вещество определенной плотности. Этот меридиан не позволяет *агни* выходить из *дхату*. Иначе говоря, «перикард» управляет гормонами и ферментами, отвечающими за процессы анаболизма.

• «*Меридиан трех огней* или *трех обогревателей*», как принято его называть в китайской традиции, имеет противоположные функции. Он как бы распаковывает *дхату* и извлекает из них энергию, т.е. контролирует процессы катаболизма и имеет отношение в основном к гормональной системе.

Два интеграционных меридиана — «переднесрединный» и «заднесрединный» — управляют спинным мозгом и вегетативными функциями всех органов и систем организма.

Таким образом, головной и спинной мозг являются своего рода кибернетическим приемным устройством, воспринимающим и преобразующим сигналы, исходящие от *стхула-прана-коши*. Мозг подобен телевизору, который сам по себе не создает образов и звуков, а лишь трансформирует в изображение электромагнитные волны, передаваемые телевизионной станцией.

Сукшма-прана-коша является энергетической оболочкой человеческого тела. Она представляет собой не менее сложную, чем *стхула-прана-коша*, систему, состоящую из энергетических каналов *нади*, связанных с особыми энергоинформационными сферами — *чакрами*. В ведических канонах говорится о 49 чакрах. Семь главных *чакр* и пять *чакр* второго круга расположены на центральной линии тела, соответствующей, как уже было сказано выше, каналу *сушумна*. Еще 16 *чакр* второго круга проецируются в области ладоней, стоп и крупных суставов.

Чакры обладают способностью накапливать и преобразовывать определенные типы энергий, используемых организмом в различных целях. *Чакры* первого круга обеспечивают связь нейроэндокринной системы с различными отделами психики («тонкого» тела). *Чакры* второго круга, с одной стороны, обеспечивают нормальное функционирование суставов и позвоночника, включают при необходимости локальную систему саморегуляции, а с другой — осуществляют автономный контроль всех жизненно важных органов и тканей. Кстати, важнейшие зоны — *мармы* — расположены в районе всех крупных суставов и связаны с конкретными органами.

Следующие 21 *чакра* — третьего круга — являются «камертонными» центрами внутренних органов. Каждый из них имеет свой энергоинформационный центр, активизирующийся в случае нарушения структуры или функции тканей, входящих в его состав. *Чакры* обеспечивают также выведение из органов продуктов неполного метаболизма (об этом рассказывается в древнем каноне «*Сомараджа*»).

Чакры, напоминающие вращающиеся сферы, настроены на соответствующие частотные резонансы микрокосма (информационные каналы, физиологические системы, органы, ткани) и макрокосма (Солнце, Луна, планеты, звёзды и другие космические тела). От *чакр* отходят многочисленные энергетические каналы *нади* подобно тому, как от дерева отходят сотни и тысячи веток, побегов и листьев. В аюрведических канонах упоминается 350 тысяч *нади*, три из которых называются главными и 107 — основными. Посредством *нади* человек связан со всеми слоями Вселенной и их обитателями. Каналы *нади* проецируются на поверхность кожи человека в виде пяти биологически активных точек (каждая из которых связана с одним из первоэлементов: «эфир», «воздух», «огонь», «вода» и «земля»), образующих зоны *мармы*. В школе Сушруты эти зоны используются для *мармавидьи* — точечного массажа, иглоукалывания, гирудотерапии и пчелужаления. Каждое живое существо в материальном мире имеет *сукшма-прана-кошу*. Так реализуется закон всеобщего единства Вселенной.

Главный канал *нади* называется *сушумной*. Физиологически он проецируется на позвоночник, хотя на самом деле находится в совершенно ином пространстве. В ведической традиции его сравнивают с горой *Меру* (космической осью). *Сушумна* соединяет все центральные чакры между собой. Рядом с ним расположены еще два энергетических канала — *ида* и *пингала*, — направляющие восходящий и нисходящий потоки энергии, вращающиеся вокруг *сушумны*.

Пингала — правовращающийся *нади* (движется по часовой стрелке), он связан с солнечной энергией (*сурья-нади*), нисходящим вселенским потоком. Эту энергию в разных традициях называют по-разному: «ха», «ян» или «ра»; без неё не может функционировать нейроэндокринная система, точно так же, как телевизор не может работать без электрической энергии.

Ида — левовращающийся *нади* (движение против часовой стрелки), он связан с Землей (*чандра-нади*). По этому каналу мы получаем отраженную солнечную энергию, называемую «*тха*» или «*инь*». Согласно философии *Санкхья* все видимые объекты материального мира отражают в различных спектрах энергию Солнца. Эта отраженная энергия может компенсировать в какой-то степени недостаток солнечной энергии. «*Ха*» (*ян*) обладает согревающим, преобразующим и активизирующим действием, «*тха*» (*инь*) — охлаждающим, стабилизирующим и тормозящим. Однако благодаря центральному каналу *сушумна* эти противоположные по свойствам энергии способны преобразовываться одна в другую. При избытке «*ян*» переходит в «*инь*» и, соответственно, «*инь*» — в «*ян*».

У всех биологических видов (даже у растений) существуют эти каналы, благодаря которым поддерживается гомеостаз внутренней среды организма. У мужчин, как правило, сильнее активизирован нисходящий поток, поэтому они более динамичны, чем женщины, склонны к борьбе и психофизиологической агрессии, к состязаниям, к преобразованиям, к высокой социальной активности. У женщин же доминирует восходящий поток, что дарует им большее постоянство и устойчивость к внешним воздействиям, пластичность психофизиологических реакций, но при этом и некоторую инертность.

Муладхара-чакра является одной из наиболее важных энергетических структур организма. Именно здесь «хранится» невосполнимая энергия тела, называемая *оджас* (китайцы ее именуют *юань-ци*). Мы получаем *оджас* в момент зачатия и активно используем только в период внутриутробного развития и роста. В канонах говорится, что пока человек не истощил свой *оджас*, ему не грозят старость, многочисленные болезни и смерть. *Оджас* является основой иммунитета (устойчивости организма к болезням) и гомеостаза (постоянства внутренней среды), а также нашими естественными биологическими часами. «*Аштанга-хридая-самхита*» говорит, что с каждым ударом сердца мы теряем каплю *оджаса*. Когда возникают экстремальные обстоятельства, тяжелые травмы и болезни, угрожающие жизни, организм мобилизует все энергетические возможности, в том числе и *оджас*. Уменьшение егона две трети приводит к старости, а истощение вызывает смерть. Организм постоянно использует для своих потребностей энергию, получаемую из внешних источников — света, воздуха, пищи и других. Если в определенных обстоятельствах запасов энергии не хватает, то используется *оджас*. Значит, *муладхара-чакра* является гарантией энергетической устойчивости организма, и именно поэтому ее связывают с первоэлементом «земля».

Оджас напрямую связан с молекулой ДНК, находящейся в клеточном ядре. Именно ДНК содержит информацию о том, как должна правильно функционировать клетка: какие биологически активные вещества синтезировать, на какие гормоны и факторы роста реагировать, как выводить «шлаки», как противостоять разным разрушительным факторам и как размножаться. Кроме того, на уровне ДНК закодирована информация обо всех тканях и органах тела. При каждом делении клетки молекула ДНК теряет часть своих звеньев-теломеров (т.е. утрачивает долю закодированной информации), что приводит к естественному старению организма. Поэтому именно ДНК является нашими биологическими часами. Таким образом, *муладхара-чакра* контролирует работу каждого клеточного ядра. От состояния этого энергоинформационного центра зависит величина потери теломеров ДНК и ее возможная регенерация (самовосстановление). Кроме того, *муладхара-чакра* управляет восходящим земным потоком, и ее блокировка неизбежно приводит к резкому снижению иммунитета. Существуют некоторые растения, способные гармонизировать *муладхара-чакру*. Среди них особо следует отметить *харитаки* (*Mirobalan hebula*), входящую в состав большинства аюрведических фиторецептур (например, «*Чаванпраш*», «*Трифала-гуггул*», «*Йогаарадж-гуггул*»). *Муладхара-чакра* проецируется в районе промежности между анусом и наружными половыми органами.

Люди, у которых преобладает влияние *муладхара-чакры*, имеют необыкновенную физическую силу и выносливость, но, как правило, не очень развиты духовно и интеллектуально. Они живут в основном эгоистическими интересами, склонны к накопительству (даже тех вещей, которые им не очень нужны) и мало интересуются проблемами других. Не имея развитого воображения и творческих способностей, они охотно выполняют одну и ту же несложную работу, не требующую особой сообразительности (например, на конвейере). Они могут питаться любой пищей, даже плохо приготовленной и испорченной, и при этом достаточно редко болеют. Они инертны, находятся в полусонном состоянии

даже днём, не испытывают сильных переживаний. Можно сказать, что они не вполне осознают окружающую их действительность.

Свадхистхана-чакра является центром накопления и трансмутации энергии *шакти* (иногда ее неправильно называют сексуальной энергией), которая, подобно воде, может принимать три агрегатных состояния: накапливаться в *муладхара-чакре* (твёрдое), использоваться при половом акте (жидкое) или трансформироваться в творческий потенциал (газообразное). Поэтому *свадхистхана-чакру* связывают с первоэлементом «вода». В первом случае накопление энергии защищает *оджас* и позволяет долго сохранять молодость. Но для этого требуется «лед» — то есть человек должен победить сексуальные желания на уровне ума и полностью преодолеть страсть.

Существует четыре состояния сознания:

- *тамас* — состояние, при котором человек находится в полусне (например, под действием наркотиков или алкоголя), «плывет по течению», не осознает окружающей действительности и, в определенном смысле, безумен;
- *раджас* — состояние страсти, когда человек полностью зависит от любых побуждений своего ума и чувств, преисполнен энергии. Однако его желания не соответствуют его возможностям и не приносят удовлетворения (и в данном случае он также не может верно осознавать происходящее с ним);
- *саттва* — состояние умиротворения, праведности, мирозерцания, ясности разума и контроля над чувствами, ощущение самоудовлетворенности;
- *ниргуна (пратьяхара)* — состояние отвлеченности чувств от объектов чувств. Человек как бы наблюдает за окружающим миром и самим собой со стороны, однако ничто не оказывается незамеченным. Его ум подобен свече в безветренную погоду, он счастлив от абсолютного внутреннего спокойствия, он способен видеть помыслы других людей и воспринимать любую информацию из любой точки Вселенной. В данном состоянии большую часть времени обычно находятся йоги и великие мудрецы.

В одном из этих четырех состояний сознания мы можем находиться от нескольких секунд до нескольких часов; от того, какое из них преобладает, будет зависеть проявление нашей природы.

Если мы войдем в состояние *ниргуны*, то энергия *шакти* немедленно направится в *муладхара-чакру*.

Шакти в так называемом «жидком» состоянии обеспечит, в основном, процесс зачатия и перейдет к противоположному полу, т.е. осуществится своеобразный энергообмен между мужчиной и женщиной. У мужчин, как правило, доминирует *тингала* (янский *нади*), а у женщин — *ида* (иньский *нади*). Половой акт приводит к выравниванию работы главных *нади*, правда, ценой больших энергопотерь. Несбалансированность половых отношений, сексуальные извращения или слишком активная половая жизнь приводят к общему энергетическому истощению и чрезмерным затратам *оджаса* со всеми вытекающими последствиями.

Шакти в так называемом «газообразном» состоянии используется для исполнения различных материальных желаний. Любые наши желания (даже подсознательные) превращаются в мыслеобразы (элементалы), которые, подобно спутникам планет, вращаются вокруг нас. Однако только очень сильные желания превращаются в страсть, когда человек «горит» какой-то идеей. Вода под действием огня закипает и превращается в пар, а соединение элементала желания с энергией *шакти* порождает страсть, заставляет человека, даже помимо его воли, следовать определенному пути. Если же он не достигает желаемого, то в следующем рождении неизбежно будет вновь стремиться осуществить задуманное. Более того, Вселенной ему будет создан режим наибольшего благоприятствования. Это будет отражено в его натальной карте гороскопа и в виде знаков на его теле и ладонях. Зная об этом, человек может преодолеть влияние так называемого «фатума».

Любое воплощение замыслов, сопровождающееся вдохновением и высокой активностью, приводит к «закипанию» энергии *шакти*. Она поступает по *сушумне* в верхние *чакры*, которые обеспечивают функционирование коры головного мозга. Люди, пребывающие в таком состоянии, как правило, естественным образом снижают свои половые потребности. В частности, если человек выполняет тяжелую физическую работу, то сексуальная энергия переходит в *манипура-чакру*. Именно поэтому в монастырях Юго-Восточной Азии послушников обычно обязывают пахать на быках даже в очень сильную жару или занимают каким-либо иным тяжелым трудом — ведь они еще не умеют управлять своей энергией *шакти*. Если человек активно занимается какой-либо творческой деятельностью, то *шакти* переходит в *вишудха-чакру*. Любые интенсивные исследования или обучение приводят к трансформации энергии в *агья-чакру*. Однако если у человека открыто сердце, то *шакти* без всяких усилий с его стороны переходит в нежность, искренность и дружелюбие, направляясь в *аннахата-чакру*. С помощью достаточного количества *шакти* можно совершать чудеса и исцелять других.

Если человек не использует и не преобразует свою энергию *шакти* тем или иным образом, то перегрузка *свадхистхана-чакры* приводит к многочисленным недомоганиям: заболеваниям почек, тонкого и толстого кишечника, печени, поджелудочной железы, к хроническому простатиту и аденоме предстательной железы (у мужчин), фибромиомам матки, эндометриозу, поликистозу яичников, мастопатиям, спорадическому зубу (у женщин). Эта *чакра* проецируется в районе IV-V поясничных позвонков и распространяет своё влияние в основном на органы малого таза и почек.

Люди, у которых преобладает влияние *свадхистхана-чакры*, живут прежде всего своими эмоциями. Они верят в то и стремятся лишь к тому, что могут непосредственно увидеть, потрогать или попробовать. Очень впечатлительные и переменчивые в настроениях, они не используют в своей жизни логику и осознание окружающего мира. Чаще они живут одним днем, плывут по воле волн, как травинка по реке. Им свойственны суеверия. Они подвержены «стадному чувству». Они совершенно непрактичны, но очень чувствительны. Они имеют большую привязанность к сексуальным наслаждениям и очень плодовиты. Им свойственна зависимость настроения от лунных циклов. Как правило, они быстро вырабатывают свои внутренние ресурсы.

Манипура-чакра преобразует и накапливает энергию, получаемую в процессе пищеварения и дыхания. Под действием определенных ферментов желудка, поджелудочной железы, тонкого кишечника и желчи (*джатар-агни* — «огня пищеварения») пища разделяется на так называемый «прозрачный сок» и «мутный осадок». «Прозрачный сок», проходя через печень, превращается в *расу* (плазму крови и лимфу), а «мутный осадок» выводится толстым кишечником наружу. *Раса*, накапливая глюкозу и жирные кислоты, доставляет их всем тканям организма, где под действием кислорода происходит синтез АТФ (главного энергетического субстрата анатомического тела). Оставшаяся глюкоза утилизируется в форме гликогена печенью и мышцами или превращается в жиры. Все эти процессы находятся под контролем *манипура-чакры*. Ее энергия обеспечивает всю двигательную активность тела. Она является центром первоэлемента «огонь», управляет всеми видами *агни* и работой клеточных митохондрий. Иначе говоря, ей подчиняется вся кинетическая энергия организма. *Манипура* локализуется в районе солнечного сплетения.

Те, у кого преобладает влияние *манипура-чакры*, невероятно активны. Они постоянно находятся в водовороте событий. Правда, их действия весьма хаотичны, а усилия не соответствуют получаемым результатам. Они очень сильно привязаны к объектам чувств. Их не удовлетворяют только еда, сон и сексуальные наслаждения. Они жаждут власти, силы, богатства, почестей, славы и ради этого тратят колоссальное количество энергии. Вся их жизнь — бег на длинную дистанцию. Им просто некогда задумываться о сущности бытия. Им присущи эгоцентризм, гордость и высокомерие. Они весьма неумеренны в чувственных наслаждениях, правда, стараются сделать их как можно более изысканными. Стремясь к достижению поставленных целей, они полностью забывают о себе, становятся невероятно терпеливыми и выносливыми. Они прекрасные бойцы. Чаще всего их жизнь заканчивается внезапно.

Анахата-чакра является центром, сублимирующим все виды энергии, получаемой человеком, — открытой энергоинформационной и биологической системой, постоянно обменивающейся различными видами энергии с объектами окружающего мира. Когда, взаимодействуя с окружающими, человек настроен на проявление доброжелательности, искренности и сострадания, он получает возможность для

развития всего потенциала *анахата-чакры*. Через этот центр проявляется природа индивидуальной души и Бога. Человек — единственное живое существо материального мира, способное не только испытывать, но и культивировать любовь. *Анахата* является почвой, на которую попадают семена любви. Здесь можно вырастить целый сад, который будет приносить замечательные плоды, приносящие радость и счастье окружающим. Лицемерие, страх, корысть, ненависть и равнодушие не дают раскрыться лотосу *анахата-чакры* и проявиться энергии любви, которая является сущностью нашей духовной природы. К сожалению, в наш век люди, особенно городские жители, общаются между собой на очень низком, бессердечном уровне. Идя по улице или находясь в автобусе, они не воспринимают окружающих их людей личностями, поэтому общение зачастую наполняется ложью, гордыней, равнодушием, лицемерием, завистью и злобой. Начало взаимоотношений мужчины и женщины часто основано лишь на страсти; связь через сердце при этом потеряна. Позднее они создадут семью, в которой не будет любви. Рожденные у них дети уже с ранних лет лишатся этой божественной энергии, и возникнет «проблема отцов и детей».

Постепенно люди утрачивают способность также и к дружбе, и к другим проявлениям любви, они начинают брать пример с неких отрицательных «героев» — безжалостных, черствых, насмехающихся над любыми проявлениями добрых чувств. И тогда их сердце полностью закрывается.

Анахата-чакра тесным образом связана с сердечно-сосудистой системой и вилочковой железой, и её пониженная активность часто приводит к кардиологическим проблемам и аутоиммунным заболеваниям. Однако если наши взаимоотношения с людьми построены правильно, то мы всегда будем испытывать радость от общения и постоянное желание отдавать другим все, что мы имеем. Поскольку сфера общения связана с первоэлементом «воздух», *анахата-чакра* считается центром этой стихии. Она проецируется в районе V-VI грудных позвонков, немного правее грудины.

Люди, у которых преобладает влияние *анахата-чакры*, имеют открытое сердце. Они очень искренни и просты в своем поведении. От них исходит необыкновенное душевное тепло. Они добры и милосердны, уважают других и всегда стараются помочь страждущим. Они доброжелательны, общаются со всеми на равных, независимо от возраста и социального положения. В личной жизни удовлетворяются малым. Очень трудолюбивы, любят творческий подход, вкладывают всю душу в то дело, которое выполняют. Обычно они говорят окружающим правду, но стараются не ранить их сердце. В религиозных практиках часто идут путем *бхакти* (развитие личных отношений с Богом на основе дружбы и любви). Бог и все небесные иерархи очень благоволят таким людям, даже если они не слишком развиты духовно и не обладают большим интеллектом.

Вишудха-чакра сублимирует энергию, получаемую при соприкосновении органов чувств с окружающим миром. Чувства находятся на уровне «тонкого» тела, а в физическом теле имеют свои органы: глаза, уши, нос, кожу и язык. При соприкосновении чувств с внешними объектами (формой, цветом, звуком, запахом, вкусом и другими) происходит перенос энергии этих объектов в энергоинформационное тело. Именно она и накапливается в *вишудха-чакре* — энергия, получаемая в процессе восприятия окружающего мира и имеющая не меньшую значимость, чем энергия дыхания и пищеварения. Без нее невозможна нормальная работа нейроэндокринной и информационной систем тела (подобно тому, как без электричества не может функционировать компьютер). Например, когда прямой или отраженный солнечный свет попадает на сетчатку глаза, происходит сложный биохимический процесс преобразования энергии света в энергию нервной системы.

Различные виды искусства, проявленные в социуме, призваны гармонизировать человека через соответствующие ощущения. Таким образом, проявление человеком творчества во всех областях жизни очень тесно связано с активностью *вишудха-чакры*. Поскольку чувства являются главным источником информации для человека, первоэлемент «эфир» оказывает наиболее сильное влияние на эту *чакру*.

Вишудха-чакра проецируется в районе щитовидной железы. С одной стороны, она связана с органами чувств и подкорковыми зонами мозга, а с другой — с ментальным телом (*манасом* и *индриями*).

Те, у которых преобладает влияние *вишудха-чакры*, отличаются высокими творческими способностями. Это люди искусства — музыканты, художники, скульпторы, поэты и актеры. Они прекрасно владеют

своим голосом и обладают способностью передавать любую информацию, преобразуя ее в соответствующую форму. Они могут заниматься различными ремеслами, которые требуют творческого и неординарного подхода, и не выносят стандартов и монотонной деятельности. Эрудированные и очень общительные, они мало интересуются бытовыми и финансовыми проблемами, любят «витать в облаках» и, как правило, плохо адаптированы к социальным условиям.

Аджна-чакра преобразует и накапливает энергию, которая способствует процессу логического мышления (активный анализ и синтез информации). Этот центр обеспечивает функционирование клеток коры головного мозга, являющейся приёмным устройством *вигьяна-шариры* (интеллектуального тела человека). *Аджна-чакра* получает энергию через тонкое тело и преобразует кинетическую энергию *манипуры*, а при больших умственных нагрузках — еще и *свадхистханы*. Некоторая часть этой энергии может быть сублимирована и использована нижними чакрами. Иначе говоря, процесс мышления также является источником энергии для тела — так, многие ученые во время активной мыслительной работы ощущают большой прилив сил.

Аджна-чакра проецируется в районе межбровья. Эта *чакра* в большей степени связана с левым полушарием головного мозга.

Люди, у которых преобладает влияние *аджна-чакры*, имеют хорошо развитый интеллект и логическое мышление. В жизни их больше всего интересует знание. Среди них много ученых и философов. Их жилища заполнены научными книгами и журналами. Они исследуют все проявления жизни, имеют развитое мышление, но их чувствительность и интуиция, как правило, слабо развиты, ведь верят они лишь в то, что можно подтвердить экспериментально или пощупать руками. Впрочем, некоторые из них становятся мудрецами, познав истину. Их вера, как правило, основывается на собственном опыте, знаниях и наблюдениях за окружающим миром. В духовном смысле они обычно выбирают путь *гьяны* (культивирование духовного знания с постепенным пониманием своего изначального положения по отношению к Богу и законов Вселенной). Обычно они избегают личных отношений с Богом, воспринимая Его как Абсолютную Истину.

Сахасрара-чакра относится к так называемому «эгрегорному центру». Эгрегор является коллективным энергоинформационным полем, объединяющим различные общности людей в единую систему. Существуют эгрегоры семьи, города, страны, нации, политической партии, религиозной школы, планеты и даже Вселенной. Человек может находиться под влиянием сразу нескольких из них и постоянно, сознает он это или нет, служит определенному эгрегору, обмениваясь с ним энергией и информацией. Чем больше времени существует эгрегор, и чем большее количество людей он объединяет, тем больше его энергетическая мощь. Становясь последователем определенной духовно-религиозной традиции, человек тут же получает поддержку и защиту соответствующего эгрегора. Эта энергия сублимируется *сахасрара-чакрой* и обеспечивает соответствующие потребности тела. В дальнейшем эгрегор требует конкретного служения. На этом этапе человек должен не только брать, но и давать что-то взамен. Энергетическая поддержка теперь зависит от его усилий. Если он не выполняет поставленных перед ним задач, то связь с эгрегором ослабевает. Люди, которые самоотверженно отдают себя служению эгрегору, находятся в постоянном энергоинформационном потоке, удовлетворяя потребности своего тела и ума. Абстрактное мышление, творчество, медитация и ясновидение связаны с функционированием *сахасрара-чакры*. Контакт с высшими силами природы невозможен без раскрытия ее. Если этот центр заблокирован, человек лишается некоей поддержки свыше. Нарушается движение нисходящего потока, человек становится слишком приземленным, сфера его интересов сильно сужается. Он утрачивает память, а иногда и разум.

Сахасрара-чакра проецируется в районе *брахмарандры* — места сращения затылочной и двух теменных костей (отверстие большого родничка). Эта *чакра* в большей степени связана с правым полушарием головного мозга.

Люди, у которых преобладает влияние *сахасрара-чакры*, встречаются в этом мире не очень часто. Это всегда выдающиеся личности, проводники различных эгрегоров. Л.Н. Гумилев называл их пассионариями. Они оказывают сильное влияние на ход истории, им дана способность воодушевлять и вдохновлять других, за ними следуют сотни и тысячи людей. Некоторые из них, осознанно или нет,

выполняют задачи небесной иерархии, поэтому могут получить неограниченные возможности. Будь они даже злыми гениями, пока они не выполнят своей миссии, никто не сможет с ними ничего сделать. Они находятся под сильной защитой, их жизнь и судьба не принадлежит им. Некоторые из них являются проводниками воли Бога, и тогда их называют пророками и святыми. Эти люди могут творить чудеса, ибо им даны такие сила и энергия свыше.

Чакры второго круга делятся на две группы — центральные и суставные. Центральная группа (пять *чакр*) создает поддержку энергоинформационных центров первого круга, отвечает за регенерацию межпозвоночных дисков и функционирование соответствующих сегментов спинного мозга. Первая *чакра* проецируется в районе II-III шейных позвонков и контролирует шейный отдел позвоночника. Вторая — в районе II-IV грудных позвонков и контролирует грудной отдел позвоночника. Третья расположена между II и IV поясничными позвонками и контролирует, соответственно, поясничный отдел. Четвертая находится в центре крестца, а пятая — чуть ниже копчика. Кстати, именно пятую *чакру* связывают с управлением мистической энергией *кундалини*, природа которой до сих пор не ясна. Пробуждение этой энергии вызывает активизацию всех *агни* (катаболических процессов), которые могут привести к полному распаду физического тела. Считается, что йоги в момент смерти именно с помощью энергии *кундалини* сжигают свое тело и отправляются в мир *Сварги*.

Суставные *чакры*, с одной стороны, обеспечивают нормальную работу суставов (поскольку все элементы сустава постоянно испытывают динамические нагрузки и повреждения, необходима регулярная их «поднастройка» и регенерация). С другой стороны, минуя центры головного и спинного мозга, они влияют на все функциональные системы организма (*шроты*). Кстати, каждая *чакра* второго круга, проецируясь на поверхность физического тела, образует по две *марма*-зоны (внутренняя и наружная), которые используются в Аюрведе при акупунктуре, точечном массаже, прижигании, гирудотерапии и пчелужалении. Выполняя вращательные движения на суставах, мы активизируем соответствующую *чакру* второго круга, включая самонастройку тех или иных систем организма (дыхательной, пищеварительной, кроветворной или иных).

Чакры третьего круга (21 центр) расположены в проекции всех паренхиматозных (головной мозг, легкие, печень, поджелудочная железа, селезенка, почки, матка — у женщин и предстательная железа — у мужчин, наружные половые органы) и полых органов (сердце, гортань, трахея, бронхи, пищевод, желудок, 12-перстная кишка, желчный пузырь, тонкий кишечник, толстый кишечник, сигмовидная и прямая кишка, мочевого пузырь). Они являются своеобразными камертонами, обеспечивающими правильную работу всех жизненно важных органов. В случае нарушения функции органа или развития в нем патологического процесса *чакры* третьего круга включают механизмы саморегуляции и детоксикации. Кстати, все аюрведические фиторецептуры обязательно содержат соответствующие растения-активаторы той или иной *чакры* третьего круга, называемые также «проводниками». Например, если мы лечим хронический или острый гепатит, то должны, кроме необходимых лекарственных растений, добавить в фиторецептуру шафран, являющийся активатором печеночной *чакры*. При заболеваниях почек используется кардамон, а при патологии сердца — мускатный орех с гвоздикой, при заболеваниях легких — бамбуковая манна или анис, при поражении желудка — пиппали (длинный перец) или лист подорожника. Большинство же фармакологических препаратов подавляют *чакры* третьего круга, вызывая тем самым зависимость и еще большую хронизацию процесса.

Глава 3.

Строение человеческого тела (продолжение)

«Тонкое» тело

«Тонкое» тело человека, или психика, состоит из трех оболочек, покрывающих душу (*дживу* — наше индивидуальное «я»). Это *гьяна-шарира* (астроментальная оболочка), *вигьяна-шарира* (интеллектуальное тело или покров мудрости) и *ананда-шарира* (причинное тело).

«Тонкое» тело по своему строению и функциям чем-то напоминает современный компьютер, но более сложно организованный. *Гьяна-шарира* представляет как бы сам процессор. *Вигьяна-шарира* — панель управления компьютером. *Ананда-шарира* — монитор, куда проецируется информация в форме

различных изображений и символов. Такая аналогия, как нам кажется, позволяет лучше понять современному человеку сущность и предназначение «тонкого» тела.

Свое название оно получило благодаря тому, что состоит из столь тонкой материи, что ее невозможно определить с помощью каких-либо приборов или органов чувств. Иногда встречаются люди, которые утверждают, что, обладая экстрасенсорным восприятием, могут считывать информацию с «тонких» оболочек души. Некоторые из них заявляют даже, что «могут видеть» ум, интеллект и причинное тело. Однако, с точки зрения ведических канонов, такие способности человеку недоступны. В последние годы, правда, делаются попытки создать приборы, сканирующие информацию с психики человека. Возможно ли это? И да, и нет. Дело в том, что «тонкое» тело проецируется на «грубое» (эфирное и физическое). Снимая информацию с соответствующих зон, можно косвенно оценить состояние психики.

Философия *Санкхья*, систематизированная мудрецом Капилой, утверждает, что психика присуща всему живому в этом мире: бактериям, насекомым, рыбам, растениям, птицам, животным, человеку и полубогам. Все они имеют аналогично устроенные «тонкие» тела. Однако, в зависимости от стадии эволюции сознания живого существа, возможности психики различаются: чем выше уровень сознания, тем большими возможностями она обладает, тем больше она организована и устойчива. «Грубое» тело (энергоинформационная оболочка и нейроэндокринная система как управляющая часть физического тела) является приемным устройством психики. Попробуем представить себе телевизионную станцию, которая транслирует передачи высочайшего качества по нескольким десяткам каналов. Возможность увидеть эти программы будет зависеть от модели вашего телевизора. У кого-то — старый черно-белый, принимающий лишь три-четыре канала. Другой имеет простой цветной телевизор с ограниченной цветовой гаммой и диапазоном программ. Третий, владелец японской модели, смотрит передачи с безупречным качеством изображения. А четвертый, ко всему прочему, использует еще и спутниковую антенну и таким образом имеет доступ к нескольким сотням каналов. Иначе говоря, в зависимости от положения живого существа в той или иной эволюционной нише, «тонкое» тело имеет большее или меньшее число так называемых «блокировок», не позволяющих ему на данном уровне сознания реализовать все потенциальные возможности психики. Согласно ведической философии психика живого существа не разрушается в момент смерти. Все, что было наработано, весь опыт, навыки, знание будет сохранено для дальнейшего самосовершенствования. Но «эволюционные блоки» не позволяют нам использовать на данном уровне своего развития весь гигантский потенциал психики. Даже трудно себе представить, что бы мог натворить современный человек, имея возможности обитателей высших миров. Представьте, что может случиться, если дать ребенку в руки пульт управления ядерными ракетами. Ведическая философия сравнивает «тонкое» тело с зернышком, в котором потенциально содержится огромное дерево, способное рождать плоды с удивительным вкусом.

Итак, «тонкое» тело человека состоит из трех оболочек, тесно взаимосвязанных. Первая называется *гьяна-шарира*, или тело познания. Ее также называют астроментальным телом. *Гьяна-шариру* можно схематично представить, как пятиконечную звезду. В ее центре находится *манас* (ум), от которого отходят в разные стороны пять лучей — *индрий* (чувств): зрение, слух, обоняние, осязание и вкус. Во время пребывания души в физическом теле они могут проявлять себя только через органы чувств: глаза, уши, нос, кожу и язык, однако их природа очень тонка. Даже после смерти, когда душа вместе с эфирной и «тонкой» оболочками отделяется от тела, чувства сохраняют свою активность, хотя органы чувств могут быть разрушены. *Индрии*, подобно щупальцам, постоянно захватывают информацию из окружающего пространства. Как железо притягивается к магниту, так и *индрии* автоматически притягиваются к объектам чувств.

Зрение воспринимает шесть основных цветов: красный, оранжевый, желтый, зеленый, фиолетовый и синий. Слух — шесть основных полутонов музыкального ряда. Чувство вкуса воспринимает шесть его видов: сладкий, соленый, кислый, острый, горький и терпкий. Обоняние — шесть основных запахов, аналогичных вкусовым оттенкам. Осязание — шесть основных тактильных ощущений: тепло, холод, распирающее, давление, сжатие и трение. Комбинируясь между собой, все они создают бесконечную гамму ощущений.

Соединяясь с объектами материального мира, чувства захватывают не только определенную информацию, но и соответствующую энергию. Далее они доставляют все захваченное уму (*манасу*), где и возникают ощущения. Ум всеяден; в период бодрствования он постоянно поглощает информацию и энергию объектов чувств, а ночью — анализирует и раскладывает ее «по полочкам». В течение дня мы испытываем десятки, если не сотни тысяч ощущений; некоторые воспринимаются нами как негативные и вызывают страдания, другие приносят наслаждение. При этом у разных людей один и тот же объект чувств может вызывать совершенно противоположные ощущения. Например, одним нравится авокадо, а кому-то он напоминает вкус мыла. Часть людей восторгается джазовой музыкой, другие ее терпеть не могут. Ум старается отвергнуть неприятные ощущения и повторить те, что приносят удовольствия. Он управляет нашим физическим телом на подсознательном уровне. Местом его проекции являются подкорковые центры головного мозга. Если, проходя по улице мимо помойки, вы почувствовали неприятный для вас запах, в последующем ум заставит ваши ноги обойти ее стороной. Вы даже не будете задумываться над этим — все произойдет само собой. Точно так же, увидев красивую девушку на другой стороне улицы, вы можете по приказу ума перейти туда или даже изменить первоначальное направление своего пути. В течение дня подобные вещи могут происходить достаточно часто. Если мы задумаемся об этом явлении и будем постоянно наблюдать за собой, то сделаем для себя немало важных открытий.

Ум, подобно компьютеру, имеет множество программ, в ячейки которых (файлы) он записывает различную информацию. Любое наше желание немедленно превращается в так называемый «элементал» (мыслеобраз), имеющий определенную персонифицированную форму. Когда наши желания, мысли или поступки нарушают законы гармонии Вселенной или отбрасывают нас от выполнения своей *дхармы* (предписанного долга) и пути эволюции, элементал приобретает вид некоего монстра (как в фильмах ужасов или в компьютерных играх). Наоборот, благочестивые действия, светлые и добрые мысли, любовь и милосердие к другим, стремление к самореализации и выполнению своего кармического долга порождают элементалов, выглядящих подобно ангелам. Элементалы попадают в одну из матриц ума и сохраняются там в течение длительного периода времени, иногда — во множестве воплощений. Элементалы рождаются в период бодрствования, а ночью *манас* направляет их в соответствующий «файл». Очевидно, именно с этим явлением связана фаза сна со сновидениями. Ум поочередно открывает различные «файлы», пытаясь найти для нашего конкретного желания наиболее подходящее место. Каждый «файл» подобен недоснятому кинофильму. Новые элементалы, поступающие туда, увеличивают количество снятых кадров. Так созревают наши кармические программы. Часто сны выглядят как фантастические и сюрреалистические картины из-за того, что элементалы попадают не в «свою» программу. Тогда ум «вынимает» их и перемещает в другое место. Мир *манаса* бесконечен в своих проявлениях и красках. Когда человек видит сны, он наблюдает свои созревающие кармические программы. С этим связан феномен вещих снов, однако их разгадка очень сложна, так как чаще всего они имеют чисто символический смысл.

В момент смерти ум прокручивает наиболее зрелые кармические программы и выбирает одну из них, которая становится причиной следующего рождения. Иначе говоря, ум является полем деятельности живого существа, куда мы постоянно бросаем семена наших желаний, а затем своими поступками и стремлениями заставляем их прорасти, развиваться и давать плоды. Горькие они или сладкие — полностью зависит от нас. Это называется законом *кармы*. Некоторые наши желания реализуются очень быстро — в течение нескольких дней, месяцев или лет, иным же требуются сотни воплощений (все зависит от характера желаний и возможностей подтвердить их конкретными делами). Однако любые желания, даже самые невероятные, рано или поздно будут исполнены, поэтому ум называют также деревом желаний.

Часть людей под воздействием алкоголя или наркотиков способна видеть свои элементалы. В некоторых тантристских практиках используют наркотические растения для получения информации о состоянии своего астроментального поля. Негативные элементалы, в христианстве называемые бесами, создают различные греховные наклонности ума — гордыню, зависть, жадность, осуждение, злобу, ненависть, страх и другие. Эти отрицательные стереотипы, сформированные порой в прошлых рождениях, заставляют нас поступать в этой жизни вопреки своей совести и морально-этическим принципам. Именно поэтому ум называют также сатаной. Те, кто находятся под влиянием *тама-* и *раджа-гуны*, т.е. плывут по течению, не осознавая ни своей природы, ни природы и законов

окружающего мира, либо постоянно пребывают в страсти, стремясь удовлетворить все свои материальные желания, превращая свою жизнь в бег на длинную дистанцию — действуют вопреки своей духовной природе, нарушают законы гармонии Вселенной, приносят многочисленные страдания себе и другим. Очень трудно преодолеть влияние ума. Как сказал герой древнего эпоса «Махабхараты» Арджуна: «Легче остановить ураган, чем подчинить свой ум». Тем не менее, все религиозные писания и духовные авторитеты указывают, что если человек попытается сделать свою жизнь праведной, будет с твердостью следовать своей *дхарме*, заниматься духовными практиками и культивировать любовь в своем сердце, то несомненно победит свой ум и сделает его своим лучшим другом.

Вигьяна-шарира (интеллект), или *буддхи*, является управляющей системой «тонкого» тела. Благодаря ему мы способны манипулировать стереотипами ума, планировать деятельность, отказываться от нежелательных поступков, познавать окружающий мир, регулировать активность своего физического тела и контактировать в материальном мире с другими душами. С помощью интеллекта мы можем преодолеть влияние естественного течения жизни и даже бросить вызов Судьбе.

Интеллект устроен не менее сложно, чем ум (*манас*). Он состоит из пяти основных структур: познавательной, целевой, волевой, эгрегорной и творческой, каждая из которых подразделяется на два уровня. Первый уровень в той или иной степени развит у большинства людей (*Homo sapiens*). Второй уровень в полной мере раскрыт лишь у некоторых, что во многом зависит от ступени духовной эволюции человека и степени его пассионарности.

Познавательный интеллект имеет два центра (уровня познания).

Первый является центром логического мышления. Он дает способность выявлять связь между схожими предметами, явлениями и внутренними ощущениями, синтезировать получаемую от чувств информацию и анализировать ее методами индукции и дедукции, выполнять математические вычисления, использовать в общении с другими людьми вторую сигнальную систему, обучаться и извлекать необходимые сведения из своего ума. Таким образом, интеллект обладает лишь оперативной памятью; базовая память находится на ментальном уровне — *манасе*.

Высшей структурой познавательного интеллекта является центр, дающий нам способность получать информацию непосредственно из определенных матриц Вселенной, от обитателей мира *Сварги* и даже от Бога, минуя логическую цепь рассуждений. С этим центром связаны такие явления, как ясновиденье, прорицательство, телепатия и им подобные. Человек получает некую информацию, которую он не может сразу объяснить или доказать, поэтому ему приходится вначале принимать ее на веру и лишь затем убеждаться в ее правильности. Иногда это происходит во сне, иногда наяву, как прозрение. Некоторые ученые сделали свои открытия именно таким образом. Например, Менделеев увидел периодическую таблицу химических элементов во сне, и только через какое-то время смог научно обосновать существование этого закона.

Как правило, западные люди в большей степени используют в познании мира логический интеллект, поэтому они весьма прагматичны, им трудно что-либо принять на веру. На Востоке же проникновение в истину происходит в основном через высший источник, знание передается по цепочке ученической преемственности без доказательств и часто бывает излишне мистифицировано и окутано тайной; в основе познания — доверие к своему наставнику, которое, впрочем, как показывает жизнь, вполне оправдано. В идеале для достижения гармонии в познании мира необходима развитость и той, и другой структур интеллекта.

Целевой интеллект также состоит из двух структур. Первый центр (уровень) отвечает за постановку тактических (ближних, незначительных, повседневных) и стратегических (глобальных) целей. Как уже упоминалось ранее, ум постоянно заставляет нас повторять те ощущения, которые нам были когда-то приятны, либо стремиться к новым объектам чувств. Иначе говоря, десятки тысяч желаний постоянно активизируют наше ментальное поле. Как же установить среди них приоритетные? Как отказаться от менее значимых удовольствий ради более важных, глобальных? А как вообще действовать вопреки собственным желаниям, если к этому вынуждают законы общества, выполняемый долг или наставления духовного учителя? Вот именно для этого и предназначен первый центр целевого интеллекта.

Например, если человек хочет стать хорошим адвокатом, он должен сдать экзамены в университет, учиться пять лет, а затем еще и получить хорошую практику; все это время он вынужден отказываться от многих повседневных удовольствий во имя будущего. Надо сказать, что и животные обладают целевым интеллектом, в чем могут легко убедиться обладатели кошек или собак. Конечно, степень развития их интеллекта не так высока, но это не означает, что они живут, подчиняясь лишь своим инстинктам.

Высший центр целевого интеллекта является структурой, обеспечивающей детальную разработку программы, необходимой для выполнения поставленных задач. Человек, у которого эта функциональная часть *буддхи* хорошо развита, способен подобно шахматисту продумывать свои действия на много ходов вперед. Он будет учитывать каждую мелочь. Он сможет с поразительной точностью рассчитать время, необходимое для выполнения всех этапов на пути достижения цели. Поэтому он станет очень дорожить своим временем и отличаться необыкновенной пунктуальностью. Если же эта структура интеллекта развита недостаточно, человек, в лучшем случае, будет строить многочисленные планы, которые он не сможет выполнить в необходимые сроки или выполнит частично, поскольку не в состоянии будет учесть многие нюансы и определить, сколько времени ему понадобится для решения тех или иных задач. Он будет постоянно опаздывать. Он будет подобен альпинисту, решившему покорить вершину, но не взявшему с собой ни высокогорного снаряжения, ни спичек, ни продуктов питания и даже не обратившему внимания на специфику климата и пренебрегшему советами специалистов.

В худшем же случае такие люди живут лишь одним днем, являются пустыми мечтателями и не заботятся ни о последствиях своих действий, ни о своих обещаниях, ни о завтрашнем дне.

Волевой интеллект на первом уровне отвечает за индивидуальную волю, на втором (высшем) — за коллективную. Любые сознательные действия, направленные на выполнение тех или иных задач, связаны с работой первого центра. Для достижения цели часто необходимо отказаться от удовлетворения каких-то сиюминутных желаний либо совершить действия, не доставляющие удовольствия уму (*манасу*). Человек с развитым индивидуальным волевым интеллектом будет непреклонен и последователен в выполнении принимаемых им решений. Он на все будет иметь свою собственную точку зрения, которую станет отстаивать до конца. Он не будет подвержен внушению или каким-либо социально-религиозным влияниям, если только не примет их сам. Его будет очень трудно заставить изменить свое мировоззрение. В нем можно даже обнаружить излишнее упрямство и склонность к борьбе. В худшем же случае проявятся подверженность так называемому «стадному чувству», невыполнение даваемых обещаний, стремление плыть по течению, излишняя доверчивость и без-ответственность.

Высший центр волевого интеллекта развить намного сложнее. Его активность позволяет управлять большими массами людей и держать под контролем целые коллективы или даже эгрегоры (род, город, страну, нацию, партию или философско-религиозную школу). От такого человека исходит буквально магическое влияние. Он способен подчинять волю и ум своего окружения, а собственные идеи внедрять в сознание огромных масс. Обычно эти люди становятся лидерами, руководителями, а некоторые из них достигают уровня пассионариев. В последнем случае они развивают (или получают свыше) такую гигантскую психологическую силу, что способны изменять ход истории. Считается, что подобного развития волевого интеллекта невозможно достигнуть в течение одного воплощения (согласно философии *Санкхья* «тонкое» тело человека не разрушается в момент смерти, поэтому все наработки прошлых жизней сохраняются).

Эгрегорный интеллект необходим для проявления таланта. Талант есть у каждого, но большинство людей не знают, как его раскрыть. Они даже считают себя совершенно бесполезными, и часто занимаются не своим делом.

Эгрегорный интеллект на первом уровне дает человеку возможность служить своему роду, общине, стране, нации и религии. Хотя ум с чувствами требуют постоянных поисков удовольствий, интеллект, благодаря наличию эгрегорного центра, вдохновляет нас на совершение действий, часто не совпадающих с нашими желаниями (т.е. вопреки естественному течению жизни). Так, жертвуя собой в

бою, солдат выполняет свой долг перед Отечеством. Или, например, кто-то подчиняется законам общества и церкви вопреки своим собственным наклонностям.

Человек, у которого развит первый центр эгрегорного интеллекта, будет, несомненно, патриотом, станет почитать свой род и нацию, будет привязан к определенному политическому или религиозному течению; правда, он может быть иногда излишне фанатичен в своих взглядах и категорически отвергать инакомыслие. Те же, у кого активность этого центра недостаточна, часто становятся криминальными элементами, нигилистами или эгоистами, не способными и не желающими нести ответственность за ту или иную социальную структуру. У них, как правило, имеются свои собственные «понятия» и «правила игры».

Высший центр эгрегорного интеллекта дарует необыкновенную широту взглядов и космополитизм, и его обладатели не принадлежат по своей сути к узкому социальному или религиозному сообществу. Они способны понять точку зрения любого человека. Это мыслители вселенского масштаба или, по крайней мере, планетарного. Для них существует только одна нация — человеческая, только одна родина — Земля, только один закон — любовь. Они хорошо знают, что все религии и верования устремлены к единому Богу, который имеет бесконечное число имен и проявлений. Они редко развиваются в рамках одной философско-религиозной школы и склонны брать все лучшее из разных духовных направлений. Им небезразлично, что происходит с людьми в различных точках планеты. Они устремлены к благоденствию и процветанию всего мира. Развитость этого центра свидетельствует о достаточно высоком уровне духовной эволюции.

Творческий интеллект включает в себя эмоциональный и ассоциативный центры. Первый предназначен для трансформации эмоциональных состояний в различные формы искусства: живописи, скульптуры, музыки, поэзии, танца и других. Люди, занимающиеся творчеством, способны переносить различные состояния ума и чувств на холст, глину или ноты благодаря активности эмоционального центра. Поэтому человек, обладающий экстрасенсорными способностями, может все рассказать о личностях, создавших произведения искусства: об их чертах характера, привычках, способностях, и даже болезнях. Как уже упоминалось ранее, ум (*манас*) является хранителем базовой памяти о той или иной личности. Поэтому когда художник или поэт испытывает различные эмоциональные состояния в процессе творчества, он неизбежно переносит на свои произведения и все действующие (проявленные) программы ума.

Высший центр творческого интеллекта дает способность к воображению, к ассоциативному мышлению и медитации. Это означает, что вы можете по одному предмету представить целую картину, связанную с жизнью той или иной личности. Например, когда вы приходите домой и видите куртку своего ребенка, вы сразу же представляете не только его образ, но и все, что связано с его жизнью и вашими отношениями. Точно так же, когда *садху* (святой) произносит имя Бога или определенную *мантру*, ему немедленно открывается образ Господа, Его качества и Его *лилы* (игры). Это называется медитацией. У большинства современных людей этот центр развит недостаточно. Они могут в лучшем случае вообразить личность или явление природы, которые им хорошо знакомы. Или манипулировать с двумя или тремя образами, складывая в разной последовательности их части. Напротив, высокая активность ассоциативного центра позволяет даже по неизвестному предмету получить представление о человеке, который создал его или является его обладателем. Вспомните, как Шерлок Холмс поражал доктора Ватсона своими способностями лишь по одной вещи — карманным часам или трости — рисовать психологический портрет, а иногда и историю жизни той или иной личности. Иначе говоря, если эмоциональный интеллект позволяет переносить состояния ума в различные формы творчества, то ассоциативный выполняет обратную функцию — по предмету считывается информация о его создателе или хозяине (когда человек пользуется какой-то вещью, он также переносит проявленную память ума — *пранабдха-карму* — на энергоинформационное поле предмета).

Несомненно, что все центры интеллекта тесно связаны между собой, и их разделение на обособленные части несколько искусственно.

Третья, самая «тонкая» часть психики — *ананда-шарира* или *аханкара* (причинное тело), как уже упоминалось ранее, представляет собой нечто подобное монитору или шлему «виртуальной

реальности», где визуализируются из ума «файлы» нашей проявленной программы (*пранабдха-кармы*). Изначально душа, отправляясь в материальный мир, отделяется от Бога, покрывая себя *аханкарой*. Это необходимо, чтобы игра в материальном мире стала более захватывающей и интересной.

Доши и субдоши

Доши и *субдоши* — не что иное как базовые принципы Аюрведы, однако ни в одной книге, написанной на Западе или в России, не дается реальных, научных представлений о том, что же это такое.

В лучшем случае упоминается о том, что *вата* — это пять воздушных потоков в организме, *питта* — 25 видов телесного «огня» (пять *агни-махабхута* — потенциальная энергия пяти первоэлементов, семь *агни-дхату* — потенциальная энергия семи тканей и 13 *джатар-агни* — энергия пищеварения), а *капха* — это пять видов телесной «слизи». Подобные формулировки так или иначе наложили отпечаток на все направления Аюрведы.

Но *вата*, *питта* и *капха* — это не мистические энергии или жидкости, которые невозможно увидеть, пощупать и даже осознать, а так называемые *шарирака-доши*, или *доши*, относящиеся к нашему физическому телу. *Шарирака-доши* управляют нашим биологическим (анатомическим) телом, в отличие от трех *манаса-дош* — *саттва*, *раджас* и *тамас*, связанных с «тонким» телом (психикой). А поскольку физическое тело хорошо изучено физиологией, то, судя по качествам этих трех *дош*, мы можем понять, что они являются просто тремя интегральными показателями нашей нейроэндокринной системы.

Каждая из них имеет следующие характеристики: *прамана* (количество), *гуна* (особенности или качества) и *карма* (функция). Будучи в норме (*авикрита*), они участвуют в выполнении различных функций тела и таким образом поддерживают его. Но они имеют тенденцию выходить из равновесия (*викрита*), когда их количество, свойство или функция увеличивается (*вридри*) или уменьшается (*кшайя*). Если они перестают соответствовать норме, то оскверняют места своего пребывания — *дхату* (ткани). Поэтому они и носят название *доши* (букв. «осквернители»).

Специально подчеркивается, что имеется только три *шарирака-доши*, несмотря на заверения некоторых авторов, что имеется якобы четвертая *доша* — *ракта* (кровь). Такое представление о якобы «четвертой» *доше* долгое время существовало на Ближнем Востоке, в Центральной и Средней Азии, куда в начале нашей эры проникло знание Аюрведы.

Согласно представлениям современной физиологии, *вату* можно рассматривать как интегральный показатель функции центральной нервной системы. *Питта* и *капха* являются интегральными показателями различных функций гормональной системы. *Питта* относится к гормонам, нейромедиаторам и ферментам катаболического действия (биологически активные вещества, вызывающие распад энергетических и пластических субстратов тела — гликогена, жиров и белковых структур, а также распад пищи, поступающей в желудочно-кишечный тракт, на более простые компоненты). *Капха* относится к гормонам и другим биологически активным веществам анаболического действия (синтез пластических и энергетических субстратов из аминокислот, глюкозы, жирных кислот и микроэлементов).

С точки зрения аюрведических канонических законов, *вата-доша* формируется благодаря сочетанию первоэлементов материи «воздуха» (принцип движения) и «эфира» (принцип организующей энергоинформационной матрицы) и обеспечивает движение и управление, побуждая двигаться *пितту* и *капху*, инертные по своей природе.

Вата

Вата, соответствующая функции нервной системы, обладает уникальным качеством «сухости», не встречающимся у других *шарирака-дош*, ибо не требует жидкостных сред (плазмы крови или лимфы) для передачи импульса. Она «холодная», поскольку для ее функционирования необходима затрата энергии тела (активное использование АТФ, получаемой исключительно из глюкозы). Она

«подвижная», так как постоянно меняется характер и скорость передачи импульсов (процессы возбуждения и торможения).

Вата-доша подразделяется на пять *субдош*:

- *Прана-вата* — интегральный показатель функции головного мозга как приемного устройства, телевизора, обеспечивающего связь физического тела с психикой («тонким» телом) через энергоинформационную оболочку. Эта *субдоша* является своеобразной «дверью» между макро- и микрокосмом. Она первой реагирует на все изменения окружающего мира. Ее можно соотнести со всей центральной нервной системой, но прежде всего с корой головного мозга, лимбической системой, гипоталамусом, таламусом и продолговатым мозгом. *Прана-вата* переводит получаемую через чувства (*индрии*), ум (*манас*) и интеллект (*буддхи*) информацию, мыслеформы и желания в электромагнитные и биохимические (релизинг-факторы) импульсы. Кроме того, она управляет парасимпатическим звеном вегетативной нервной системы.
- *Уддана-вата* является рефлекторным механизмом, идущим вверх, связанным, главным образом, с выдохом, икотой, зевотой, рвотным рефлексом и речью. Относится к интегральной функции ядер черепно-мозговых нервов, шейного и верхнегрудных сегментов спинного мозга. В момент смерти именно *удана* вызывает разрыв между анатомическим (*анна-шарира*) и эфирным (*прана-шарира*) телами.
- *Самана-вата* — система рефлекторных механизмов, связанная с функционированием сфинктеров желудочно-кишечного тракта, его перистальтикой и контролем над синтезом пищеварительных ферментов и желчевыводящей системы печени. *Самана* относится к горизонтальным (уравновешивающим) *вайю* и связана с симпатическими центрами, расположенными в нижнегрудных и верхнепоясничных отделах спинного мозга.
- *Апана-вата* — это система рефлекторных механизмов, управляющих функциями органов малого таза: толстого кишечника, мочевыделительной и половой систем. *Апана* относится к нисходящей *вайю* и отражает функцию симпатических центров пояснично-крестцовых сегментов спинного мозга.
- *Вьяна-вата* — это рефлекторные механизмы, обеспечивающие работу сердечно-сосудистой системы (частоту сердечных сокращений, тонус гладкой мускулатуры артерий, венозный тонус и венозный возврат). *Вьяна* относится к «всепроникающей» (диффузной) *вайю*, поскольку организм буквально пронизан артериями, венами и капиллярами. Она отражает функцию симпатических центров шейного и грудного сегментов спинного мозга.

Уддана-, самана-, апана- и вьяна-вата — рефлекторные механизмы, связанные с определенными симпатическими центрами спинного мозга и различающиеся по типу действия. Все эти четыре *субдоши* работают только вместе с *прана-ватой*. Нарушение баланса первой неизбежно приводит к различным нарушениям остальных четырех механизмов.

Несмотря на разнообразие функций, *субдоши* тесно взаимодействуют между собой. По данным сотрудника Центра «*Дханвантари*» К.Л. Сичинавы:

- Морфин, влияя преимущественно на *прана-вату* (нарушение чувственного восприятия, приводящее начала к эйфории, а затем к угнетению центральной нервной системы и сну), тормозит также кашлевой и дыхательный центры и сужает бронхи (*удана*), тормозит перистальтику желудка и сокращение желчных протоков (*самана*), устраняет кишечные колики и позывы к мочеиспусканию (*апана*), блокирует болевую чувствительность (*вьяна*).
- Эуфиллин, влияя преимущественно на *удана-вату* (расширение бронхов и облегчение выдоха, возбуждение дыхательного центра), вызывает также тахикардию и потливость (*вьяна*), снижение артериального давления, головокружение, экстрасистолы (*прана*), повышает желудочную секрецию (*самана*), оказывает мочегонное воздействие (*апана*).

- Церукал, влияя преимущественно на *самана-вату* (синхронизация выброса пищеварительных ферментов, нормализация перистальтики, устранение тошноты), прекращает также отрыжку воздухом (*удана*), подавляет икоту, а в больших дозах вызывает легкую дезориентацию (*прана*), способствует эвакуации каловых масс (*апана*).
- Прозерин, влияя преимущественно на *апана-вату* (устранение пареза кишечника и стимулирования родоразрешения), вызывает также сокращение скелетных мышц, учащение моргания и потливость (*вьяна*), спазмирует бронхи (*удана*), усиливает перистальтику желудка и 12-перстной кишки (*самана*), повышает судорожную готовность и может спровоцировать эпилептический припадок (*прана*).
- Никотиновая кислота, влияя преимущественно на *вьяна-вату* (расширение кожных сосудов, ощущение зуда и «мурашек», жар кожи с последующим познабливанием), повышает также желудочную секрецию (*самана*), вызывает головокружение и внутренний дискомфорт, провоцирует экстрасистолию (*прана*).

Разумеется, взаимодействие *субдош* нагляднее проявляется в груди (*удана*) при внутривенном введении препарата, т.к. малые дозы лекарств зримо влияют только на свою ведущую *субдошу*, особенно в первое время. Конечно, каждому из вышеперечисленных примеров можно дать более развернутую и углубленную трактовку. Здесь же, в этой научно-популярной книге достаточно упомянуть, что каждый монопрепарат (некомбинированное лекарство) как бы распределяет энергию между теми или иными двумя *субдошами* в пределах одной *доши*, а на две другие если и влияет, то опосредованно.

Для иллюстрации взаимовлияния *субдош* можно привести и «не медикаментозные» примеры. Представьте себе человека, который очень хочет опорожнить кишечник, но не может, в силу обстоятельств, удовлетворить это желание. Происходит сознательная блокировка самой массивной, нисходящей *апаны*. *Апана* начинает подниматься и блокирует нисходящую *прану*, усиливает восходящую *удану* и рассеивает самую «тонкую» трудноуловимую *вьяну*. И человек начинает пританцовывать, морщиться, кусать губы, строить гримасы и делать массу других, внешне нелепых движений. Вместе с тем у него усиливается урчание в животе, меняется ритм сердца, дыхание становится хаотичным, т.е. задержки вдоха чередуются с короткими сильными выдохами. После удовлетворения желания раздается благодный, умиротворенный выдох (который не совсем правильно называется «вздохом» облегчения), т.е. *удана* начинает ослабевать, вслед за чем и другие *субдоши* начинают успокаиваться.

Стоит, однако, заметить, что регулярное сдерживание позывов может привести к стойкой дисрегуляции психики.

Иной пример. Человек внезапно получил страшную новость. У него появляются потливость («пот прошиб»), тремор («бросило в дрожь»), нервный зуд. Затем начинается *urina spastica* (частое отделение светлой мочи), а в тяжелых случаях — «медвежья болезнь». Позже проявляется патологический аппетит («нервное заедание») или, наоборот, отвращение к пище. Западная медицина объяснит все эти явления взаимосвязью гипоталамуса, гипофиза и надпочечников, симпато-адреналиновым кризом (выбросом стрессорных гормонов надпочечников), который повлечет за собой усиление сначала симпатической, а затем и парасимпатической нервной системы (так называемая гиперамфотония). Представитель китайской или тибетской медицины скажет, что «страх вредит почкам», т.е. испуг привел к резкому снижению почечной энергетике. Почка, фильтрующая и нагнетающая мочу, и мочевого пузырь, изгоняющий ее, в норме работают «паритетно» и согласованно. При ослаблении почки партнер, т.е. мочевого пузырь, начинает чувствовать себя хозяином и усиливает свое влияние. Это приводит к учащенному мочеиспусканию неконцентрированной мочой. Поскольку в суточном ритме циркуляции энергий почки и толстый кишечник являются антагонистами (максимальный приток энергии в меридиан почек осуществляется с 17 до 19 часов, а в меридиан толстой кишки — с 5 до 7 часов), резкое ослабление почек приводит к патологическому усилению толстого кишечника, что и объясняет возникновение «медвежьей болезни».

Аюрведа же укажет на то, что резкое усиление *прана-ваты* привело к «распылению» *вяны*, усилению *апаны* и извращению *саманы*. А если начался нервный кашель или «от страха сел голос», то, значит, и *удана* вышла из равновесия.

В конечном же итоге все три традиции объясняют одну истину, рассмотренную под разными углами зрения.

Питта

Питта — интегральный показатель гормональной системы, ее катаболического звена. Катаболизм — это механизм расщепления энергетических и пластических субстратов. Энергия в физическом теле делится на кинетическую и потенциальную. Каждая ткань — это энергия, упакованная в вещество. Энергетическим субстратом может быть все, что угодно, но в обычных условиях это глюкоза, циркулирующая в крови, или ее более плотная форма — гликоген, аналог растительного крахмала. При недостатке глюкозы начнется его распад, и кровь станет насыщаться глюкозой, которая может проникать с током крови повсюду. В условиях достаточного поступления кислорода из одной ее молекулы на уровне митохондрий («энергетических станций» клетки) образуются 38 молекул АТФ. При дефиците кислорода (при атеросклерозе, хронических заболеваниях легких, анемиях или пребывании в высокогорных районах) образуется только две молекулы АТФ. Источником энергии могут явиться также жиры, которые под влиянием катаболических гормонов и ферментов будут распадаться на жирные кислоты. При этом некоторые жирные кислоты при нормальном метаболизме могут дать 350 молекул АТФ. Однако это происходит лишь в случае острого и хронического стресса, поскольку, с одной стороны, повышение уровня жирных кислот может приводить к развитию атеросклероза, а, с другой стороны, клетки нервной системы могут питаться только глюкозой.

Белки также могут стать энергетическим субстратом при дефиците жиров и углеводов, например, при длительном голодании или при хронических стрессах, когда транспортные белки крови, лимфоциты и макрофаги отправляются в печень и там под воздействием кортизола — гормона коры надпочечников — превращаются в глюкозу.

Все гормоны и их исполнители — ферменты и биологически активные вещества (пища, лекарственные травы и фармакологические препараты), которые вызывают распад тканей организма или веществ, поступающих извне, — относятся к катаболическому звену гормональной системы, то есть к *питта-доше*.

Аюрведические каноны говорят, что *питта* формируется из первоэлементов «огня» (принцип энергии, «распакованной» из вещества) и «воды» (принцип гравитации). Правда, школа *Чараки* считает их равными «партнерами», а школа *Сушруты* (к традиции которой принадлежит наш Центр «*Дханвантари*») отдает первенство элементу «огонь». На это есть определенные причины. Дело в том, что, как считал *Сушрута Муни*, «огонь» и «вода» являются противоположными стихиями. Ведь одна «распаковывает» энергию, а другая — соединяет. *Чарака Муни* говорил о том, что *питта* не может двигаться без жидкости (то есть без крови, по которой распро-страняются катаболические гормоны). Вероятно, они оба были правы по-своему. С одной стороны, первоэлемент «вода» не может быть отнесен в буквальном смысле к жидкостным средам. С другой стороны, катаболические гормоны и ферменты не могут распространяться по «сухим» тканям.

Поэтому главными качествами *питта-доши* считают следующие. Во-первых, это «теплота», так как при работе катаболических гормонов, ферментов и биологически активных веществ выделяется энергия, в том числе и тепловая. Это качество считается уникальным, ибо отсутствует у других *дош*. Во-вторых, это «подвижность» — поскольку *питта* нарушает гомеостаз (постоянство внутренней среды) организма. И, наконец, в-третьих, «влажность», поскольку, как было уже указано выше, *питта-доша* может действовать только через жидкостные среды.

Питта тоже имеет пять *субдош*, благодаря чему легко подразделить эти гормоны и ферменты на группы.

- *Пачака-питта* — это группа ферментов пищеварительного тракта (пепсин, соляная кислота, трипсин, липаза, амилаза, лактаза) и другие биологически активные вещества, способствующие расщеплению пищи в желудке. К этой *субдоше* принадлежит также желчь, выделяемая печенью, поскольку только в ее присутствии происходит активизация ферментов поджелудочной железы и тонкого кишечника.
- *Ранджака-питта* — к ней относится целый ряд катаболических гормонов и ферментов — адреналин, глюкагон, тироксин, паратгормон, прогестерон, кортикостероиды и другие, а также большая часть клеток и факторов иммунной системы — Т-киллеры, Т-хелперы, В-лимфоциты, ЕКК, макрофаги, лейкоциты, система комплемента. Ее действие многонаправленное — расщепление энергосубстратов организма и «старых» или измененных клеток. Кроме того, контролируя депо эритроцитов, *ранджака-питта* обеспечивает окислительно-восстановительные процессы. Она регулирует кислотно-щелочной баланс жидкостных сред и защищает организм от внешней агрессии (инфекций и токсических веществ). Поэтому она формируется главным образом на уровне печени и крови (следует отметить, что именно печень регулирует продолжительность жизни большинства гормонов и биологически активных веществ).
- *Бхраджака-питта* — ферменты, работающие на уровне кожи и слизистых оболочек. Они обеспечивают защиту наружных покровов тела от внешних повреждающих факторов и разрушение микроорганизмов и продуктов неполного метаболизма, удаляемых через потовые и сальные железы. Эта *субдоша* также участвует в теплообмене. Препятствует повышенному накоплению мелатонина (гормоноподобного вещества шишковидной железы) в кожи.
- *Садхака питта* — группа нейромедиаторов центральной нервной системы, оказывающих возбуждающее действие (норадреналин, гамма-аминомасляная кислота, ацетилхолин и другие).
- *Алочака-питта* — биологически активные вещества и нейропептиды, участвующие в функционировании органа зрения.

Капха

Капха — интегральный показатель анаболического звена гормональной системы. Это гормоны и ферменты, увеличивающие усвояемость, вызывающие синтез пластических веществ и липидно-белковых структур, активизирующих построение жиров и гликогена. У *капхи* также есть пять подвидов.

- *Аваламбха-капха*, главный гормон которой — инсулин. Он обеспечивает синтез гликогена и жиров, поступление в клетку глюкозы.
- *Кледака-капха* — группа ферментов, препятствующих разрушению слизистой оболочки ЖКТ; целый ряд гормонов, оказывающих стабилизирующее действие на желудочно-кишечный тракт и пищеварительную слизь, а также противодействующих активным ферментам и соляной кислоте, которая может переварить слизистую.
- *Шлешака-капха* — группа гормонов, защищающих соединительную ткань суставов (а также кости и кожу) от повреждения. Основой соединительной ткани является белок коллаген, обеспечивающий ее эластичность и прочность. Существуют факторы, повреждающие коллаген и вызывающие поперечные сшивки. Таковы любые токсические вещества, попадающие в организм извне, эндотоксины (*ама*), высокочастотные излучения. Их воздействие приводит к образованию свободных радикалов (супероксид-радикала, перекиси водорода и гидроксильного радикала), повреждающих коллаген. Начинается старение прежде всего «рабочих зон» тела — сосудов (где будут повреждаться белково-липидные комплексы и возникнет атеросклероз) и соединительной ткани. На коже появляются морщины, начинают выпадать зубы, кости становятся более тонкими и хрупкими. Неудивительно поэтому, что древние арии называли *шлешака-капху* «царством суставов». К *шлешаке* — системе защиты соединительной ткани — относятся простоциклин, пироксидаза, каталаза, супероксид-дисмутаза, эндотелиально-расслабляющий фактор.

• *Бходака-капха* относится к слюне, которая содержит все питательные компоненты крови и выполняет защитную роль прежде всего в отношении зубов. Эмаль получает подпитку не изнутри зуба, а непосредственно через слюну.

• *Тарпака-капха* — тормозные нейромедиаторы. Это — *субдоша*, связанная с функцией центральной нервной системы: гамма-аминомасляная кислота, серотонин, дофамин, эндорфины. По своему действию она противоположна *садхака-питте*.

У каждой *доши* — свое «царство». В аюрведических канонах говорится, что царством *вата-доши* является толстый кишечник, *питта-доши* — тонкий кишечник, а *капха-доши* — желудок и поджелудочная железа. Обычно никто из авторов не объясняет, что это означает.

Глава 4.

Аюрведическая классификация болезней

Классическая Аюрведа никогда не рассматривала причины и механизмы развития болезни только с точки зрения внешних факторов.

Конечно, существуют болезни, которые возникают из-за внедрения в организм человека инфекции или из-за длительного воздействия разрушительных физических и химических агентов. Как правило, подобные виды патологии протекают в легкой форме и излечиваются сразу же, как только на них перестает негативно воздействовать внешняя среда.

Любые хронические заболевания связаны с пятью, четырьмя или тремя механизмами.

Проблема современной западной медицины в том, что она *не рассматривает этиопатогенез*, включающий в себя комплекс внутренних и внешних механизмов болезни, и заявляет: «ни одно хроническое заболевание не может быть излечено». Современная западная медицина создала систему *подавления симптомов* различных видов патологии с помощью фармакологических средств, представляющих собой синтетические аналоги алкалоидов растений (особые азотистые вещества, вызывающие быструю зависимость), антибиотики или гормональные препараты. Все они избавляют пациента от различных симптомов (повышения температуры тела, нарушения артериального давления, кашля, тошноты, болей и т. д.), однако не устраняют тонких психологических причин возникновения болезни и приводят лишь к хронизации процесса, способствуя тому, что «болезнь уходит внутрь». Вместе с тем, большинство хронических недугов, считающихся болезнями цивилизации — атеросклероз, рак, сахарный диабет, бронхиальная астма, язвенная болезнь, различные патологии печени и почек, дегенеративно-дистрофические заболевания суставов и позвоночника, рассеянный склероз, системные дерматиты или полиартриты — имеют свои психологические причины и порой развиваются в течение десяти, пятнадцати или даже двадцати лет.

С точки зрения Аюрведы все болезни подразделяются на пять видов.

«Болезни-учителя»

Они возникают тогда, когда человек «сворачивает» со своего эволюционного пути в так называемый «тупиковый коридор», и являются своеобразными индикаторами нашего несовершенства и пороков. С точки зрения эволюции сознания они останавливают нас, чтобы мы не ушли в сторону от своей реальной духовной программы. По нашим наблюдениям, в современном мире таких болезней встречается около 60-70 %.

«Болезни-друзья»

Их возникновение позволяет организму защититься от более опасных видов патологий. Например, от таких смертельно опасных заболеваний, как бронхиальная астма, или даже цирроз печени, человека защищают системные дерматиты (экземы, нейродермит, псориаз). Для их лечения современные врачи

обычно используют гормональные мази, которые не только блокируют выход эндотоксинов через кожу, но и постепенно вызывают кортикостероидную недостаточность. Самое неприятное то, что подобные мази можно купить в любой аптеке без рецепта.

Известно также, что некоторые люди, страдающие бронхиальной астмой, полностью избавляются от нее, перенеся туберкулез. В настоящее время в некоторых западных странах разрабатываются специальные туберкулезные вакцины, которые планируется использовать в комплексном лечении бронхиальной астмы.

С давних времен известно и то, что если у человека, страдающего эпилепсией, разовьется варикозное расширение вен, то проявление судорожного синдрома может полностью исчезнуть или ослабнуть.

Итак, подобные «болезни-друзья», если они возникают, требуют правильной оценки врачом, и их лечение должно быть совершенно иным, чем в обычных случаях. Таких заболеваний встречается около 3-5 %.

«Болезни-помощники»

Многочисленные вирусы либо иные виды инфекции, а также некоторые физические факторы (геомагнитные бури, гепатогенные воздействия) оказывают на наш организм укрепляющее и адаптогенное воздействие. С их помощью наше тело как бы проходит определенную тренировку для преодоления более тяжелых недугов. В некоторых случаях такое воздействие может даже изменить характер биологической эволюции. «Болезни-помощники» обычно проходят сами, без лечения, и не доставляют сильного беспокойства. Встречаются в 3-5 % случаев.

«Болезни-проводники»

Такие заболевания возникают у человека за несколько лет до смерти, и с точки зрения Аюрведы считаются неизлечимыми. Современные исследования говорят о том, что причина нашей смерти кодируется уже в период внутриутробного развития на уровне молекул ДНК. «Болезни-проводники» связаны с остановкой механизма наших «больших и малых биологических часов», то есть с истощением так называемого *оджаса*. Эти болезни приходят, чтобы обеспечить наш уход из мира, ведь никто не умирает просто от старости. Такие заболевания встречаются сейчас в 10-15 % случаев.

«Болезни-враги»

Возникают исключительно от внешних причин, например, от воздействия ионизирующего излучения, приема сильнодействующих токсических веществ (например, алкоголя или наркотиков); попадания в организм канцерогенов с воздухом, водой, пищей; сильного переохлаждения. Они встречаются в 5-10 % случаев.

Механизмы развития болезней

Аюрведическая медицина рассматривает пять основных механизмов развития хронических болезней, из которых два относятся к внутренним причинам, а три — к внешним.

Каждый врач должен правильно оценить, к какой категории относится тот или иной недуг, и сколько механизмов участвует в его развитии. От этого будут зависеть назначаемая терапия и прогноз заболевания. Чем меньше причин вызвало болезнь, тем меньше потребуются усилий от врача и пациента.

Кармический механизм

Связан с индивидуальной программой личности (*праабдха-кармой*). Как во время прошлой, так и во время нынешней жизни у каждого из нас могут возникать и накапливаться определенные негативные стереотипы. Гордыня, алчность, страх, ненависть, осуждение, зависть, вождление или ложь прорастают в нашем сердце словно сорняки. На нашем жизненном пути они являются своеобразными психологическими ловушками, затягивающими в тот или иной «тупиковый коридор». Под их воздействием у нас возникает острое чувство неудовлетворенности и недовольства, появляются подавленность и депрессия, что в итоге может привести к развитию соответствующей данному пороку болезни. Излечить такие заболевания с помощью даже самых замечательных лекарственных препаратов, с помощью той или иной системы питания или гимнастики невозможно. Здесь требуется глубокий психоанализ, размышления, различные медитации или какие-то иные виды духовных и психологических практик. Современная западная медицина не учитывает кармическую причину развития болезни и в силу этого обычно не может достигнуть стойкого положительного результата в лечении. Вы можете открыть любой учебник по пропедевтике или терапии и прочитать, что ни одно хроническое заболевание не может быть полностью излечено. Однако опыт аюрведической, тибетской и китайской медицинских систем говорит о совершенно ином.

Однажды в наш медицинский центр обратился бизнесмен с геморроем. До этого он проходил лечение в различных клиниках и даже перенес операцию, но болезнь продолжала прогрессировать и доставляла ему массу беспокойств. В результате обследования мы определили, что «тонкой» причиной недуга является гордыня пациента и склонность к осуждению других людей. Кроме того, он часто произносил слово «геморрой», когда был чем-то недоволен. Например, рассказывая о том, что ему нужно сегодня отремонтировать свой автомобиль, он говорил: «Ехать в автосервис — это геморрой». Или упоминал предстоящую командировку: «Еще один геморрой! Надо лететь в Екатеринбург и решать проблемы с моими компаньонами!». Когда мы объяснили пациенту причину его заболевания, он не поверил и попросил назначить ему какие-нибудь чудодейственные травы или провести курс иглоукалывания. Но, как мы и предполагали, несмотря на назначенную терапию, добиться полного излечения от недуга не удалось. Тогда он наконец согласился попытаться изменить себя. Это было, конечно, очень непросто, но он оказался на редкость старательным пациентом.

Шло время. Постепенно бизнесмен научился принимать других такими, какие они есть, избавился от критиканства. Мы попросили его не произносить слова «геморрой» в случае недовольства теми или иными обстоятельствами жизни. Он прислушался к нашим советам и справился с этой проблемой. Через несколько месяцев он полностью забыл о своем недуге, и мы не нашли у него никаких признаков заболевания. Прошло еще немного времени. Ему так понравилось работать над собой, что он стал применять различные методики для коррекции своего состояния, о которых узнавал в различных популярных книгах по медицине. Но возникла другая проблема — он стал осуждать других за то, что они не хотят работать над собой и поэтому все время болеют. Таким образом, у него опять появилась гордыня, и геморрой тут же заявил о себе вновь. Нам пришлось объяснить ему, что кармический механизм развития болезни похож на дамклов меч, постоянно готовый обрушиться на нас всякий раз, когда мы нарушаем законы Природы. Когда наш пациент все это осознал, он не только смог полностью преодолеть свой недуг, но и очень сильно внутренне изменился.

Вспомните один из сюжетов книги Л. Лагина «Старик Хоттабыч». Мальчик постоянно осуждал других, и тогда джинн сделал так, что он стал лаять всякий раз, когда пытался кого-либо критиковать. Ни терапевты, ни психиатры ничего не могли поделать, пока Хоттабыч не объяснил мальчику, что к нему вернется нормальная человеческая речь, если он перестанет осуждать других. Однако, как только он вновь захочет «облить кого-то грязью», все окружающие опять услышат «мерзкий собачий лай». Именно так действует кармический механизм болезни, понуждая человека работать над своими пороками.

Аюрведические методы диагностики позволяют очень точно определить кармическую предрасположенность к определенным заболеваниям. Их можно применять и к только что появившемуся на свет ребенку, предотвращая возникновение самых страшных недугов.

Родовой механизм

Этот механизм развития болезни связан не только с генетическими заболеваниями (сейчас их известно около двух с половиной тысяч), но главным образом — с коллективной кармой, которую иногда называют наследственной.

Когда ребенок появляется в той или иной семье, он наследует как хорошие качества и способности своих родителей, так и их пороки. Рождаясь в семье, в которой наилучшим образом можно проявить свою *праарабхда-карму* и *дхарма-карму* (предназначенную жизненную программу), мы неизбежно принимаем на себя и проблемы своих родителей. Можно спросить: «Почему? С какой стати человек должен решать их проблемы?» Если вы хотите стать, к примеру, музыкантом, актером или врачом, а ваши отец и мать являются мастерами в этой области искусства, это позволит вам еще в раннем детстве проявить свой талант. Но вместе с этим вы впитываете в себя и их негативные проблемы. Причем некоторые стереотипы ребенок начинает впитывать, как губка, еще в лоне матери и в первые два-три месяца после рождения. Энергоинформационная матрица отца и матери — их внутренний мир — едины. Ребенок оказывается в этом мире, и поэтому начинает поглощать и все хорошее, и все плохое. В младенчестве мы еще не способны различать, что хорошо и что плохо, и у нас просто нет выбора. А впоследствии эти стереотипы будут действовать так же, как и в случае кармического механизма развития болезни.

Когда наши родители умирают, мы в полной мере становимся наследниками своего рода. Мы часто думаем, что наследство — это дом, автомобиль или банковский счет... Однако истинное наследство — это способности, положительные или негативные стереотипы наших предков. Нам могут не нравиться отдельные черты характера отца или матери. Из-за этого мы можем начать с ними конфликтовать или пытаться их изменить. Но как только они покидают этот мир, мы с удивлением замечаем, что их негативные стереотипы в полной мере начинают проявляться внутри нас самих, и именно в этот период существует наибольшая опасность развития соответствующих болезней.

Поэтому каждый человек должен работать не только со своими индивидуальными проблемами, но и решать проблемы своего рода. Кстати, и первая, и вторая причина болезней не исчезают после нашей смерти — их мы переносим в следующую жизнь. Что касается родового механизма развития болезни, то если не преодолеть его, то он будет передаваться потомкам.

Экологический механизм

Этот механизм развития заболеваний связан с внешними отрицательными воздействиями, к которым относятся: неправильная система питания, несоответствующий конституции человека образ жизни, воздействие разрушительных физичес-ких и химических факторов — высокочастотных излучений, переохлаждений, радиации, токсических выбросов в атмосферу от работы промышленных предприятий, консервантов, красителей, синтетических удобрений, фармакологических препаратов, наркотиков, алкоголя, ядов (в Санкт-Петербурге, например, в воздухе находится около 500 химических компонентов вместо «законных 21»). К отрицательным воздействиям относятся биологические (различные виды инфекций) и гормональные факторы (избыток некоторых видов гормонов оказывает разрушительное воздействие на жизненно важные органы).

К сожалению, современная медицина трактует причины и механизмы хронических болезней только в рамках экологиче-ской модели. Однако Аюрведа считает, что, хотя полностью исключать этот механизм не следует, воздействие на организм разнообразных патогенных факторов внешней среды при отсутствии внутренних причин в большинстве случаев не способно вызвать серьезных хронических заболеваний. Доказательством тому служат многочисленные примеры того, как люди, контактирующие с инфекционными больными, остаются при этом совершенно здоровыми.

Наиболее показателен случай, произошедший с 73-летним профессором гигиены и биохимии Максом Петтенкофером. В конце XIX века в Европе разразилась эпидемия холеры. Все население было объято ужасом. Каждый день умирали сотни людей. В это время известный ученый Роберт Кох на заседании немецких биологов доложил о своем открытии: страшное заболевание вызывает особый возбудитель — холерный вибрион. Он показал колбу с культурой холеры и объяснил, что жидкость содержит столь огромное количество микроорганизмов, что ими можно заразить не менее 10 тысяч человек. Макс

Петтенкофер, присутствующий на ученом совете, обвинил Коха в подтасовке фактов, утверждая, что он сам проводил исследования причин возникновения холеры, вводя животным содержимое различных тканей людей, умерших во время эпидемии, но ни одно из них не заболело. Среди ученых начался спор. Кто-то разделял точку зрения Коха, кто-то поддерживал Петтенкофера. В зале заседаний поднялся страшный шум. Тогда Петтенкофер вышел на кафедру, взял колбу с культурой холерного вибриона и на глазах изумленных ученых выпил ее одним залпом: «Вот увидите — я не заболею!» — сказал он, с иронией посмотрел на Коха и покинул зал. И не заболел! Холерный вибрион оказался бессилем перед твердыми убеждениями ученого.

Вероятно, экологические причины развития болезни являются запускающим или дополняющим механизмом, но никак не ведущим.

Приведем несколько примеров экологических причин.

В XX веке в экономически развитых странах увеличилось употребление простых углеводов в сто раз (сахар, рафинированная пшеничная мука, кукурузные изделия), а холестеринсодержащих продуктов — в семь-десять раз (красное мясо, яйца, сливочное масло, желтые сорта сыра). Это привело к стремительному распространению среди населения этих стран атеросклероза, ожирения, сахарного диабета II типа и гипертонической болезни. Современные исследования показали, что включение в ежедневный рацион питания трех куриных яиц увеличивает уже через 4-5 недель содержание холестерина на 0,5 ммоль/л (норма холестерина — от 3,5 до 5,5 ммоль/л).

Всеобщее распространение курения табака привело к увеличению смертности от атеросклероза сосудов сердца и головного мозга за счет токсического повреждения эндотелия сосудов, усиления тромбообразования и нарушения метаболизма холестерина. Кроме того, никотин и другие продукты сгорания табака снижают противоопухолевый иммунитет за счет угнетения функции вилочковой железы. Курение более 20 сигарет в день во всех возрастных группах коррелирует с возрастанием смертности в 10-15 раз. А в возрасте после 45 лет достаточно и 10 сигарет, чтобы вызвать столь же негативные последствия.

Регулярное употребление кофе приводит к постоянному насыщению плазмы крови холестерином, повреждению эндотелия сосудов и угнетению работы клеток печени. По мнению некоторых исследователей, кофе даже более опасен для печени, чем алкоголь, ибо кофе истощает надпочечники и гипофиз и ослабляет работу почек. Особенно вредно употребление кофе для женщин, поскольку он блокирует переход эстрадиола в эстриол, что грозит развитием фибромиом, эндометриоза, мастопатий и спорадического зоба. В кофе также выявлен ряд мутагенов и канцерогенов.

Широкое использование в XX веке алюминиевой посуды привело к ускорению развития остеопорозов в пожилом возрасте (ионы алюминия вытесняют кальций из костей) и многочисленным формам онкологических заболеваний (окись алюминия относится к канцерогенам). Даже в тюрьмах США в середине 70-х годов было запрещено использовать алюминиевую посуду, однако в нашей стране она продолжает продаваться во всех хозяйственных магазинах.

Аккумуляционный или метаболический механизм

Различные факторы могут повредить любую клетку на любой стадии развития организма. Вероятность ее повреждения возрастает с течением времени. Согласно Аюрведе, в момент зачатия мы получаем от родителей определенное количество невозполнимой энергии — *оджаса*, который считается нашими «биологическими часами». По мере его использования происходит старение организма, и увеличивается вероятность появления различных хронических заболеваний. Вероятнее всего, *оджас* относится к молекулам ДНК, при каждом делении клетки теряющих часть своих теломеров, на которых записана информация о том, как должна функционировать та или иная клетка — механизмах саморегуляции, детоксикации, обмена веществ и размножения. Естественно, что с течением времени клетка все больше и больше утрачивает информацию о своих функциональных возможностях, что приводит, с одной стороны, к усилению повреждений, а с другой — к накоплению продуктов неполного метаболизма, так

называемых клеточных шлаков. Примером аккумуляции балласта является увеличение с возрастом количества липофусцина (жирового пигмента) в клетках нервной системы. Известно, что если в нейронах уровень липофусцина достигает 30 %, то наступает смерть.

Известно также, что защита сосудов от атеросклероза зависит также от работы особых антиоксидантных ферментов и простаглицлина, которые препятствуют атеросклерозу и повышенному тромбообразованию. Однако с возрастом эта биологическая система постепенно снижает свою активность, что приводит к неизбежному развитию атеросклероза.

Постепенное истощение депо тормозных нейромедиаторов центральной нервной системы (дофамина, серотонина, энкефалинов и эндорфинов) приводит к нарушению адаптации к факторам внешней среды. Поэтому в пожилом и старческом возрасте человек сильнее реагирует на изменение атмосферного давления, магнитные бури и различные психоэмоциональные воздействия. Это же является одной из причин развития гипертонической болезни и паркинсонизма.

У некоторых людей после 60-63 лет начинает развиваться прогрессирующее снижение памяти в сочетании с апатией и инертностью, а затем развивается слабоумие. При сохранении памяти о прошлой жизни они забывают, как пользоваться вилкой или электричеством, у них нарушается ориентация в пространстве и времени, они становятся совершенно беспомощными. Этот симптомокомплекс, обозначаемый как болезнь Альцгеймера, связан с постепенным снижением концентрации в мозге норадреналина, дофамина и серотонина.

Четвертый механизм развития болезни, несомненно, играет большую роль после 25-30 лет. Считается, что смертность от хронических болезней возрастает в геометрической прогрессии у мужчин после 30-36 лет, а у женщин — после 45-50 лет.

Онтогенетический механизм

онтогенез — букв. «развитие»

Согласно Аюрведе жизнедеятельность организма зависит от стабильности системы *дош* — *ваты*, *питты* и *капхи*. Эти *доши* являются интегральными функциями нейроэндокринной системы. *Вата* относится к нервной системе, *питта* — к катаболическому звену гормональной системы и ферментам, вызывающим распад тканей и энергетических запасов организма, а *капха* — к анаболическому звену гормональной системы и биологически активным веществам, обеспечивающим стабильность и защиту тканей. Три *доши* фактически являются управляющими принципами гомеостаза (постоянства внутренней среды) организма. Различные методы Аюрvedы, системы питания и образа жизни, йогическая гимнастика, а также специальная медитация направлены на то, чтобы сохранить равновесие трех *дош* (*пракрити*). В противном случае неизбежно станут возникать различные болезни и происходить быстрое старение организма. Однако Чарака, Сушрута, Вагбхата и другие авторитетные аюрведические ученые указывали, что развитие физического тела, к сожалению, невозможно без нарушения стабильности этих трех *дош* (*викрити*). Через 2000 лет Клод Бернар, не зная принципов Аюрvedы, фактически сформулировал ту же идею. Он указывал, что гомеостаз является обязательным условием свободного существования организма. Между тем, постоянная стабильность системы исключает возможность развития, и наоборот — обязательным условием осуществления программы развития является запрограммированное нарушение гомеостаза.

Например, во время беременности функционирует дополнительная эндокринная железа — система «плацента-плод». Вырабатываемые ею гормоны не контролируются обычными системами обратной связи, и поэтому синтез плацентарных гормонов увеличивается параллельно с увеличением массы плаценты и с течением времени. Плацентарный «гормон роста» совместно с кортизолом снижает усвоение глюкозы мышечной тканью в материнском организме. Поэтому во вторую половину беременности существенно возрастает уровень глюкозы. Избыток глюкозы используется плодом, но у беременной гипергликемия вызывает возрастание в крови базального уровня инсулина. Влияние этих двух факторов приводит к накоплению жира во время беременности, масса которого увеличивается в среднем на 5-10 кг.

При сильном росте плода увеличивается потребность в холестерине для построения клеточных мембран. В то же самое время гормональные сдвиги вызывают подавление клеточного иммунитета для предотвращения отторжения плода (как ни парадоксально, материнский организм воспринимает ребенка как чужеродную ткань). Таким образом, развивается стойкое нарушение гомеостаза на период беременности, которое в некоторых случаях может сохраниться и после рождения ребенка. Это происходит из-за того, что в наше время параллельно нарушается состояние особой камертонной системы организма, к которой относится его энергоинформационная матрица. Согласно Аюрведе существуют особые каналы *сушима*, где закодирована информация о том, как должны функционировать те или иные центры нейроэндокринной системы, все жизненно важные органы и ткани. К сожалению, *сушима*-каналы легко повреждаются из-за воздействия лептонных и других излучений, которыми буквально перенасыщены современные города (источниками их являются компьютеры, теле и радиосистемы, электронная бытовая техника). Кроме того, *сушима*-каналы очень чувствительны к отрицательным психоэмоциональным выплескам, которые ежедневно осуществляются самим человеком.

Таким образом, предлагаемые Аюрведой методы понимания характера и причинных механизмов развития различных хронических заболеваний могут помочь решить многие проблемы современной медицины.

Шесть стадий болезни

В аюрведической традиции школы Сушруты принято выделять шесть стадий развития болезни: ментальную (*манаса-викрити*), эфирную (*прана-викрити*), нейроэндокринную (*доша-викрити*), эндотоксическую (*ама-викрити*), проявленную (*вьякти-викрити*) и терминальную (*мритья-викрити*). На первых трех стадиях заболевание считается легко излечимым, на четвертой — излечимым, на пятой — трудноизлечимым, на шестой — неизлечимым.

К сожалению, современная медицина чаще всего начинает оказывать помощь лишь на пятой, а то и на шестой стадии болезни. Это обусловлено не совсем точной концепцией определения термина «болезнь», отсутствием холестического (целостного, интегрального) подхода к оценке состояния пациента, несовершенством диагностических методов, а также недостаточной медицинской грамотностью населения.

Аюрведическая медицина демонстрирует безусловное преимущество системы ранней диагностики, благодаря которой значительно увеличивается возможность успешного излечения больного. Аюрведа предлагает очень простые способы определения стадии болезни и постановки точного диагноза (при достаточном опыте и мастерстве врача). Таков метод «пяти зеркал», включающий в себя исследование пульса, языка, ушных раковин, глаз и «сигнатур» на теле пациента (родинки, знаки на ладонях и стопах, форма и строение ногтей и волос, характер и выраженность морщин, цвет и запах кожных покровов и слизистых).

Методы лечения в Аюрведе (многие из них современная медицина относит к профилактике) выбираются в зависимости от стадии болезни.

Первая стадия болезни — *манаса-викрити* — связана с проблемами нашего «тонкого тела». Существуют три основных природных начала — *гуны* (ниже приводятся краткие их характеристики), которыми мотивированы различные проявления человеческого характера. *Гуны* очень динамичны, они влияют на нашу психику по закону соответствия, проявляя уровень сознания. Их взаимные сочетания создают всевозможные оттенки нашей психики. Неуравновешенность *гун* может вызывать у человека большое психологическое напряжение.

Саттва-гуна (букв. «благость») связана со способностью живого существа оценивать те или иные проявления окружающего мира и происходящие события непредвзято, без эмоций и ощущений, только с помощью чистого интеллекта (*буддхи*). Ее характеризуют умиротворение, спокойствие, ясность ума, искренность, жизнерадостность и оптимистичность. *Гуна* благодати отражает Закон вселенской гармонии, дает защиту от многочисленных болезней, преждевременной старости и смерти.

Большинство современных людей могут удерживать состояние *гуны* благости лишь очень короткое время, так как подвержены влиянию *раджаса* и *тамаса*. Для обитателей же мира *Сварги саттва-гуна* — состояние естественное, обычное.

Что касается *раджа-гуны* (букв. «страсть»), то о ней нужно сказать следующее. Чувства привлекаются объектами материального мира подобно тому, как железо притягивается магнитом. Ощущения, которые при этом возникают в уме (*манасе*) могут быть приятными или неприятными, независимо от того, какими способами они достигаются. В дальнейшем ум стремится направить тело к «приятным» объектам чувств и во что бы то ни стало избежать «неприятных», что, однако, не приносит блага его обладателю. Подчинение души *манасу*, потеря контроля над своими чувствами определяют состояние *раджа-гуны*. Оно лишает возможности правильно воспринимать мир, так как порождает очень сильную привязанность к объектам чувств (пристрастия) и способствует затрате чрезмерного количества энергии на их достижение. Гуна «страсти» затуманивает сознание и вызывает к жизни различные пороки — гордыню и эгоизм, зависть и жадность, гневливость и раздражительность, умственное беспокойство и суетливость, ненависть, склонность к насилию и осуждению, непостоянство и страх, ревность и вожделение, — которые считаются в Аюрведе корнями большинства болезней и свидетельствуют о зарождающемся недомогании. Животные, птицы, пресмыкающиеся и некоторые обитатели вод естественным образом склонны находиться в *раджа-гуне*.

Тама-гуна (букв. «невежество») связана с глубокой и, как правило, непрерывной погруженностью чувств в плотные слои материальной природы. При этом теряется или замедляется способность дифференцировать «приятные» и «неприятные» ощущения, энергия психики переходит в потенциальное состояние, притупляются различные потребности, мотивации и желания. Проявления *тама-гуны* — умственная инерция, медлительность, сонливость, лень, апатия и иллюзорное восприятие окружающего мира. *Тама-гуна* доминирует у растений, многих обитателей вод, насекомых, простейших, грибков, бактерий и вирусов. Если человек подпадает под влияние *гуны* невежества, он утрачивает желание заботиться о своем здоровье, часто питается испорченной или несоответствующей пищей, не соблюдает правильного режима дня, разрушает свое тело алкоголем или наркотиками и обращается к врачам лишь тогда, когда болезнь уже проникла в его тело.

Если *раджа-гуна* или *тама-гуна* завладевают сознанием человека, аюрведическая медицина считает это первой — ментальной — стадией болезни (она может иметь врожденные или наследственные причины, что будет объяснено далее).

Существуют различные виды духовных практик, которые считаются наилучшим лекарством для ума, позволяющим избавиться от разрушительного влияния *раджаса* и *тамаса*. Например, *гьяна* представляет собой изучение философско-религиозных канонов или получение трансцендентного знания от наставника с последующим постепенным процессом осознания законов материальной природы и способов освобождения от зависимости по отношению к ней. *Йога* является восьмиступенчатым путем Патанджали, дающим возможность постепенно очистить все оболочки души от «грубой и тонкой грязи», научиться полностью контролировать свое тело, чувства и ум и войти в непосредственный контакт с Богом путем длительной медитации. *Бхакти* — путь раскрытия своего сердца и культивирования любви к Богу и другим живым существам.

Аюрведа предлагает использовать различные медитативные практики в сочетании с внутренним наблюдением и оценкой происходящего.

Если же человек не станет «вырывать корни сорняков», они неизбежно будут давать все новые и новые всходы. Пороки ума постепенно дисгармонизируют эфирное тело. Обычно большинство наших мыслей сопровождается определенной эмоциональной оценкой, что неизбежно порождает элементалы (мыслеформы), часть которых очень опасна. Негативная реакция психики вносит искажения в резонансные частоты информационных каналов (*стхула*) и камертонных центров (*чакр*), а также нарушает нормальное движение энергии по каналам *нади*. То же происходит, если кто-либо обрушивает на окружающих элементалы гнева, ненависти, зависти, злобы и страха. Эти мыслеформы имеют очень большую силу, поскольку в возбужденном состоянии человек невольно наделяет их огромными густками энергии *шакти* (разрушительным воздействием на эфирное тело обладают также

высокочастотные и лептонные излучения от компьютеров, телевизоров, сотовых телефонов, микроволновых печей и линий высоковольтных передач).

В древних системах врачевания подобные нарушения выявляли с помощью пульсовой диагностики (современная западная медицина может делать это методами Кирлиан, Риодараку или Фолля). Для корректировки эфирного тела аюрведическая медицина предлагает методы *мармавидьи* (акупунктура и точечный массаж), *вастувидьи* (гармонизация пространства), *прана-видьи*, минерало-, арома- и музыкотерапии.

Если болезнь не устраняется на первых двух стадиях, то она неизбежно переходит на третью — нейроэндокринную или *доша-викрити* (стадию разбалансировки трех *дош*). Нейроэндокринная система обеспечивает гомеостаз (постоянство внутренней среды физического тела). Негативные психологические стереотипы и отрицательные эмоции, внося искажения в энергоинформационное тело, вызывают разбалансировку центров головного и спинного мозга (дисбаланс *вата-доши*) и нарушают гормональное равновесие физического тела (дисбаланс *питты* и *капхи*). Любой внешний или внутренний фактор, нарушающий это равновесие, неизбежно активизирует защитные реакции организма. Возбуждение коры и подкорковых центров головного мозга, в том числе и гипоталамуса (активизация *прана-ваты*), приводит к выбросу адреналина, глюкагона, тироксина (активизация *ранджака-питты*), а затем — кортизола и инсулина (активизация *аваламбаха-капхи*). Под влиянием адреналина (гормона мозгового слоя надпочечников), глюкагона (контр-инсулярного гормона поджелудочной железы) и тироксина (гормона щитовидной железы) происходит повышение содержания глюкозы в плазме крови, усиление распада жиров и гликогена (при этом глюкоза преимущественно используется мозговой тканью, а энергетические потребности организма обеспечиваются главным образом за счёт жирных кислот). Повышается артериальное давление и усиливается сокращение сердца, активизируется активность тромбоцитов (склонность к тромбообразованию), уменьшается выделение пищеварительных ферментов и снижается болевая чувствительность. Действие указанных гормонов и их «исполнителей» — ферментов — достаточно кратковременно. Однако следом вырабатываются гормоны преимущественно анаболической направленности, активность которых сохраняется значительно дольше. Кортизол стимулирует образование глюкозы в печени из неуглеводных компонентов (в основном из аминокислот), оказывает противовоспалительное действие, стабилизирует клеточные мембраны и подавляет повышенную активность иммунной системы. Инсулин усиливает утилизацию тканями глюкозы, увеличивает синтез жиров (в том числе холестерина) и гликогена в печени и мышцах, увеличивает активность многих анаболических ферментов.

Поскольку эфирное тело является своеобразным камертоном нейроэндокринной системы, и каждый канал *стхула-праны* сохраняет информацию о нормальном (стандартном) физиологическом уровне соответствующих гормонов, ферментов и биологически активных веществ, любые стойкие нарушения эфирного тела неизбежно приводят к рассогласованию работы центров нейроэндокринной системы, развивается так называемый «гиперадаптационный синдром». Согласно Аюрведе, нарушения в эфирном теле выводят из равновесия *вату*, *питту* и *капху*. Однако люди из-за недостаточной чувствительности не ощущают начала заболевания и редко обращаются к врачу на этом этапе. Современная же медицина может выявить болезнь на этой стадии лишь с помощью достаточно дорогостоящих биохимических и инструментальных исследований.

Аюрведические каноны достаточно подробно описывают ранние признаки третьей стадии болезни в зависимости от разбалансировки той или иной *субдоши*. Пульсовая диагностика также является методом очень точного выявления нейроэндокринных нарушений. Чтобы привести в равновесие *вату*, *питту* и *капху*, чаще всего достаточно правильно подобрать диету и соответствующие образ и ритм жизни. В некоторых случаях необходимо добавить в рацион определенные биологически активные пищевые добавки и фитопрепараты. Аюрведой созданы специальные лекарства, относящиеся к категории *расаяны* (приводящие в равновесие нейроэндокринную систему и обладающие омолаживающим действием). Используются, естественно, и методы, применяемые на более ранних стадиях; особенно эффективна *мармавидья*.

Эндотоксическая стадия (*ама-викрити*) связана с образованием и накоплением *амы* (продуктов неполного метаболизма). Нарушение гормонального равновесия вызывает разбалансировку в работе пищеварительных и клеточных ферментов. Образующиеся при этом «шлаки» поступают в кровь или аккумулируются в тканях. Некоторые «шлаки» являются весьма опасными химическими соединениями. Например, пигментный жир липофусцин способен, накапливаясь в нервных клетках, вызвать нарушение функции многих жизненно важных центров головного мозга. Свободные радикалы (супероксид-радикал, перекись водорода и гидроксильный радикал), образующиеся в результате окислительно-восстановительных реакций, могут повреждать эндотелий сосудов, способствуя развитию атеросклероза, вызывать быстрое старение костно-хрящевой ткани суставов и позвоночника за счёт появления поперечных «сшивок» молекул белка коллагена, нарушать коллоидное равновесие желчи, приводя к образованию камней. А накопление уратов и оксалатов вызывает развитие мочекаменной болезни.

Биологические дефекты органов тела могут быть следствием *праарабдха-кармы* (негативных наклонностей прошлых жизней), генетических проблем или приобретенных «поломок» из-за разрушительного действия факторов внешней среды (острые и хронические стрессы, неправильное питание, инфекции, проживание в экологически неблагоприятных зонах). Кармический механизм считается наиболее значимым, поскольку, с одной стороны, даже со смертью тела болезнь переносится в новое воплощение, а с другой — воздействиями только на физическое тело проблему полностью решить невозможно. Следует знать, что те или иные пороки ослабляют камертонные центры (*чакры* третьего круга) соответствующих жизненно важных органов. Так, гордыня ослабляет печень, эгоцентризм — сердце, а страх и лицемерие — почки. Накопление *амы* в организме вызывает общую слабость, повышенную утомляемость, раздражительность, чувство дискомфорта, сонливость, нарушения памяти, обильный налет на языке, дурной запах изо рта, потерю аппетита, повышенное газообразование, мигрирующие боли в животе, гнойничковые высыпания на коже и др.

Вначале могут появиться только два-три симптома, однако по мере прогрессирования заболевания признаки эндотоксикоза будут нарастать.

Каждый орган имеет свою систему детоксикации. *Ама* обычно накапливается в «ослабленных» частях тела. Достаточно поголодать в течение суток, чтобы выяснить степень «зашлакованности» организма — в этот период вышеописанные симптомы проявятся особенно остро.

Метод «пяти зеркал» позволяет достаточно точно выявить места накопления *амы* в организме. На четвертой стадии болезни Аюрведа применяет методы *шодханы* (избавления от *амы*), проводя очищение желудка, кишечника, печени, крови, почек, дыхательной системы и кожи. Для этого используется *панчакарма* — пять очистительных процедур (*нетти-крия, вamana-дхоути, виречан, басты* и *абхьянга*), назначается прием препарата *трифала-гуггул* (фитокомплекса, активизирующего антитоксическую функцию клеток и ускоряющего выведение *амы* через печень, кишечник и почки), применяются различные энтеросорбенты и лечебные масла.

Пятая стадия болезни — *вякти-викрити* (клиническая или проявленная) — связана с активизацией механизмов саморегуляции организма, когда органы или ткани пытаются освободиться от *амы*. Эта стадия сопровождается возникновением специфических симптомов, например, болью в области почек, повышением температуры, кашлем или тошнотой. Такие проявления называются «музыкой болезни». Любая патология организма имеет свой индивидуальный ритм, проявляющийся периодами обострений и ремиссий, свой «характер» и свои «пристрастия». Она проявит себя не только различными симптомами, но и отразится в «пяти зеркалах» тела и *малах* (поте, моче и испражнениях), зазвучит на лучезапястной артерии, где принято определять пульс. Кожа, слизистые и язык отразят динамику развития болезни, а ушные раковины и глаза — глубину ее проникновения. Запахи пота и дыхания будут иметь характерные для каждой болезни особенности. Однако даже по жалобам пациента опытный врач сможет на этой стадии легко поставить диагноз.

К сожалению, большинство людей обращается за медицинской помощью только на пятой стадии, когда процесс лечения является достаточно сложным и требует огромных упорства и терпения и от врача, и

от больного. Здесь используется весь спектр комплексного лечения: *мармавидья*, остеопатия, лечебная и дыхательная гимнастика, гомеопатия, гирудо-, фито-, бальнео-, диетотерапия и др.

Если не удастся преодолеть болезнь на предыдущих стадиях, она неизбежно переходит в терминальную — *мритья-виприти*, когда защитные механизмы органа утрачивают свою силу, а ткани претерпевают необратимые изменения. Происходит постепенное разрушение и гибель данной системы организма. Например, при запущенной мочекаменной болезни образуется огромный коралловидный камень, что приводит к гидронефрозу и гибели почки, или из-за многочисленных инфарктов миокарда развивается сердечная недостаточность. Тут уже ни *мармавидья*, ни фитотерапия, ни гомеопатия не будут эффективны. Они в лучшем случае лишь позволят облегчить страдания пациента и замедлить приближение финала. Единственное, что еще может помочь, это попытка выполнить пересадку органа. Кстати, такие операции достаточно успешно проводились как в аюрведических ашрамах Сушруты, так и в дравидийских центрах Агастья много тысячелетий назад.

Список использованной литературы:

Charaka Samhita,
v.I-IV. Chaukhambha Orientalia, 1995.

Sushruta Samhita,
v.I-IV Chaukhambha Orientalia, 1992

Ashtanga Hridayam Samhita,
v.I-III. Chaukhambha Orientalia, 1991

Kasyapa Samhita.
Chaukhambha Orientalia, 1992

Shrimad Bhagatam,
I-12 canto. A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada,
Los Angeles, «BBT», 1987

Bhagavad gita as it is.
A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada,
Los Angeles, «BBT», 1980

Isha Upanishada.
A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada,
Los Angeles, «BBT», 1980

А.С.Бхактиведанта Свами Прабхупада
«Учение Господа Капилы»,
Москва: «Истоки», 1998

R. Thompson.
Vedic cosmography and astronomy.
Los Angeles, «BBT», 1989

Харикеша Свами Вишнупад.
Тринадцатая глава Бхагавад Гиты.
Москва: «Sentient Press», 1997

Харикеша Свами Вишнупад.
Вопросы и ответы.
Москва, «Истоки», 1998

Дипак Чопра.
Идеальное здоровье.
Москва: «Древо жизни», 1992

Кушниренко Э.Ю.
Два цветка на древе медицины.
Москва-Воронеж: «Золотое сечение», 1999

Свобода Р. Пракрити
(Ваша аюрведическая конституция),
Москва: «Саттва», 2001

Нарайян Р.К.
Боги, демоны и другие.
Москва: «Наука», 1974

Дильман В.М.
Почему наступает смерть.
Ленинград: «Медицина», 1972

Дильман В.М.
Четыре модели медицины.
Ленинград: «Медицина», 1987

Гроф С.
Холотропное сознание.
Москва: Издательство
Трансперсонального Института, 1996

Ли Хунчжи.
Фалунь Дафа.
Москва: Изд-во РУДН, 1999

Гумилев Л.Н.
Этногенез и биосфера Земли.
Ленинград: «Гидрометеиздат», 1990

Миньков А.Б.
Солнце доброе и солнце злое.
Аюрведа — наука жизни, №2, с. 59-63

Сичинава К.Л.
Три доши — три интегральных принципа управления физическим телом.
Аюрведа — наука жизни, №2, с.34-36

Сорокина Ю.В.
«Чарака Самхита», «Сушрута Самхита», «Кашьяпа Самхита».
Аюрведа — наука жизни, № 6, с.14-18, № 7, с.15-18, № 8, с. 14-17