

ЙОГА-СУТРЫ ПАТАНДЖАЛИ

Перевод Т. К. В. Десикачара

Глава 1 САМАДХИПАДА

1. (1) С этого начинается авторитетное наставление по йоге.
2. (1) Йога есть способность направлять разум исключительно на объект и удерживать это направление, не отвлекаясь.
3. (1) Тогда становится очевидной способность понимать объект полностью и правильно.
4. (1) Способность понимания объекта либо замещается его ментальной концепцией, либо попросту отсутствует как таковая.
5. (1) Существуют пять проявлений разума. Каждое из них может принести пользу и каждое может принести вред.
6. (1) Пять проявлений – это постижение, превратное понимание, воображение, глубокий сон и память.
7. (1) Постигание базируется на прямом наблюдении за объектом, умозаключении и информации из авторитетных источников.
8. (1) Превратное понимание – это такое понимание, которое воспринимается как правильное до тех пор, пока более благоприятные условия не откроют истинную природу объекта.
9. (1) Воображение – это постижение объекта, основанное только на словах и выражениях. Даже при отсутствии объекта.
10. (1) Глубокий сон происходит тогда, когда разум переполнен инертностью и отсутствуют другие проявления.
11. (1) Память – это ментальное сохранение сознательного опыта.
12. (1) Разум может достичь состояния йоги посредством упражнений и отрешенности.
13. (1) Упражнение, в основном, – это правильное усилие, требуемое для продвижения вперед, достижения и поддержания состояния йоги (см. 1-2).
14. (1) Только после длительного выполнения правильных упражнений, без перерывов, при наличии положительного к ним отношения и рвения, можно достичь желаемого.
15. (1) На высшем уровне отсутствует какое бы то ни было стремление как к высшим ощущениям, так и к экстраординарному опыту.
16. (1) Когда индивидуум достиг полного понимания своей истинной сути, он больше не будет поддаваться отвлекающему влиянию, как изнутри, так и вне его.

- 17.(1) Объект постепенно становится полностью понимаемым. Сначала на более поверхностном уровне. Со временем постижение становится более глубоким. И наконец оно становится всеобъемлющим. Достижение такой глубины понимания вызывает чистую радость. Индивидуум настолько сливается с объектом, что не замечает окружения.
- 18.(1) Обычные ментальные возмущения отсутствуют. Однако память о прошлом остается.
- 19.(1) Будут такие, которые родятся в состоянии йоги. Им не нужны упражнения или самодисциплина.
- 20.(1) Благодаря вере, которая дает достаточно энергии для достижения успеха вопреки всем случайностям, направление будет выдержано. Реализация целей йоги – это вопрос времени.
- 21.(1) Чем интенсивней вера и усилие, тем ближе цель.
- 22.(1) Глубина веры не одинакова для разных личностей. И она различна в разное время для одной и той же личности. Результаты будут отражать эти различия.
- 23.(1) Тот, кто возносит регулярные молитвы к Богу с чувством смирения перед его мощью, безусловно обретет возможность достичь состояния йоги.
- 24.(1) Бог – это Высшее Существо, чьи действия никогда не основаны на неправильном постижении.
- 25.(1) Он знает все, что следует знать.
- 26.(1) Бог вечен. В действительности он перво-учитель. Он источник Руководства для всех учителей прошлого, настоящего и будущего.
- 27.(1) Способом, наиболее соответствующим Его качествам.
- 28.(1) Для того чтобы связаться с Богом, необходимо регулярно и правильно обращаться к Нему и размышлять о Его качествах.
- 29.(1) Со временем человек постигнет свою истинную природу. Его не смутят никакие препятствия, которые могут возникнуть на его пути к состоянию йоги.
- 30.(1) Существует девять типов препятствий на пути к развитию ментальной ясности: болезнь, ментальная стагнация, сомнения, недостаточное предвидение, усталость, индальгирование, иллюзии относительно реального состояния своего разума, недостаточное упорство и деградация. Они являются помехами, поскольку создают ментальные возмущения и способствуют отвлечению внимания.
- 31.(1) Появление всех этих препятствий выражается посредством одного или нескольких следующих симптомов: ментальный дискомфорт, негативное мышление, неспособность легко переносить различные позы тела, трудности при контроле дыхания.
- 32.(1) Если вы сможете выбрать подходящее средство для успокоения разума и упражняться в его применении, несмотря ни на какие

провокации, препятствия не смогут укорениться.

- 33.(1) В повседневной жизни мы видим вокруг себя людей более счастливых, чем мы, и людей менее счастливых. Некоторые из них совершают достойные поступки, другие создают проблемы. Каково бы ни было наше обычное отношение к таким людям и их поступкам, если мы сможем порадоваться за более счастливых и посочувствовать менее счастливым, возликовать вместе с создающими вещи, достойные восхищения, и остаться равнодушными к ошибкам других, наш разум станет уравновешенным.
- 34.(1) Может помочь выполнение дыхательных упражнений с использованием растянутого выдоха.
- 35.(1) Регулярными исследованиями роли ощущений мы можем уменьшить ментальные искажения.
- 36.(1) Когда мы интересуемся, что есть жизнь и что сохраняет нас живыми, мы успокаиваем отвлекающие нас мысли.
- 37.(1) Когда мы сталкиваемся с проблемами, большую пользу может принести совет того, кто уже справился с подобными проблемами.
- 38.(1) Исследование грез и сна, а также опыт, полученный во время этих состояний, могут помочь прояснить некоторые из наших проблем.
- 39.(1) Любое пробуждение интереса успокаивает разум.
- 40.(1) Когда человек достигает этого состояния, ничто не ускользает от постижения. Разум может отследить и помочь понять простое и сложное, безграничное и бесконечно малое, осознаваемое и неосознаваемое.
- 41.(1) Когда разум свободен от возмущений, появляется возможность вовлечения всех ментальных процессов в исследование объекта. Оставаясь в таком состоянии, вы становитесь полностью погруженным в объект. Тогда разум, подобно отшлифованному алмазу, отражает только свойства объекта и ничего более.
- 42.(1) Вначале, из-за влияния прошлого опыта и старых идей наше понимание объекта искажено. Все услышанное, увиденное, прочитанное или прочувствованное вмешивается в наше восприятие.
- 43.(1) Когда направление разума на объект будет длительным, идеи и воспоминания прошлого постепенно отступят. Разум становится кристально чистым и неотделимым от объекта. В этот момент нет ощущения себя. Остается только чистое восприятие.
- 44.(1) Процесс возможен с любым типом объектов, на любом уровне восприятия, независимо от глубины проникновения и широты охвата.
- 45.(1) За исключением того, что разум не может постичь сам источник восприятия внутри нас самих, остальные объекты (даже неограниченные) постигаемы.
- 46.(1) Все эти процессы направления разума вовлекают объект исследования.

- 47.(1) Тогда личность начинает правильно познавать себя.
- 48.(1) Тогда то, что он видит и разделяет с другими, свободно от ошибок.
- 49.(1) Его знание больше не основывается на воспоминаниях или умозаключениях. Оно спонтанное, непосредственное и, как по уровню, так и по интенсивности, значительно превышает обычное.
- 50.(1) По мере того как новообретенное свойство разума постепенно укрепляется, оно начнет преобладать над всеми другими ментальными тенденциями, основанными на превратном понимании.
- 51.(1) Разум достигнет состояния, в котором у него не будет никаких впечатлений. Он открыт, чист и прозрачен.

[[к началу](#)]

Глава 2

САДХАНАПАДА

1. (2) Упражнения йоги должны уменьшить ментальную и физическую нечистоту. Они должны развить нашу способность к самоисследованию и помочь нам понять при окончательном анализе, что мы не являемся хозяевами всех своих поступков.
2. (2) Тогда такие упражнения безусловно уберут препятствия перед чистым восприятием.
3. (2) Помехами являются превратное понимание, искажение ценностей, чрезвычайная привязанность, беспричинная неприязнь и страх.
4. (2) Превратное понимание является источником всевозможных помех. Они не всегда появляются одновременно, а их характеристики постоянно меняются. Иногда они затуманены и едва различимы. Но иногда они проявляют себя отчетливо и доминируют.
5. (2) Превратное понимание ведет к ошибкам в постижении характера, происхождения и эффекта, производимого воспринимаемыми объектами.
6. (2) Отношение к умственной деятельности как к единственному источнику восприятия, приводит к неправильному отождествлению.
7. (2) Чрезвычайная привязанность основана на допущении, что она приведет к вечному счастью.
8. (2) Беспричинная неприязнь обычно возникает в результате прошлого болезненного опыта, связанного с конкретным объектом или ситуацией.
9. (2) Страх является врожденным чувством беспокойства по поводу предстоящего. Ему подвержены и мудрые, и невежественные.
10. (2) Когда кажется, что помехи отсутствуют, очень важно оставаться бдительным.

- 11.(2) Сдвинуться в состояние рефлексии для уменьшения силы их воздействия, чтобы не дать им взять над собою верх.
 - 12.(2) Помехи влияют на наши действия и их последствия. Последствия могут быть или могут не быть очевидными во время самого действия.
 - 13.(2) Все время, пока помехи превалируют, они обязательно будут влиять на действия: на их исполнение, их длительность и их последствия.
 - 14.(2) Последствия от действий будут болезненными или благоприятными в зависимости от наличия помех в концепции или при выполнении действия.
 - 15.(2) Болезненные воздействия объектов или ситуаций могут происходить в результате:
 - изменений в воспринимаемом объекте.
 - при желании повторить удовольствие и сильные впечатления, имевшие место в прошлом.
- Дополнительным фактором могут быть изменения в самой личности.
- 16.(2) Нужно предвидеть и избегать болезненных мнений, проявление которых предполагается.
 - 17.(2) Причина действий, производящих болезненный эффект, заключается в неспособности отличить то, что воспринято, от того, что воспринимает.
 - 18.(2) Все, что воспринимается, включает не только внешние объекты, но и разум и чувства. Все они обладают тремя свойствами: инертностью, активностью и ясностью. Им свойственно воздействие двух типов. Подвергнуть воспринимающего своему влиянию или предоставить средства различения между ними и собой.
 - 19.(2) Все, что воспринимается, есть проявление трех общих свойств.
 - 20.(2) То, что воспринимает, не подвержено никаким изменениям. Но воспринимает оно всегда посредством разума.
 - 21.(2) Все, что может быть воспринято, имеет только одну цель: быть воспринятым.
 - 22.(2) Существование всех объектов (а следовательно, и их восприятие) не зависит от потребностей индивидуальности воспринимающего. Они существуют безотносительно индивидуальности, не приспособляясь к различным потребностям разных индивидуальностей.
 - 23.(2) Все, что воспринимается, чем бы оно ни было или какое бы воздействие оно ни оказывало на конкретную личность, имеет одну-единственную цель. Эта цель заключается в прояснении разницы между внешним, видимым, и внутренним – тем, кто видит.
 - 24.(2) Отсутствие ясности при определении различий между тем, что воспринимает, и тем, что воспринимается, происходит из-за накопления превратного понимания.

- 25.(2) По мере уменьшения превратного понимания увеличивается ясность. Это – дорога к свободе.
- 26.(2) Существенно, чтобы средства были направлены на достижение такой ясности, при которой различие между изменяющимися свойствами воспринимаемого и неизменными свойствами воспринимающего стало бы очевидным.
- 27.(2) Обретение ясности – постепенный процесс.
- 28.(2) Упражнения и интерес к различным компонентам йоги постепенно уменьшают влияние таких помех, как превратное понимание (2-3). Тогда свет восприятия становится ярче и различие между тем, что воспринимает, и тем, что воспринимается, становится все более и более очевидным. После этого все может быть понято без ошибок.
- 29.(2) Существует восемь компонентов йоги. Это:
- Яма – наше отношение к окружению.
 - Нияма – наше отношение к себе.
 - Асана – упражнения с телом.
 - Пранаяма – упражнения с дыханием.
 - Пратьяхара – ограничение наших ощущений.
 - Дхарана – способность направлять наш разум.
 - Дхьяна – способность развить взаимодействие с тем, что мы стремимся понять.
 - Самадхи – полная интеграция с объектом, который мы намерены понять.
- 30.(2) Яма предусматривает:
- Предупредительность по отношению ко всему живущему, особенно к безответным, находящимся в затруднительном положении или в положении худшем, чем наше.
 - Правильное общение посредством речи, письменности, жестов и действий.
 - Отсутствие алчности или способность противостоять желанию обладать чужим.
 - Ровное поведение во всех действиях.
 - Отсутствие жадности или способность принять только уместное.
- 31.(2) Если мы принимаем такое отношение к нашему окружению безо всяких компромиссов, независимо от нашего социального, культурного, интеллектуального или личного положения, это приближает необратимость.
- 32.(2) Нияма предусматривает:
- Чистоту или поддержание нашего тела и нашего окружения в чистоте и опрятности.
 - Удовлетворенность (или способность удовлетворяться) тем, что имеешь, и тем, чего не имеешь.
 - Удаление мусора из наших физической и ментальной систем за счет поддержания таких правильных привычек, как сон, упражнения, диета, работа и расслабление.

- Обучение и необходимость пересматривать и оценивать наши успехи в продвижении вперед.
- Почитание высшего разума или принятие нашей ограниченности по отношению к всезнающему Богу.

- 33.(2) Когда встает вопрос о нашем отношении, может помочь анализ возможных последствий альтернативного отношения.
- 34.(2) Например, внезапное желание действовать грубо или поощрить или принять грубые действия должно быть сдержано осознанием вредных последствий. Очень часто такие действия являются результатом низменных инстинктов, таких, как гнев, алчность или предвзятое суждение. Вне зависимости от наших побуждений, осознание возможных последствий может предотвратить подобные действия.
- 35.(2) Чем более вы внимательны, тем более дружеское отношение к себе вы вызываете своим присутствием.
- 36.(2) Человек, которому свойствен высокий уровень правильного общения, не потерпит неудачу в своих действиях.
- 37.(2) Человеку правдивому, не домогающемуся чужого, все доверяют и делятся с ним самым ценным.
- 38.(2) В лучшем своем проявлении умеренность вырабатывает высшую индивидуальную жизненную силу.
- 39.(2) Тот, кто не жадный, пребывает в безопасности. У него есть время глубоко задуматься. Он полностью понимает себя.
- 40.(2) Если чистоплотность уже развита, она открывает то, что должно постоянно поддерживаться и что остается вечно чистым. Все гнивающее – внешнее. Все чистое – внутри нас.
- 41.(2) Личность становится способной размышлять о глубинных основах своей индивидуальности, в том числе и об источнике восприятия, не позволяя чувствам затуманить эти рассуждения. Человек освобождается от превратного понимания, накопленного в прошлом.
- 42.(2) Результатом удовлетворенности является полное счастье.
- 43.(2) Удаление нечистоты позволяет телу функционировать более эффективно.
- 44.(2) Размышления, развитые до высочайшей степени, приближают человека к высшим силам, и это способствует пониманию наиболее сложного.
- 45.(2) Обращение к Богу способствует полному пониманию любого выбранного объекта.
- 46.(2) Асана должна обладать двойным свойством: смертностью и расслабленностью.
- 47.(2) Эти качества могут быть достигнуты распознаванием и наблюдением за реакцией тела и дыхания на различные позы,

составляющие практику асаны. Однажды познанные, эти реакции могут контролироваться шаг за шагом.

- 48.(2) Если правильно следовать этим принципам, практика асаны поможет минимизировать влияние внешних факторов на тело, таких, как возраст, климат, диета и работа.
- 49.(2) Пранаяма – это сознательное, обдуманное регулирование дыхания, заменяющее неосознанные дыхательные движения. Оно возможно только после осознанного овладения практикой асан.
- 50.(2) Она включает в себя регулирование выдоха, вдоха и задержки дыхания. Управление этими тремя процессами достигается модуляцией их длительности и сохранением этих параметров на некоторое время с одновременным вовлечением мышления в этот процесс. Все компоненты дыхания (вдох, выдох и задержка дыхания) должны быть длительными и ровными.
- 51.(2) Тогда дыхание выходит за уровень сознания.
- 52.(2) Регулярное выполнение упражнений пранаямы уменьшает помехи, затемняющие ясное восприятие.
- 53.(2) Разум теперь подготовлен к процессу направления на выбранную цель.
- 54.(2) Обуздание чувств происходит, когда разум в состоянии оставаться на выбранном направлении и чувства безразличны к окружающим их объектам и безусловно следуют в направлении, контролируемом разумом.
- 55.(2) Тогда чувства становятся управляемыми.

[[к началу](#)]

Глава 3

ВИБХУТИПАДА

1. (3) Разум достигает способности быть направленным (дхарана), когда концентрация на выбранном объекте остается стабильной, несмотря на существование других объектов, отвлекающих разум от выбранного направления.
2. (3) Тогда ментальные проявления формируют непрерывный поток в направлении этого объекта.
3. (3) Вскоре личность настолько вовлекается в объект, что становится очевидным его постижение. Все остальное исчезает. Так, будто индивидуум потерял себя. Это полная интеграция с постигаемым объектом (самадхи).
4. (3) Если эти процессы устойчиво направлены на один и тот же объект, тогда их называют самамой.
5. (3) Исследование самамой выбранного объекта ведет к полному постижению объекта во всех его аспектах.

6. (3) Самьяма должна развиваться постепенно.
7. (3) В сравнении с первыми пятью компонентами йоги (сутра 2-29), три последних (сутры 3-1, 2, 3) являются более сложными.
8. (3) Состояние, когда разум свободен от впечатлений и не существует ничего, чего бы он не мог достичь (нирбиджах самадхи), более сложное, чем состояние направленности на объект (самадхи).
9. (3) Разуму свойственны два состояния, базирующихся на двух различающихся тенденциях. Это внимание и рассеянность. Однако в любой момент превалирует только одно из них, и это состояние влияет на поведение индивидуума.
10. (3) В результате постоянных и непрерывных упражнений разум может научиться оставаться в состоянии внимания длительное время.
11. (3) Разум выбирает между возможностью интенсивной концентрации и состоянием, когда альтернативные объекты могут привлечь его внимание.
12. (3) Мышление достигает стадии, когда связь с объектом становится основательной и постоянной. Перестают появляться помехи.
13. (3) Как уже установлено, разум пребывает в различных состояниях (в соответствии с которыми возникают различные отношения, возможности и манеры поведения индивидуума). Можно также сказать, что изменения могут происходить во всех объектах восприятия и в ощущениях. Подобные изменения могут происходить на различных уровнях и под воздействием различных внешних факторов, таких, как время или наши умственные способности.
14. (3) Субстанция содержит все свои характеристики. В зависимости от конкретно принимаемой ею формы, соответствующие этой форме характеристики становятся очевидными. Но какие бы формы и какие бы характеристики субстанции ни проявлялись в данное время, существует база, содержащая все характеристики. Некоторые проявлялись в прошлом, некоторые очевидны в настоящее время, другие проявят себя в будущем.
15. (3) Изменяя порядок или последовательность изменений, можно модифицировать характеристики одного типа в характеристики другого типа.
16. (3) Самьяма на процесс изменения (как на него может воздействовать время и другие факторы) развивает знание о прошлом и будущем.
17. (3) Исследование самьямой взаимодействия между языками, идеями и объектом заключается в исследовании индивидуальных, характеристик объектов, средств описания объектов и идей и их культурного влияния на мышление описывающих их личностей. Посредством этого мы сможем обнаружить наиболее точный и эффективный способ коммуникации, не зависящий от лингвистических, культурных и прочих, барьеров.

- 18.(3) Исследование самой привычек и тенденций приводит к их источнику. Соответственно, индивидуум обретает глубокое знание своего прошлого.
- 19.(3) Исследование самых изменений, возникающих в собственном мышлении, развивает способность остро замечать детали состояния мышления других.
- 20.(3) Нет. Причина состояния разума индивидуума находится вне области наблюдения другого индивидуума.
- 21.(3) Исследование самой взаимосвязи между характеристиками тела и тем, что на них воздействует, может дать средства слияния с окружением таким образом, что можно стать неразличимым.
- 22.(3) Результаты действий могут проявляться немедленно либо с опозданием. Исследование самой этого вопроса может дать возможность предсказывать ход будущих действий и даже собственную смерть.
- 23.(3) Различные качества, такие, как дружелюбие, сочувствие, удовлетворенность, могут быть исследованы самой. Это позволяет узнать, как укрепить выбранное качество.
- 24.(3) Исследование самой физической силы слона может дать силу слона.
- 25.(3) Направление разума на исследование самой жизненной силы посредством самой и удержание этого направления дает возможность постигать тонкие различия и понимать, что мешает глубокому изучению.
- 26.(3) Исследование самой солнца дает обширные знания о планетных системах и областях космоса.
- 27.(3) Исследование самой луны дает глубокое знание положения звезд в различное время.
- 28.(3) Исследование самой Полярной звезды дает знание об относительном перемещении звезд.
- 29.(3) Исследование самой области пупка дает знание о различных органах тела и их расположении.
- 30.(3) Исследование самой горла дает понимание причин возникновения жажды и голода. Это позволяет контролировать проявление их крайних симптомов.
- 31.(3) Исследование самой области груди и исследование чувств, возникающих в этой области в различных физических и умственных состояниях, дает средство оставаться стабильным и спокойным даже в стрессовых ситуациях.
- 32.(3) Исследование самой источника высших умственных способностей индивидуума может развить сверхнормальные способности.
- 33.(3) Все может быть понято. После каждой попытки возникает новое,

спонтанное понимание.

- 34.(3) Исследование самьямой сердца вполне определенно проявляет качества ума.
- 35.(3) Разум, который изменяется, и Воспринимающий, который не изменяется, схожи, но имеют разный и различимый характер. Когда разум направлен вовне и машинально реагирует на объекты, возникает либо удовольствие, либо боль. Однако когда в определенный момент индивидуум начинает исследовать саму природу связи между Воспринимающим и восприятием, разум отсоединяется от внешних объектов, и тогда возрастает понимание самого Воспринимающего.
- 36.(3) Тогда личность начинает обладать экстраординарными способностями к восприятию.
- 37.(3) Для индивидуума, который может вернуться к состоянию рассеянности, это экстраординарное знание и способности, полученные посредством самьямы, весьма ценны. Но для того, кто стремится к стабильному состоянию йоги, результаты самьямы сами по себе являются помехами.
- 38.(3) Исследуя причины косности, поражающей разум личности, и исследуя средства смягчения этой косности, мы открываем огромные потенциальные возможности в преодолении собственных ограничений.
- 39.(3) Овладев силами, передающими ощущения от тела к разуму, можно управлять внешними стимулами. Например, кто-то может вытерпеть воздействие водой любой температуры или уколы колючками, или ходить по неустойчивой поверхности, или далее чувствовать себя таким же легким, как воздушный шар.
- 40.(3) Овладев искусством управления саманой, можно научиться управлять температурой тела.
- 41.(3) Исследование самьямой связи между слуховым восприятием и пространством развивает исключительный слух.
- 42.(3) Исследовав самьямой связи между телом и пространством, а также исследовав свойства объекта, который может летать подобно хлопковому пуху, можно получить знания о перемещении в пространстве.
- 43.(3) Исследуя эти явления и развивая условия, при которых разум не искажает восприятие, мы достигаем экстраординарных способностей, с помощью которых можно исследовать другие разумы. Облака, мешающие правильному восприятию, уменьшаются до минимума.
- 44.(3) Исследование самьямой процесса происхождения материи во всех ее формах, представлениях и используемых видах может развить способность управлять энергиями стихий.
- 45.(3) Когда индивидуум может управлять энергиями стихий, они более не отвлекают его. Тело достигает совершенства и развиваются

- экстраординарные способности.
- 46.(3) Совершенство тела означает внешнюю привлекательность, физическое здоровье и необычайную физическую силу.
- 47.(3) Мастерство управления чувствами достигается с помощью исследований самьямой:
- способности чувств обозревать соответствующие объекты,
 - того, как эти объекты понимаются (как индивидуум опознает объект),
 - взаимосвязи объекта, чувств, разума и Воспринимающего,
 - того, что получается от такого восприятия.
- 48.(3) Тогда отклик чувств будет таким же быстрым, как и реакция разума. Их восприятие станет острым, и у индивидуума появится способность влиять на характеристики энергий стихий.
- 49.(3) Когда получено ясное понимание различия между Воспринимающим и разумом, становятся известными все состояния разума и то, что на них воздействует. Разум становится совершенным инструментом безупречного восприятия всего, что необходимо знать.
- 50.(3) Свобода, являющаяся конечной целью йоги, достигается только тогда, когда отвергается желание получить экстраординарное знание и полностью контролируется источник возмущений.
- 51.(3) Попытка занять более высокое положение среди окружающих с помощью полученных знаний посредством самьямы должна быть пресечена. Иначе индивидуум придет к неприятным последствиям, подобным тем, которые возникают из-за всех помех в йоге.
- 52.(3) Самьяма на время и его течение приводит к абсолютной ясности.
- 53.(3) Ясность позволяет различать объекты даже в тех случаях, когда различие не ясно. Очевидная похожесть не должна удерживать индивидуума от четкого восприятия выбранного объекта.
- 54.(3) Такая ясность не является исключительной особенностью какого-то объекта, какой-нибудь ситуации или какого-то момента. Она не является результатом цепи логических рассуждений. Она непосредственна, спонтанна и всеобща.
- 55.(3) Свобода есть полное тождество разума с Воспринимающим.

[[к началу](#)]

Глава 4

КАЙВАЛЬЯПАДА

1. (4) Исключительные ментальные способности могут быть достигнуты:
- получены генетически по наследству;
 - за счет использования трав, как предписано в Ведах;
 - посредством произнесения магических формул;
 - за счет сурового аскетизма;

- благодаря достижению такого состояния сознания, в котором слияние разума и объекта неподвластно влиянию помех (самадхи).
2. (4) Переход от одного набора характеристик к другому существенно зависят от основных рассматриваемых свойств.
 3. (4) Но такой интеллект может только убрать помехи, мешающие определенным изменениям. Его роль не больше, чем роль крестьянина, открывающего дамбу, позволяя в нужное время воде течь на поля.
 4. (4) Обладая исключительными ментальными способностями, личность может влиять на ментальное состояние других существ.
 5. (4) Это влияние также зависит от состояния воспринимающего.
 6. (4) Если разум находится в состоянии дхьяны, то его влияние на другой разум не может усилить в последнем беспокойство или другие помехи. В действительности, они уменьшаются.
 7. (4) И они действуют безо всякой мотивации, в то время как другие, также обладающие исключительными способностями, действуют под влиянием тех или иных мотиваций.
 8. (4) Из-за того, что разум обладает склонностью действовать на основе пяти возмущений, они [возмущения], не будучи уничтожены, проявятся в будущем, приводя к неприятным последствиям.
 9. (4) Память и скрытые впечатления связаны. Связь сохраняется, далее если между похожими действиями проходит значительное время и изменяется место (или фон), на котором они совершались.
 10. (4) Во все времена и во всех людях существует сильное желание бессмертия. Поэтому эти впечатления не могут быть приписаны какому-то конкретному времени.
 11. (4) Эти тенденции поддерживаются и подкрепляются превратным пониманием, внешними стимулами, привязанностью к плодам, полученным в результате совершенных действий, а также качеством разума, способствующим чрезмерной активности.
 12. (4) Сущность того, что исчезло, так же как и того, что может появиться, всегда существует. Проявятся они или нет, зависит от направления изменения.
 13. (4) Проявление конкретных характеристик зависит от изменений трех качеств.
 14. (4) Текущие характеристики субстанции в действительности определяются соотношением трех качеств в конкретный момент времени.
 15. (4) Характеристики объекта проявляются по-разному в зависимости от различных ментальных состояний наблюдателя.
 16. (4) Если бы объекты были только концепциями конкретного индивидуального разума, тогда существовали ли бы они в отсутствие

восприятия им?

- 17.(4) Воспринимаемость объекта индивидуумом зависит и от доступности объекта, и от мотивации индивидуума,
- 18.(4) Ментальные проявления всегда известны Воспринимающему, который неизменен и является хозяином разума.
- 19.(4) Кроме того, разум является частью того, что воспринимается, и не имеет собственных возможностей постигать.
- 20.(4) Разум не может играть две роли, потому что он не может одновременно создавать и наблюдать созданное.
- 21.(4) В сознании индивидуума с такой последовательностью разумов кратковременного существования наступит беспорядок и возникнет трудность поддержания согласованной памяти.
- 22.(4) Когда разум не связан с внешними объектами и не соотносит внешнюю форму с Воспринимающим, тогда он сам принимает форму Воспринимающего.
- 23.(4) Так разум служит двойной цели. Он обслуживает Воспринимающего, предоставляя ему внешнее. Он также отображает или представляет Воспринимающего для собственного просвещения.
- 24.(4) Разум накапливает различные впечатления, которые всегда в распоряжении Воспринимающего. Так происходит потому, что разум не может функционировать без силы Воспринимающего.
- 25.(4) Личность необычайной ясности – это личность, которая свободна от желания узнать природу Воспринимающего.
- 26.(4) И их ясность оставляет им только одну заботу о достижении состояния свободы.
- 27.(4) Могут проявиться возмущающие впечатления из прошлого, отвлекающие от цели.
- 28.(4) Никогда нельзя мириться даже с незначительными ошибками, поскольку они так же вредны, как и пять препятствий.
- 29.(4) Возникает состояние разума, наполненного ясностью относительно всех вещей во все времена. Это похоже на шквал чистой ясности.
- 30.(4) Это настоящее состояние свободы от действий, основанных на пяти помехах.
- 31.(4) Когда разум свободен от облаков, мешающих восприятию, все становится известным, ничего не нужно узнавать.
- 32.(4) Три основных свойства перестают сопровождать последовательность перемежающихся болей и удовольствий.
- 33.(4) Последовательность – это замена текущей характеристики последующей. Любая замена привязана к определенному моменту времени. Замена характеристик, в свою очередь, является основой данного момента.

34.(4) Когда достигнута высшая цель жизни, три основных качества не возбуждают отклика в разуме. Это свобода. Другими словами, Воспринимающий больше не окрашивается разумом.