**Курс йоги 300.**

**Веды. Ведическое знание – основа йоги. Русь изначальная.**

**Шаг 5.**

**Выездной семинар. Веды. Часть 4.**

**Понятие «Рита».**

**Понятие «РИТА».**

Что такое Рита? Очень тяжело перевести это слово на современные европейские языки, впрочем, как и все остальные термины. **Это принцип космической гармонии, это принцип космического танца, это принцип космической цикличности. Всё подчинено невидимой целесообразности, всё должно вовремя прийти, всё должно себя проявить и уйти в нужный момент.** И если вы понимаете красоту и гармоничность этой логики Вселенной, вы начинаете тут же подстраивать свою жизнь под эту логику. Ваша личная жизнь начинает быть в гармонии с жизнью Вселенной. Вы как бы впадаете в резонанс. Тогда каждое ваше действие, каждое ваше слово, каждая ваша мысль не встречает противления. Во-первых, вам открывается могущество по самореализации, внутри этого гигантского театра гармонии, т.е. в эту красивую гармонию вы вставляете свою личную гармонию, и вы как бы сами дорисовываете, дописываете, становитесь сотворцом Вселенной. Вы начинаете не конфликтовать со Вселенной, а реализовываться во Вселенной. Т.е в полном объёме начинаете проявлять своё творчество. И, опять же, если вы ухватываете то, что называется «Рита», вы понимаете другое понятие, которое называется «Дхарма».

**Дхарма – это тот наш истинный, единственный путь жизни, живя по которому мы как раз по максимуму наслаждаемся жизнью, реализуем все свои творческие намерения, планы, мы полностью непротиворечиво сотворим со Вселенной.** Таким образом, мы получаем всё, что мы хотим! У нас открывается величайшее могущество, и это нас приводит к самой высокой цели – цели самопознания, цели познания, что такое Вселенная и, как следствие, обретения этого более высокого состояния, или в более простых словах - обретение бессмертия. Если вы ухватили, что такое Рита – ритм, гармония – вы уже знаете, как выстраивать свою личную траекторию – Дхарму. Если ваша Дхарма в полной гармонии с Ритой, то каждый ваш шаг приближает вас к конечной цели – к бессмертию, к победе.

Мы упоминали мантру Маха Мритьюнджайя – великая мантра, побеждающая смерть. Возникает вопрос, как набор каких-то звуков может спасать меня от угрозы смерти? Каким образом? Причём, случайной смерти, друзья. Что такое случайная смерть? Это когда вы начинаете идти против Риты, когда вы начинаете идти не в резонанс со Вселенной, а наперекор и Вселенная вас раздавливает, как таракана, который по кухне бегает. Если вы выходите на уровень Риты, то Вселенная начинает вас предупреждать: «Туда ходи, сюда не ходи» - в этом магия правдивого слова. Не то, чтобы это какая-то мистика, которую древние жрецы придумали и нам пытаются сбагрить. Нет, друзья, всё очень логично, точнее очень сверхлогично. Что же от нас требуется? От нас требуется начать чувствовать то, что называется Рита. Если мы поймём свою Дхарму, то у нас есть шанс самым разумным образом обращаться с тем, что называется Карма.

Все эти слова – древневедического происхождения. Слово «Карма» означает то, что уже сделано. Когда-то в жизни до этого вы не чувствовали Риту, гармонию Вселенной – вы шли наперекор, то там вас занесло, то тут, то там вы невпопад что-то сделали, то здесь. И эхо, или отголоски, или последствия ваших действий приходят к вам в дальнейшем в виде Кармы, в виде каких-то условий, которые обуславливают до известной степени ваши последующие шаги. Вы начинаете быть несвободны, потому что над вами давлеют ваши предыдущие поступки. Представьте, вы взяли лопату, вышли на опушку леса и начали рыть яму. Копали, копали и вырыли глубиной четыре метра и сидите на дне этой ямы – эта яма обуславливает ваше дальнейшее движение. Но откуда эта яма взялась? Сам вырыл. Вот так же и наши предыдущие поступки определяют то, что есть уже сейчас. Конечно, мы с вами «нарыли» этих ям в самых разных областях. А потом начинаем жаловаться, у нас то не идёт, это не идёт. Мы от Вселенной желаем чего-то одного, а она перед нами стену ставит. Вопрос: откуда эта стена взялась? Вселенная такая злая? Нет, Вселенная не злая. Эту стену ты когда-то сам построил, а теперь забыл.

А как же быть с тем, что у вас уже есть, т.е. с вашими предыдущими поступками или вашей Кармой? Карма ограничивает вашу свободу, Карма – это обусловленность, причём не важно, это Карма отрицательная или положительная. Вы могли построить стену, о которую вы лоб разбили, а могли сделать что-то, что вам может даже нравится, но это также ограничивает вас. Может быть, так называемая положительная Карма, которая приходит в виде вещей вроде как положительных, но всё равно вас обуславливающих. Например, вы сегодня приезжаете на семинар, а вам заявляют, что вы стали наследником, миллиардером. Все миллиарды вдруг вам на голову свалилось, гигантское богатство. И, с одной стороны, вы можете радоваться, кричать: «Ой, как здорово, как замечательно!», но самым невидимым образом это богатство начнёт определять дальнейшие ваши поступки, т.е. оно начнёт неявным образом как-то корректировать вашу траекторию по жизни, и, как следствие, вы уже не свободны.

Идеал Высшего ведического знания, идеал Вед – это состояние бессмертия или состояние свободы от всего, в том числе и от смерти. Так вот, какая ж тут свобода, если всё над нами давлеет – и хорошие моменты, и плохие моменты - всё делает нас несвободными. Возникает вопрос, а как же пройти по жизни так, чтобы по максимуму насладиться творческой жизнью во Вселенной, быть сотворцом Вселенной, но при этом не построить собственную тюрьму. Ведь что бы мы ни делали – мы порождаем Карму. Как наслаждаться, радоваться жизни, быть преуспевающим, радостным, счастливым в этой жизни, причём так, чтобы не создать Карму, которая будет ущемлять или сокращать нашу своду в будущем. Ответ следующий – идти по тропинке Дхармы. Тропинка Дхармы позволяет нам, если у нас была негативная Карма, максимально её нейтрализовать, т.е. страдать в минимальной степени от негатива и в то же самое время максимально наслаждаться позитивными возможностями нашей Кармы и того, что мы имеем вокруг. И это рано или поздно, если мы идём такой дорогой, приводит нас к свободе от всего – и от положительного, и от отрицательного, т.е. нет уже больше понятия положительного и отрицательного, нет понятия смерти.

Как же её нащупать эту тропинку Дхармы? По сути, **тропинка Дхармы – это ощущение Риты, гармонии.** Если мы чувствуем эту гармонию, если мы чувствуем, что мы далеки от крайностей, то мы находим эту тропинку, и мы совсем по-другому начинаем жить. Конечно, потом появляется более детальное объяснение того, как искать Дхарму, как почувствовать Риту. В частности, в йоге это получило явно выраженный момент в первом и во втором принципах йоги или отказе от крайностей. Вы помните этот лозунг: «живи сам и давай жить другим». Не причиняй вреда ни одному живому существу без крайней на то необходимости – это как бы одна крайность. С другой стороны – пользуйся любой возможностью, которая тебе приходит в этой жизни. Ведь мир, в котором мы родились – это гигантский склад возможностей, и мы должны их осознать, и мы должны уметь использовать их в своей жизни. Если мы умеем использовать два принципа, как учит нас йога, то мы начинаем ощущать Риту, гармонию микрокосмоса и макрокосмоса. Если есть Рита, каждое слово, которое вы произносите, превращается в слово правды, потому что ваше слово не есть ложь. А как только слово становится словом правды, у него возникает совершенно магическое свойство сбываться.**Правдивая речь – это та речь, которая сбывается.** За этим сила – в этой правде. Если же речь ваша ложна, то она противоречит Рите, и она не сбывается, она какое-то время существует, а потом рушится, разваливается на куски. Поэтому принцип истинности речи чрезвычайно важен. Он чрезвычайно важен в осмыслении того, как древнее ведическое знание работает. Можно провести параллель с мантра йогой. Почему каждое наше слово не мантра? Потому, что мы склонны к вранью, мы врём. Мы заранее говорим что-то, что не есть истина.

Можно провести параллель с Йога-сутра Патанджали, которая так же, как мантра йога, опирается на Веды. Одна из сверхспособностей, описанных Патанджали при занятии йогой: «Если мудрец избегает говорить ложь, и утвердился в своей речи в правде, то в дальнейшем он приобретает сверхспособности. Какую бы фразу он ни сказал – эта фраза исполняется».

Я встретил одного йога, очень замечательная личность, россиянин, живёт на Северном Кавказе. У него садхана (духовная практика) в день проходить 100 км. Каждый день. И как-то он мне рассказывал такую историю. Пересёк он Кавказский хребет и попал в Закавказье. (Кавказский хребет, друзья, не так просто перейти!) И вот попал он в одно селение, и местные жители (а его там за небожителя считают, за святого) подносят ему первенца (первый внук родился, мол, благослови), и он со знанием дела благословляет его. А затем говорит мне: «А знаешь, ко мне лечиться приходят. А я ни уха, ни рыла не понимаю в медицине. У меня есть ксерокопия точек китайской акупунктуры пяток из какого-то советского журнала. Жмёшь на точки, и это какое-то влияние оказывает. Я дарю этот листик, говорю – поможет. И он действительно помогает! Я могу, конечно, говорить, что сделаю что-то, а могу и не говорить, я всё равно знаю, что поможет».

Вы должны понимать, что каждый из вас обладает такими способностями. В плоскости нашей привычной логики вам это кажется бредом, но это часть реальности – невидимой реальности. Вот этим же самым обладали древние Риши, им было всё равно, что говорить, если за ними – истина. Любое их слово – выполняется. Это вопрос истинности жизни. Наша современная цивилизация заставляет нас врать. Ведь вся наша жизнь построена на вранье: мы живём не так, как мы хотим, мы вынуждены изображать из себя то, чем мы не являемся из-за страха остаться без денег, без еды, без статуса. И на первый взгляд – выигрываем, но на самом деле – очень жёстко проигрываем. Мы выигрываем в оболочке, обёртке, а вот то запредельное внутри, оно ускользает, а мы об этом даже не задумываемся.

По большому счёту, как в случае про йога, про которого я рассказал, человек очень бедно живёт, но, собственно, у него и потребностей очень мало: ест очень мало, спит очень мало. Да ему ничего и не надо, он счастлив. Небогато живет не потому, что он не может заработать денег – да у него одних друзей миллионеров, миллиардеров, которых он лечил в своё время… Как-то предложил зайти ему на наш сайт. А он говорит: «У меня Интернета нет». Я: «Ну, как же ж…». А он: «А, не беспокойся. У меня нет проблем. Если мне что-то надо, я получаю беспрепятственно…».

Так вот, мы теряем что-то потому, что наша цивилизация заставляет нас врать из-за страха, из-за каких-то других причин. Например, в 1937-ом году (при коммунистической партии) что-то скажешь против, и в порошок сотрут не только тебя, а и всех твоих родственников. Эта система, построенная на страхе, лжи, несвободе рано или поздно разваливается. Когда мы строим что-то на страхе, лжи, несвободе, насилии, мы идём против Риты, против истины. Вселенная много добрее, чем мы можем понимать. Она, конечно, терпит до какого-то момента, но потом терпение её заканчивается, и мы получаем исключительно по заслугам. Что сам сделал – то и получишь.

Наступает следующий момент ведического знания – это осмысление того, что до этого мы делали какие-то не очень хорошие поступки, мы много врали, собственно, и до сих пор врём. Поэтому ни о какой силе слова, которой обладали Риши, мы не можем даже мечтать - врём много. Говорим одно, думаем другое, а импульс нашей энергии Кундалини говорит третье. Лебедь, рак и щука – всё рассогласовано, поэтому сколько угодно мантру повторяй, а она не срабатывает. В то же время, как все мантры древних Ришей, все мантры Ригведы не надо было много раз повторять, достаточно было один раз повторить, чтобы получить результат. Однозначный результат, такой как - есть причина, есть следствие. Понятно, что надо с этим что-то делать. Вы не можете с завтрашнего дня говорить истину каждому встречному, потому что вы врали до этого долго. Если вы начнёте так делать, вы вольно или невольно начнёте причинять вред окружающим. Это как если все едут по правой стороне дороги, а вы решили выехать на встречную полосу. Вам и самим не поздоровится, и вы массу неприятностей доставите окружающим вас людям.

К счастью, не всё так ужасно, и поэтому есть с чего начинать. Не надо делать резкие телодвижения наружу, но **будьте честны с самими собой.** Об этом говорит йога, об этом говорит ведическое знание. И тут мы имеем парадокс: разделение языка на обычный язык и на тайный язык. Обычный язык – это тот язык, на котором вы говорите с окружающими вас людьми. Тайный язык – это язык истины, скрытый язык, если вы на нём что-то скажете, оно мгновенно реализуется. В этом ещё один парадокс Ригведы. Ригведа – это переплетение профанического, понятного языка с тайным языком. Тайный язык знали только Риши. Внешний язык доступен всем. Тайный язык – это язык истины. В первую очередь любой Риши желал обрести лично для себя этот язык истины, язык вдохновения, язык непротиворечия между внутренним устремлением и внешними движениями, между мыслью, речью и действием. Только если вы на таком языке обращаетесь к Абсолюту, к Высшему принципу – он склонен вам отвечать. Если же вы обращаетесь на профаническом, обычном языке – вас не слышат. Или, по-другому, вы не используете этот принцип Рита – правды, гармонии Вселенной, вы врёте.

Я призываю вас после того, как вы познакомитесь с Ведами, также изучить Брахманы, Араньяки, Упанишады. Особенно Упанишады, они более понятны, чем Веды. Даже иногда Брахманы, Араньяки, Упанишады рассматривают, как одни из самых ранних комментариев к Ведам. Сплошь и рядом там встречается такой эпизод, когда два Риши состязаются в речи. Чтобы вы поняли, о чём я хочу сказать, я приведу пример. Сейчас у нас есть какая-то политическая система – нами кто-то правит, есть начальники, есть исполнители, есть подчинённые, простой народ. Всегда возникал вопрос - как можно сбалансировать подчинённых и правителей? Как, скажем, должен вести себя царь по отношению к народу, как народ по отношению к царю? Ведь это же очень сложная задача и очень интересный момент был устройства власти. Формально правили Кшатрии – военачальники, фактически – правили мудрецы, Риши, Брахманы. Если военачальник шёл наперекор истине, излагаемой Риши, Брахманом – он долго у власти не оставался. Причём, в Ведах встречаются самые разные случаи ниспровержения такого зарвавшегося монарха, один из них перекликается с древнегреческими мифами о тиране. Был какой-то совсем зарвавшийся Кшатрий, которого Брахманы просто зарезали. Причём, чем зарезали? Листами от травы куша. Как вам объяснить, на что она похожа? Вы камыш видели? Там, конечно, другие растения, но приблизительно похожи. Кстати, трава куша – священная трава.

С другой стороны, Кшатрий тоже должен знать, кто у него истинный Брахман, а кто надел на себя личину брахмана, а сам не обладает истинностью слова. Для этого устраивали диспут. В этих диспутах побеждал всегда тот Брахман, который был ближе к истине. Тот, кто не обладал истиной, мог во время такого диспута умереть. Причём, есть такая странная связка, она становится нам понятна благодаря Пранаяма йоге. Мы только что сказали, что есть связка между Рита – правдой, гармонией, истиной, законом, мировым порядком, речью – это на санскрите «Вачь», но также имеется ещё одна связка с тем, что называется «Прана», или в первом приближении ее можно назвать «жизненная сила». Так вот, небезопасно было выступать против Брахмана, обладавшего силой речи. Связка между истинностью речи и Праной одна из самых непостижимых и могущественных, если такой Брахман сталкивался с наглым непосвящённым обманщиком, то он мог его убить, не дотрагиваясь, просто приказав его Пране покинуть тело.

Это всё звучит совершенно сурово, особенно в контексте принципов гуманизма, принципов непричинения вреда ничему живому, но мы должны всегда делать поправку на то, что в древности времена были очень свирепыми, средневековье хотя бы вспомните. Это был предельный гуманизм, но в то же самое время, когда основная масса людей далеко не Брахманы (допускалось, что в телах людей рождались самые разные существа, животные в телах людей), нужно было что-то с этим делать, чтобы сохранить, не потерять знания.

Итак, мы с вами имеем ещё одну связку с Праной в её изначальном смысле слова. Прана, как истинный источник жизненной силы каждого «Я», и в то же самое время Прана, как творец всей окружающей Вселенной. На самом деле нет разницы, Прана внутри или Прана снаружи, есть единая Прана, пронизывающая всё на свете, и эта Прана увязана с речью, речь увязана с истиной, правдой, правда увязана с законом истинности «Рита». Как вы понимаете, все эти положения нашли позже более детальную разработку, объяснения и пояснения, в частности, в многочисленных видах йоги. Поэтому предыстория любого вида йоги не упала с неба.

Друзья, йогу никто не придумывает! Иногда складывается впечатление, будто сидит умный человек и придумывает йогу. Это невозможно! Вы же не можете сесть и придумать законы природы. Вернее, вы можете придумать какие угодно законы, но будут ли они выполняться? Поэтому любой вид йоги, который знаком на Западе – это вещь невыразимая, опирающаяся на знания Вед. Ещё раз повторю, Веды – это знания, которые дошли до нас сами по себе - они ни на что не опираются, они нам просто даны.

**Рита йога.**

Мы коснёмся вещи, которая называется Рита-йога, но в более утилитарном приложении. Понятие Рита – это понятие мирового закона гармонии, понятие ощущения процессов в окружающей Вселенной, в нас самих. Это ощущение и жизнь вот в этой истинности непротиворечия. Когда мы что-то делаем, и окружающая нас Вселенная не ставит нам препятствия, не вставляет палки в колёса, а, наоборот, отзывается и усиливает наши намерения, наш творческий импульс, т.е. требуется ухватить ритм. Если вы возьмёте кинокамеру и начнёте медленно по кадру в день снимать окружающий пейзаж, а потом быстро просмотрите отснятое, то тот пейзаж, который выглядит неподвижным, начнёт претерпевать какие-то цикличные метаморфозы. Иногда показывают, скажем, дерево стоит без листьев. Вот листья распустились. Вот листья пожелтели, покраснели, упали, вот опять голое дерево стоит, вот опять листья. Если в быстром ключе это всё просматривать, начинаешь ухватывать этот ритм, что за всем скрыто что-то цикличное. От человека требуется понять это что-то цикличное, что-то гармоничное, что-то, что прячется за всем окружающим. А прячется именно этот мировой закон порядка, мировой закон истинности, когда что-то одно совершенно гармоничным образом сменяет другое. И это есть жизнь. **Жизнь есть истина.**



Рис.1. Мировой закон Гармонии.

Такой интересный момент – в древности над проблемами истины, жизни, цикличного закона Риты размышляли очень упорно древние мудрецы Риши. Они могли посвятить этой задаче много лет жизни, иногда несколько жизней. История говорит нам, что многие достигали победы в осознании этого грандиозного первоисточника. Когда мудрец постигал первооснову Вселенной – его захватывало ни с чем не сравнимое чувство экстаза, настолько сильное, что по сравнению с ним, все остальные ощущения, размышления, переживания блекли. Человек, осознавший и переживший это откровение, становился другим человеком – он раскрывал свой потенциал, становился свободным, бессмертным во всех смыслах этого слова.

Но потом, когда натиск откровения того, как всё сделано, кто есть ты, что есть Вселенная, как это взаимосвязано несколько утихал, внутри человека оставалась невыразимейшая радость. Радость бытия, радость осознания, радость того, что мир остался старым, но он уже понимает, как всё прекрасно сделано. Такого человека подхватывала эта радость, и он начинал спонтанно эту радость проявлять. Вспомните, как проявляют спонтанно радость детишки, когда они что-то хорошенькое получают. Они прыгают, радуются, танцуют! Вот точно так же иногда начинали вести себя убелённые сединами древние Риши. Он мог заслужить репутацию такого солидного, вменяемого Брахмана, жреца, знатока тайн, а тут он, как маленький ребёнок, начинает прыгать, веселиться, бить в ладоши. Причём, окружающие люди хотя и видят странность в поведении, но, тем не менее, за каждым его жестом, за каждой его улыбкой, за каждой его репликой ощущается что-то грандиозное, что он не просто сумасшедший – сидел, медитировал и втихаря свихнулся. Ничего подобного! За этим ощущалось что-то «сверх». Радость, счастье, осознание бытия, осознание гармонии. Или радость, счастье, осознание принципа Риты.

Как только человек по-настоящему осознаёт эту мировую гармонию, она как волшебная музыка, его подхватывает, и он спонтанно начинает выражать эту радость, счастье через танец, таким образом, возникли танцы. Когда тебя захватывает осознание гармонии, истинности и красоты того, что происходит, то ты начинаешь выражать это доступными тебе способами – какими-то движениями рук, ног, какой-то жестикуляцией, хлопаньем в ладоши, при этом можно что-то припевать себе под нос или громко, т.е. человек начинает всячески эмоционально проявляться. Причём, свои проявления он как-то пытается синхронизовать с тем ощущением космического ритма или космического закона Риты. Получается, что он как бы танцует под музыку Вселенной или, как бы сказали средневековые философы, под музыку Сфер.

К тебе приходит осознание грандиозности того, чем ты являешься на самом деле, какие перспективы открывает перед тобой Вселенная, когда ты веришь в свои силы, когда ты понимаешь, что всё только от тебя зависит. Как ты хочешь, так и прочертишь свою траекторию в жизни, причём в радости, в счастье, в наслаждении. И, в конце концов, достигнешь сверхсостояния, абсолютнейшей свободы. Причём, еще может и не понимаешь, как это связно, но уже как собака чувствуешь, что идёшь по какому-то мистическому пути куда надо. У тебя нет сомнений в голове, у тебя только радость, что идёшь куда надо, что все мысли, положения, логические выводы как бы нанизываются на это «сверх». Это состояние, когда ты обладаешь проблесками сверхзнания, а всё обычное знание, как услужливый слуга, всегда сделает всё, что захочет господин. Надо проявиться в области математики – напишем формулу; надо в области искусства – пьесу или гимн, как в Ригведе напишем; надо в хозяйственной деятельности себя проявить – в ней проявим, в чём угодно. Если есть это мистическое ощущение внутренней истины, правды, причастности к чему-то живому, если есть это в основе, то есть оптимизм. Это то, что вы найдёте в Ведах, это то, что испытывали древние мудрецы. Оптимизм предельный! Радость и счастье. Живи сам, давай жить другим. Пользуйся моментом того, что такая игра, такой танец, такое сотворчество, такая возможность осуществить что-то грандиозное. И это тут же начинает проявляться в каких-то действиях, в танце, в спонтанном танце!

Чем больше человек вовлекается в этот танец, тем больше он вплетается в эту Риту. Если вы чувствуете ритм, мелодию Вселенной, делаете каждый свой жест согласно этому ритму; если у вас есть первые проблески осознания этой гармонии, и вы начинаете под эту гармонию делать какие-то движения руками, ногами, спонтанно, не задумываясь что-то петь под нос, ля-ля-ля, пурум-пурум, то каждое ваше слово, каждое действие идёт в гармонии с Ритой. И вы, услышав эту гармонию, подстраиваетесь под эту гармонию и своим маленьким движением руки или движением ноги начинаете в общей упряжке, в общей йоге усиливать то, что должно быть усилено, или где-то затормаживать, то, что должно быть заторможено. Потому что у всего есть периоды подъёма, периоды спада, периоды в чём-то одном, периоды в чём-то другом, то – из чего и рождается гармония. Т.е. с одной стороны, крайности – каждая крайность безжизненна, но когда эти крайности сменяют одна другую в каком-то окрасе, то получается что-то чарующее, волшебное, фантастическое и захватывающее.

Вдруг рождается совершенно уникальная возможность, что каждым своим действием вы усиливаете эту гармонию. Если у вас была какая-то негативная тенденция, которая шла против этой гармонии (т.е. когда-то вы делали движения рукой, которые были против законов Вселенной, как бы в антифазе), то теперь вы как бы компенсируете свою негармоничность. Вы как бы искупаете свою Карму, сделанную когда-то, перевешиваете позитивной Кармой, когда каждое ваше движение идёт в согласии с Рита, с этим импульсом. Получается, что с одной стороны, осознание Риты ведёт к проявлению в танце, с другой – танец к осознанию и большему проявлению Риты. Отсюда родились совершенно мистические практики, причём мы находим эти практики у самых разных народов, культур, не только ведических. В Ведах наследие Индийской цивилизации донесло до нас очень много искусств, связанных с танцем, в мифологии сплошь и рядом образ танцующего Шивы. Шива Натараджа многорукий, многоногий, очень изящный. Момент танца – неотъемлемая часть ведической культуры, это проявление гармонии, истинности, изящества, красоты. В то же время - это могущественное средство или могущественная йога – йога, ничем не уступающая таким йогам, как хатха-йога, крийя-йога, другим йогам, сделанная по тому же самому принципу – есть гармония. В других йогах эта гармония выражается более сухими словами: «там, где надо себя заставить, и там, где можно себе позволить». В Рита йоге не делается такого сухого замечания, а скорее там, где твоё сердце подскажет, где как надо делать, т.е. отдайся этой гармонии, отдайся этому прекрасному. И фактически, если человек начинал делать такие движения, такой спонтанный танец в гармонии с Рита, то у него возникали сверхспособности по управлению Вселенной, т.е. таким танцем человек мог управлять всем чем угодно, всем на свете.

Такие же моменты мы встречаем в культурах, далёких от Индии. Всякого рода шаманские танцы в среде людей, живущих в джунглях, в Сибири, танцы Дервишей – очень интересные, по определённой логике сделаны, и т.д. и т.п. Причём само по себе понятие «танец» очень интересное, с одной стороны, оно имеет космический универсальный характер, но тут же может прийти в явно выраженное взаимодействие противоположностей, как это мы видим в Рите. В дальнейшем это нашло отражение в парных танцах между мужчиной и женщиной, мужчина и женщина как две крайности проявления Вселенной. В таком виде танцы до нас дошли в Европе, одно время они были чрезвычайно популярны, целые ритуалы - приглашение, как подойти, что сделать и т.д.

Феномен и таинственность танца известна в разных культурах, и это представляет очень большой интерес для изучения. Но так как мы с вами занимаемся йогой, ведическими знаниями, то нам хотелось бы разобраться, в чём суть, логика танца, что такое танец вообще. И чтобы это понять, приходится исследовать глубинные пласты ведического знания, глубинные пласты йоги. Но нас сейчас это интересует в более практическом выражении.

Получается, что если вы осознаёте истинность, то к вам приходит танец - красивый, спонтанный, рождающийся из сердца. Но, также справедливо и обратное: если вы начинаете танцевать, то через свои действия, движения лучше начинаете понимать себя и Вселенную, вы настраиваетесь на этот мировой закон гармонии и ритма, и он до вас начинает лучше доходить. Как и в любой другой йоге, это в двух направлениях работает – от танца к Рите, от Риты к танцу. От гармонии, через выражение этой гармонии в танце, от танца к осознанию этой гармонии – это единое неразрывное целое. Это очень серьёзное направление философской мысли, серьёзнейшая йога, и она имеет практическое выражение через вполне конкретные практики.

Прежде, чем мы с вами коснёмся невыразимых высот Рита йоги, хотел бы обрисовать первые шаги на этом пути.

Что такое Рита йога? С формальной точки зрения её нельзя назвать йогой танца, хотя танец присутствует. Но это танец не в нашем узком западном понимании, а танец в своей первооснове, это как танец маленького ребёнка, который радуется, прыгает, хлопает в ладоши, припевает и т.д. Это когда нет разницы между мироосознанием, мироощущением, и нашей возможностью через наше грубое физическое тело это как-то показать. Когда нет вранья, когда ребёнок обрадовался, он не врёт. Ему хорошо, и он показывает, что ему хорошо. Такую же вещь использует эта йога – это элемент честности, истинности, который мы выражаем с помощью танца или каким-то речитативом. Получатся, что формально подход Рита йоги может включать в себя и элементы Мантра йоги, и элементы Крия йоги, где мы двигаемся, как в танце. Но если в крия-йоге это более оговоренные движения, в определённой последовательности, то здесь – предельная спонтанность.

Идеология Рита йоги такая, что если вы почувствуете гармонию в себе и начнёте с помощью с этой гармонией как-то двигаться, то вы моментально настроитесь на гармонию снаружи. Осознавая гармонию снаружи, вы построите ещё лучшую гармонию внутри, и по нарастающей. Эта йога выполняется как спонтанный танец. Чтобы ухватить, получить затравку, чтобы начать эти спонтанные движения радости, очень часто применяются внешние факторы в виде каких-то музыкальных инструментов, иногда самых примитивных: хлопанья в ладоши, стучание в барабан или какие-то палочки.

Если мудрец осознавал экстаз, он как бы внутри себя слышал эту музыку экстаза, он двигался так, как если бы внутри звучала музыка, и музыка звучит изнутри. А тут как бы вспомогательный элемент снаружи. И вот рождается такое направление в йоге, связанное с музыкой, связанное со вспомогательным воздействием извне в виде игры на каких-то музыкальных инструментах, которое поможет нам раскрыть гармонию нашего спонтанного движения тела. Для Рита йоги нужно какое-то музыкальное сопровождение, когда мы начинаем ей заниматься. Как вы понимаете, раньше не было ни магнитофонов, ни каких-то проигрывателей DVD, всё сводилось к весьма примитивным инструментам. Нашли барабан какой-нибудь или дудку и давай в неё наяривать, иногда сами, иногда с помощью кого-то другого. Иногда, в Индии у девушек были такие украшения в виде браслетов с колокольчиками вокруг ноги, вокруг руки. И получается очень интересно: девушка делает гармоничные движения, а при этом получается гармоничный музыкальный фон – два в одном получается. Или кто-то в барабан бьёт и пританцовывает. Здесь продолжение этого понятия Риты, гармонии, уходящее не только в танец, но ещё и в музыку.

По-моему, у Роберта Бёрнса было высказывание, что с его точки зрения существует несомненная связь между поэзией, музыкой, танцами. Очень интересно, что он прямо в «десятку» попал, если анализировать это с позиции ведического знания. Если есть гармония, Рита, то мудрец, который её ощущает, может истину облекать в гимны–мантры, речитативы, может проявлять её через спонтанный танец, может проявлять её через исполнение музыкального произведения с каким-то музыкальным окрасом. Т.е. музыка, танцы, поэзия – это вещи чрезвычайно серьёзные на пути нашего самопознания.

Я сейчас часто встречаюсь с людьми, которые говорят: «Йогой заниматься буду, философию Вед изучать буду». Почему? «Потому что это всё сухо, понятно, логично. И только лишь так, я достигну просветления». А если копнуть более глубоко, в более древние мудрые эпохи, то выясняется, что изучение сухой теории является вещью необходимой, важной, но однобокой, если нет раскрытия человеческой природы совершенно с другой стороны – музыки, стихов, танца. И в связи с этим я вспоминаю извечный спор между физиками и лириками. Кто более важен инженер или поэт? Как вы понимаете, спор лишен смысла. **Для гармонично развитой личности нужно быть и инженером и поэтом, т.е. обладать и аналитическим мышлением, и чувственным.**

****

Рис.2.

Вернёмся к Рита-йоге. Итак, Рита-йога призывает нас почувствовать спонтанную гармонию Вселенной, встроиться в неё и творить вместе со Вселенной. Каждый ваш жест, это не просто жест, это творение в этой Вселенной, это дополнение, украшение этой Вселенной. Причём, на вашем локальном уровне вашего мироощущения, но самое интересное, что потом это переходит в глобальный уровень. Иногда это сохраняется в неких отсталых племенах, как такая первобытная магия – жрец начинает в бубен барабанить и танец исполнять, и, глядишь, какие-то светопреставления происходят. У нас, к сожалению, нет возможности в полном объёме рассмотреть сейчас эту йогу. Но, вернёмся к практике. Одно из самых первых упражнений заключается в том, чтобы заставить вас почувствовать внутри себя эту гармонию – спонтанную песню, спонтанный танец, исполнение спонтанного ритма в гармонии со Вселенной, в гармонии с самим собой. Если вы будете это делать, вы будете приближаться к осознанию первоосновы, истинности того, чем вы являетесь на самом деле и того, чем является Вселенная. Будете идти путём йоги – это путь йоги, но совсем с другой стороны не аналитический, а чувственный.

Конечно, заставить человека вот так заниматься Рита-йогой или позволить ему творческое, спонтанное проявление очень тяжело - мы врали долго. Мы врём во всём. Мы врём в речи, мы врём в каждом своём движении. Иногда это обусловлено, иногда бывают ситуации, когда посуду хочется бить, а ты должен себя заставить ничего не делать. Но это с одной стороны, когда мы выдержку и терпение проявляем. Гораздо хуже, когда мы из-за второстепенных моментов неведения, глупости ведём себя не так, как мы должны были бы себя вести, естественно, как дети. Мы ведём себя как хитрые взрослые. И с этим надо что-то делать.

Если мы начинаем танцевать – мы зажаты, мы думаем, а как нас оценят? А что про нас скажут? Вдруг я некрасиво выгляжу? Мы же привыкли врать, мы же привыкли подстраиваться под чужое мнение, не под мнение Вселенной, с которой ты один на один, не под мнение своего Высшего «Я», суть которого ты представляешь, а под мнение чего-то другого, что может оказаться иллюзией или недоразумением. Обычно говорят: «хороший вкус», «плохой вкус». Кинокритики сказали – этот фильм плохой, а половина человечества смотрит его с замиранием сердца. Или, наоборот, кинокритики очень похвалили что-то, ты идёшь, смотришь и думаешь: «Господи, как это на экран вообще можно было выпускать?» Или бедный автор написал книгу – и разгромная статья в газете. Кто написал? Критик. А этот критик сам что-нибудь написал в жизни, прежде чем других критиковать? Нет, не написал. Мы начинаем подстраиваться иной раз под плесень. Мы сами начинаем добровольно себя загонять под чужое мнение, а это мнение совершенно постороннее, не имеющее отношения ни ко Вселенной, ни к нам, совершенно ни к чему. Просто человек деньги зарабатывает, может, он ту книжку не читал даже, а написал отзыв, не читая. Так тоже может быть.

Мне товарищ из Израиля анекдот привёз: «Встречаются два друга, один другому говорит: «Слушай, мне так Чайковский не нравится» - «А ты его слышал?» - «Нет, не слышал, мне Изя напел». Вот так, чтобы вам Изя не напел…

Мы зажаты, мы подстраиваем каждое своё действие под чужое мнение, причём не знаем, откуда оно берётся. Но йога не была бы йогой, если бы она не использовала всё. Принцип йоги – обрати поражение в победу. Да, вы зажаты, да, вы стесняетесь, да, вы комплексуете, да, вам хочется стихи декларировать кошачьим голосом, а вы думаете, как меня воспримут? А почему нет? А почему бы кошачьим голосом эти стихи не продекламировать? Если вы считаете, что именно так и должно быть, если вы никому не мешаете, если никому плохо от этого не будет, почему нет?

Рождается такой метод, вполне конкретный, медицинского характера, что яд в небольших количествах превращается в лекарство. Поэтому в Рита йоге призывают делать какие-то движения сознательно некрасиво. Говорят вам, что так танцевать нельзя – это некрасиво, а вы начните танцевать именно так. Или сами вы думаете, если я так махну рукой – это будет выглядеть некрасиво. Махните. Или если вы начнёте таким истошным голосом что-нибудь завывать – это будет считаться негармоничным, а я сейчас именно таким голосом и начну завывать. Если я сейчас начну барабанить на своём барабане именно эту мелодию – это будет непрофессионально. А я начну именно так делать. Но не забывайте, что всё попадает под первый принцип йоги – соседям на нервы не действуем своими экспериментами – выберите место, где вы никому не помешаете, и вам, чтобы никто не помешал.

Сначала делаете что-то сознательно плохо. Потом, о чудо, чем больше вы будете пытаться делать плохо, тем больше вы начнете понимать, что делать плохо – очень тяжело, в вас заложена гармония, т.е. вы делаете плохо, а оно не получается плохо! Хотите делать плохо, а оно получается хорошо! И вы начнете осознавать, что плохо получается только лишь в одном случае, если вы врёте, если вы начинаете подстраиваться под что-то чужое. Если вы подстраиваетесь под что-то чужое, у вас в голове начинается мешанина, ни своего – ни чужого. Вот тогда – плохо. Сознательно сделать самому плохо практически невозможно, потому что вы есть суть гармония, вы есть суть Риты. И вокруг Вселенная – суть Риты. Просто не получается плохо, хочу сделать плохо, а не получается, оно само собой переходит на «хорошо». Этот момент чрезвычайно важен во всех упражнениях Рита йоги.

Упражнения самые разные, но меня интересуют упражнения, которые внешне похожи на спонтанный танец, когда люди начинают спонтанно танцевать под музыкальное сопровождение. В нашу эпоху это может быть магнитофон. Опять же - стараться некрасиво танцевать и что-то себе мурлыкать истошно. Обратите внимание, что детишки иногда так бесятся. Одни дома остались, и давай на кровати прыгать, руками, ногами махать, при этом что-то верещать. Вот такая йога – очень спонтанная, очень детская, открытая. Мы себя пытались зажать, а естество наше раз и отбрасывает всё, чужое мнение и как мы выглядим. Естество пошло, пошла и Рита – внутренняя гармония, внешняя гармония. Есть разного рода усиления этих практик. Например, это смена ритма, был один ритм, внезапно ритм поменялся. Было как-то по одному – раз и сменилось. Или ритм 1-1-1 идёт – раз, замолкает. Как такая детская игра есть «замри!» - и в том положении замираешь. Другой ритм, и ты должен из этого положения, в котором замер войти в другой ритм. Смена ритма позволяет нам настроиться. Самое главное спонтанность. Чудесная практика. По сути дела её надо всячески практиковать. Например, танец со звуком, т.е. не просто спонтанный танец, но ещё вы сами себе музыкальное сопровождение обеспечиваете – о чём вижу, о том пою.



**Вадим Запорожцев**