

*Кто я? – Себя я вопрошаю.
Кто я? – Ищу я свой ответ.
Кто я? – Комок я тёмный праха?
Кто я? – Ума разбуженного свет?
Я тот, который зрит на мир бесстрастно?
Кто я? – Я тот!! Я тот! Я тот.*

Михаил Галкин

Даже беглое знакомство с книгами, которые я рекомендовал для изучения, должно было дать вам материал для размышлений и примеры йогического подхода к возникающим жизненным проблемам. Это – подход Наблюдателя, который позволяет трезво оценивать вопросы и успешно их решать. Потом следует изложение своего опыта на бумаге и публикация, чтобы знания не потерялись и могли служить людям.

Постепенно, подзаряжаясь юмором и оптимизмом, очищая свой ум весёлыми задачами, общением с интересными личностями и размышлениями над собственными составляющими, мы с вами подошли к наиболее важной для практики Йоги классификации людей. Опираясь на неё, вы сможете понять, что же Вам на самом деле нужно в жизни, сможете поставить собственные цели и достигнуть их, используя Йогу как инструмент. Инструмент, соединяющий Ваши тело, ум и душу в одно гармоничное целое, соединяющий Вашу микровселенную с другими микро- и макровселенными, и, в конечном итоге, с Абсолютом (Брахманом, Дао, Богом). Ведь Йога – это связь.

Хотя *homines non sunt similes* (лат. люди не одинаковы), и сочетание в каждом из нас **тела, ума и души** очень разнообразно, ведущим для каждого Я всегда будет только один элемент. Соответственно, в зависимости от его преобладания, люди делятся на **живущих, страждущих** или **ищущих**. Каждая из этих категорий людей, в свою очередь, состоит из разных **уровней развития** – от первой (низшей) до пятой (высшей). Эти уровни характеризуются степенью развития ума и умений, качеством своих запросов и способностью их удовлетворить. Основные отличия между категориями людей состоят в их жизненных ценностях и целях, в различных представлениях о счастье.

Жизнь **живущих** построена на удовлетворении запросов своего тела. Для живущих – а их в мире большинство – важно обеспечить свой быт: питание, одежду, жилище, здоровье, секс. Они следуют основным

.....
жизненным инстинктам, поэтому «любовь и голод правят миром»¹. Идеалы живущих – здоровье (в прямом, физическом смысле) и богатство, позволяющее приобрести всё желаемое (по их мнению).

Хотя запросы их могут расти, они остаются простыми, понятными всем физическими потребностями и желанием обеспечить их удовлетворение в будущем. Общение им не особо нужно, если есть всё желаемое. Потеря здоровья, денег, пищи, дома, отсутствие сексуальных партнёров, делает живущего несчастным и злобным.

Живущим трудно понять тех, которые хорошо обеспечены, богаты, здоровы, но не довольны собой, чего-то ищут, страдают, или стремятся к славе ради славы, или карабкаются на вершины власти ценой невероятных усилий и собственного здоровья... Они однозначно выбирают долгую и обеспеченную жизнь, но никак не короткую и славную типа Ахиллеса из древнегреческого эпоса.

Чем выше уровень живущего, тем лучше он может обеспечить себя всем необходимым, тем он умнее, образованнее, интереснее в общении. Но его основные жизненные ценности остаются в пределах его тела.

Примеры живущих низкого уровня у всех перед глазами. Это люди глупые, ленивые, не желающие ничему учиться, запросы у них маленькие, качество потребляемого не важно. В общем, если дать им «хлеба и зрелищ», они будут вполне счастливы в своём невежестве. Соответственно, заниматься самосовершенствованием они начинают только когда «гром грянет...». Поэтому стимулировать их в развитии могут только суровые учителя и господа (палочная дисциплина), а также суровая жизнь (собственные болезни, стихийные бедствия, война...).

Средний, третий уровень живущих уже демонстрирует больше ума и трудолюбия, направленного на удовлетворения собственных запросов, которые у них более взыскательны, чем у первых двух уровней.

Живущие высших уровней (4-й и 5-й) достигают всех своих желаний, а они у них самые изысканные. Это гурманы, тонкие

¹ «durch Hunger und durch Liebe». - Шиллер, «Мудрость мира»

ценители физической красоты, искусства, литературы, любители богатой и не ограниченной в удовольствиях жизни. Это умные и интересные, трудолюбивые люди, которые добиваются немалых успехов в своей жизни.

Из знаменитых личностей могу привести пример писателя Александра Дюма-отца, мастера лёгкого стиля, гурмана, любителя женщин и весёлых компаний. По моему мнению, его стремление к славе было вторичным, не определяющим. К этой же категории я бы отнёс В.В. Похлёбкина, историка и глубокого знатока кулинарии, поваренные книги которого читаются как бестселлеры.

Я думаю, что китайские даосы, которые искали «пилюлю бессмертия», разработали методы продления жизни и омоложения, а также изучили и описали методы лечения воздействием на точки акупунктуры, также яркие представители живущих.

В Йоге, как я уже говорил, телу, его очищению, лечению, оздоровлению, укреплению и защите, уделяется достаточное внимание. Практика физических упражнений гармонично сочетается с развитием других своих составляющих. При этом физические упражнения Йоги – например, асаны хатха-йоги, или комплексы Кшатра-йоги (мандалы в Каларипаятту, таолу в Ушу) – позволяют на более продвинутых уровнях напрямую «замыкать» тело на душу, когда тело становится проводником души. Это приводит к высшим состояниям (дхьяна и самадхи), позволяя добиться просветления посредством тела.

Страждущие привязаны в своей жизни к более абстрактным вещам, чем живущие. Самые ходовые из них – это власть и слава. Этих людей в мире меньше. Если стремление к власти и славе («без фанатизма») ещё может быть понятно живущему как желание себя материально обеспечить «здесь и сейчас», то будущая слава, слава в веках, и всё это ценой невероятных усилий и самоограничений – для живущего – пустой звук.

Богатство, к которому так стремятся живущие, для страждущих только «побочный продукт» власти/славы, средство добывания власти/славы или просто предмет тщеславия. Для них «понты дороже

денег» и страшна «потеря лица» вплоть до полного игнорирования любви к жизни (самоубийство). Они могут не обращать особого внимания как на собственные жизненные трудности, так и на то, что они напролом идут к свои целям, распихивая и затаптывая других. Вспоминается образ дракона (карпа) из китайских мифов. Они – лидеры, руководители, актёры, журналисты, публичные люди... Им всегда нужен «фон», окружение, которое «ниже», чтобы они могли выделяться в сравнении. Думаю, когда на вопрос: «Как дела?» - отвечают: «Лучше всех», вы имеете дело со страждущим.

Среди страждущих тоже выделяются уровни развития. Первый и второй – самые примитивные, основанные на грубой силе и самолюбовании. Им достаточно для счастья считаться «первым парнем на деревне», сделать самую большую свадьбу, быть членом банды грабителей, накачать себе огромные мышцы и т.д.

На третьем уровне уже больше ценится собственное умственное превосходство над другими. Эти люди могут руководить бандой, заводом, селом, городом... С ростом ума у страждущих соответственно растут амбиции и аппетиты. Они могут направить свои усилия на достижение всё большей власти, добиваться научного признания или успеха у публики (актёры), пытаться завоевать чемпионские титулы в спорте. В общем-то эти стремления достойны, если не направлены во вред окружающим и не принижают их, что нередко случается. Должен же кто-то организовывать общество для нужных дел (управление, политика) или показывать другим примеры торжества силы воли, героизма, трудолюбия и упорства (например, в спорте)! Они часто переоценивают собственные возможности. Бывает, это помогает преодолевать казалось бы непреодолимые препятствия, но случаются и «болезненные падения» вплоть до смертельных исходов.

Представители четвёртого и пятого уровней развития – это выдающиеся политические деятели, знаменитые артисты, лучшие спортсмены и учёные. Они у всех на виду, примеров масса. Главный их соблазн, трудность – справиться с гордыней, тщеславием и с неутолимой жаждой всё большей власти, всё большего признания. Достижение мирового господства, непобедимость, непревзойдённость... Иллюзия собственной исключительности. Почитайте о жизни знаменитого одессита С. И. Уточкина. Это многогранный, талантливый спортсмен начала 20-го столетия,

растративший свою жизнь, всю свою невероятную энергию на погоню за призрачным первенством.

Широко известны и многочисленные аскеты, долгие годы по обетам истязавшие себя ради достижения различных сверхспособностей. Их цели – цели страждущих. Ведь сверхспособности им нужны только для того, чтобы потешить своё самолюбие и продемонстрировать окружающим своё «величие», власть над ними. Индийские и кельтские легенды полны таких примеров гневливых «мудрецов», вечно кого-то проклинающих или унижающих сонмы богов. Да и далеко не все китайские даосы занимались исключительно милосердной наукой врачевания...

Живое представление о Древней Индии, её быте, культуре, мифологии, ценностях вы найдёте в «Океане сказаний» кашмирского поэта 11-го века Сомадэвы².

А окунуться в своеобразный мир «Срединного государства» (中国) вам помогут новеллы Пу Сунлина³.

По-моему, идеальный путь для страждущего изложен Конфуцием в его учении о благородном муже:

«Не беспокойся о том, что у тебя нет высокого чина. Беспокойся о том, достоин ли того, чтобы иметь высокий чин. Не беспокойся о том, что тебя не знают. Беспокойся о том, достоин ли ты того, чтобы тебя знали...»⁴

Второй друг из притчи первой Беседы – пример добродетельного страждущего. И не важно, что такие правители сейчас скорее исключение, чем правило (как, впрочем, и во времена Конфуция). Нужно всегда ориентироваться на лучшее и воплощать его в жизнь. Даже если во всём мире останется только один Конфуций со своими идеями!

Развитию ума в Йоге, как вы давно должны были понять из наших бесед, уделяется очень большое внимание. Понятно, что ум сам по себе,

² https://royallib.com/book/somadeva/ocean_skazaniy.html и другие издания.

³ <http://hkcinema.gotar.ru/chinlit/pusongling/pusongling.htm>

⁴ Афоризмы старого Китая. Изд. 2-е, испр. / Пер. с кит. В.В. Малявина. – М.: Наука, 1991. – с. 17.

как и тело, ограничен. Полностью проявить себя он сможет только в процессе комплексного развития с телом и очищения души.

Ищущие – самая немногочисленная и загадочная, часто и для самих себя, категория людей. Ищут они гармонии. Первые два уровня ищущих – совсем печальное явление. Живя среди живущих и страждущих, они пытаются «быть как все», но удовлетворения, радости от этого не получают. Они находятся всё время как бы «не в своей тарелке». Неразвитый ум не даёт им понять, осознать свои истинные устремления. Они не знают, чего хотят и от этого всё время не довольны собой и окружающими, шарахаются в разные стороны, впадают в крайности. Эти люди часто находят «выход» в алкоголе, наркотиках. В лучшем (?) случае заменяют эти способы ухода от реальности религиозным фанатизмом, в котором они находят некий суррогат духовности. Выполнение ритуалов, пение молитв, вхождение в транс, заменяет им настоящую работу над собой, помогая отвлечься от «суровой действительности».

Третий уровень ищущих гораздо интеллектуальнее, целенаправленнее и последовательнее. Проблема только в том, что они одинаково последовательны в своих действиях, если уже выбрали неверный путь. Им сложно отказаться от него, даже имея перед глазами доказательства. Воистину, глупо упрямый, упрямо глуп! Разочарование в выборе ведёт их к депрессии, пессимизму и может плохо заканчиваться.

Высшие уровни ищущих, так же как низшие, могут быть совершенно непрактичным в жизни, «витать в облаках». Для них главное – внутреннее радостное спокойствие, ощущение гармоничности, причастности к Высшему. В общем-то, это состояние похоже на счастливого живущего, но предметом счастья выступает не довольное тело, а занятие любимым делом, общение с любимыми людьми, возможность делиться своими чувствами с другими. Но даже для них не всё так идеально – поиск гармонии, счастья, своего места в жизни может быть очень мучительным и извилистым. Благодаря развитому интеллекту они способны решать грандиозные вопросы, но это их не удовлетворяет. Ищущих мало волнуют бытовые проблемы или их отсутствие, наличие славы или власти их скорее угнетает.

Ищущим нужно общение с людьми, близкими по интересам, близкими по духу. Часто ищущие высоких уровней, найдя наконец в себе гармонию, становятся великими проповедниками, показывая людям Пути достижения счастья, избавления от страданий, любви...

За примерами выдающихся ищущих также не нужно далеко ходить – всем известны святые, просветлённые, пророки. Я бы отнёс к ищущим и Бориса Леонидовича Смирнова, врача и переводчика философских текстов индийского эпоса Махабхарата (рекомендую для ознакомления издания «Мокшадхарма» и «Нараяния»).

Очищение души в Йоге – важнейший элемент практики. Если он идёт параллельно с развитием тела и ума, результаты не замедлят сказаться. В ближайших Беседах мы с вами начнём ознакомление с принципами правильного поведения в обществе, соблюдение которых позволит вам, не нарушая внешней гармонии, следуя неумолимым «законам» Кармы, более глубоко заняться гармонизацией своей микровселенной.

Обобщая, можно сказать, что основные слабости всех категорий людей низких уровней одинаковы. Глупость, непонимание, неразборчивость, лень. Метод их преодоления одинаковый – учёба с помощью кнута. Можно добавить немного пряников, в основном, разных для каждой категории.

Разделение людей на три типа – это психологическая классификация, которая базируется на реально существующих элементах Я, о которых мы говорили. В этом описании я постарался изложить её, опираясь на книги и устные лекции Сергея Николаевича Громова, а также на собственные размышления. Вы можете по-разному интерпретировать это, опровергать неточности, дополнять своими наблюдениями или изменять собственное мнение в деталях. Но факт наличия тела, ума и души, и влияния этих элементов на наше поведение отрицать невозможно.

Обратите внимание: эти элементы есть в каждом, сказываются в поведении каждого, но их решающее преобладание разнится. Не может быть, например, «немножко живущего – немножко страдающего». Мы все «немножко», но определяющее всегда одно.

Никакая категория людей не лучше и не хуже другой, собственные проблемы и преимущества есть у каждой, поэтому важно понять кто Вы в этом плане, затем поощрять в себе развитие сильных сторон и стараться избегать типичных для категории слабостей. И в любом случае соблюдайте самое простое и давно известное всем правило – учиться, учиться и учиться!

Задание – подумайте, к какому из трёх типов личности и уровней развития относятся Ваши близкие, знакомые. Со стороны это сделать обычно проще. Попробуйте сравнить две знаменитые личности – это Никола Тесла и Томас Эдисон. Вспомните (прочтите) «Отец Сергей» Льва Николаевича Толстого как интересный, подробный доклад об одной из категорий классификации. Уровень понять не сложно – высокий. Потренировавшись на других, ответьте, кто Вы? Ведь чтобы начать лечение, нужно поставить правильный диагноз. А сколько это у Вас займёт времени – «Аллах його знае», как говаривала моя бабушка-атеистка :)

До встречи!



Диалоги

Е.А. "В общем, основные слабости всех категорий людей низких уровней одинаковы. Глупость, непонимание, неразборчивость, лень. Метод их преодоления одинаковый – учёба с помощью кнута." – то есть насилие?

М.Г. Если любой дискомфорт или причинение боли считать насилием, то можно дойти до абсурда. Промывание раны и её зашивание – насилие? А Вы пробовали лечиться настой «доброго доктора» Розенталя? :)

Е.А. "любой дискомфорт" и насилие это не одно и то же. Также как и "учёба с помощью кнута" не является просто дискомфортом. Насилие – подавление свободной воли, физическими или психологически и методами. Что же имелось в виду в тексте "учёба с помощью кнута"?

М.Г. ... (вопрос оставлен без ответа)

Далее в Беседах принцип Ненасилия будет рассмотрен более детально.

Е.А. "Но факт наличия тела, ума и души, и влияния этих элементов на наше поведение отрицать невозможно." - атеисты, иудеи, буддисты, некоторые христиане (JW) и пр. отрицают. Так что наличие души совершенно не очевидно. Кстати в этой и предыдущих статьях, не смотря на обилие цитат, душа вообще никак не определяется...

М.Г. «атеисты, иудеи, буддисты, некоторые христиане (JW) и пр. отрицают... наличие души»

Во-первых, совершенно не согласен с этим утверждением. Джатаки Будды (истории о его перерождениях), сансара, карма. Вы не встречали в Ветхом Завете иудеев и христиан слова душа?! Атеисты, основываясь на материализме (это взгляды живущих), просто её не выделяют, смешивая с умом и считают (как и НЕКОТОРЫЕ школы буддизма), что она не вечна, а распадается вместе с материальным телом. Но факт наличия жизни они не отрицают.

Во-вторых. Но, на самом деле, религии тут не при чём. Йогой можно заниматься, пребывая в лоне любой религии (в том числе, атеизма), или придерживаясь какой-либо определённой школы философии (то есть, вне религии). Йога – это просто Путь знания, который позволяет лучше разобраться в себе. Я в этих беседах излагаю своё мнение, в котором душа присутствует. Я также верю в возможность познания мира. Конечно, есть и другие мнения, например, о том, что мир – плод моего больного воображения, что он непознаваем в принципе, поэтому любое изучение бессмысленно и т.д. Но обзор направлений философии не входит в рамки этих бесед – мы просто не успеем заниматься практикой.

В-третьих. Я не говорил, что наличие в себе души все ощущают. Большинство в мире вообще не понимают, что это такое. Как можно её ощутить под толстым слоем грязи?

На свете нет ничего очевиднее,
И потому это очень трудно увидеть.

Е.А. «Кстати в этой и предыдущих статьях, несмотря на обилие цитат, душа вообще никак не определяется...»... «...наличие души совершенно не очевидно»

М.Г. Очевидный - дословно "видимый очами". Это зависти от того как смотреть. Например, когда "за деревьями не видят леса". Лес - перед очами, его наличие очевидно. Но одни видят только отдельные ветки или листья, другие - древесину, которую можно продать и т.д. Возможно так и с определением "что такое душа". Если Вам не понятно, что Бог вдунул в

первого человека, прочитайте более внимательно Библию, например, как источник. А как Вы определите сами?

Я в шести беседах дал не менее шести определений душе, в том числе и через цитирование.

Е.А. "За примерами выдающихся ищущих также не нужно далеко ходить – всем известны святые, просветлённые, пророки." - просветлеть могут только ищущие, или все просветленные становятся ищущими? Или все живущие которые просветлели становятся ищущими высшего порядка? Или пророки, которые были пастухами, плотниками, водили караваны и пр, с ними на связь вышел Всевышний и дал им тексты, так Он вышел на связь потому, что они были ищущими? То есть Он любит только ищущих?

«40 дней...» из ответа – это ссылка на книгу Громов С.Н. 40 дней, практикуя Йогу. (Раджа-йога для всех). – 2005.

Shiva

Re: О категориях людей - живущие, страждущие, ищущие

31.03.2009 10:25

to nike

“

1. Но ведь живущие и страждущие не преследуют цели освобождения, такие устремления свойственны больше ищущим? Можно ли утверждать, что ищущие "ближе" к освобождению?

Напомню, что "ищущие" имеют цель -

“

достижение гармонии с самим собой и окружающим их миром. ("40 дней..."стр.26).

Они тоже не преследуют цели - освобождения. Что-то легче выполняется с их подходом и возможностями, что-то легче делать "живущим", что-то - "страждущим". А что-то тяжелее... Иногда "ищущим" легче принять и понять то, что достигнув Освобождения - они достигнут своей цели. Но для этого ещё надо дойти, тем более понадобится ещё немало времени, чтобы даже в этом термине разобраться... Быстрее или медленнее этой категорией или нет - скорее определяется Кармой и интенсивностью работы над собой.

Поэтому:

“

Напомню, что в любой из категорий можно как достичь Освобождения, так и просто прожить очередную жизнь.

Е.А. "Разделение людей на три типа – это психологическая классификация, которая базируется на реально существующих элементах Я..." если это про живущие-тело, ищущие-душа, страждущие-ум то с последней парой совсем сложно. То есть фиксация на уме порождает доминирование? Возможно типология ищущие, страждущие и живущие связаны с распределением энергии в чакрах, а не с доминированием одной из этих трех душа-тело-ум в психике?

М.Г. Просьба более развернуто изложить сложившееся у Вас мнение, обосновать свои выводы, ход мысли.

Е.А. "Я думаю, что китайские даосы, которые искали «пилюлю бессмертия», разработали методы продления жизни и омоложения, а также изучили и описали методы лечения воздействием на точки акупунктуры, также яркие представители живущих." - вышеуказанные цели вообще не про даосизм. Так как в даосизме отсутствует понятие души (в христианском, например смысле) они считали что развивая тело развивают себя, сознание. Как и в йоге, на мой взгляд. И второе, разве жажда жизни присуща только живущим? Конечно нет. Откуда такой вывод что все даосы живущие? ("9:2 Самосушая жажда жизни возникает даже у мудрого. Йога сутра").

М.Г. ... (вопрос оставлен без ответа)

Даосизм – во многом близкое Йоге направление самосовершенствования. Вполне естественно, что и в его представители попадают не только живущие. Так, даосы «прославились» в Китае разными чудесными сверхспособностями наподобие упоминаемых мной аскетов-факиров Индии.

Что касается правильной трактовки Йога-сутр Патанджали, излагающих основы учения классической Йоги, это вопрос времени для каждого практикующего Йогу. Понимание приходит не сразу.
