**Потерянное учение**

Д-р Джордж Фюрштейн

Упрощаем ли мы йогу? К внутренней свободе направлены наши стремления или же мы хотим лишь наше тело сделать более сильным и гибким? Один из ведущих американских учителей йоги прослеживает процесс передачи (и ослабления) традиций йоги на Запад и делает изумительные предсказания о ее будущем.

“Потерянное” учение йоги, глубокая мудрость которого исчезла на Западе, на самом деле никуда не делось. Йога не может быть эффективной, пока не применяется в жизни, но чтобы это сделать, мы должны быть близки ее традициям.

Духовное наследие Индии пришло к нашим западным берегам в своем первозданном виде. Пересекшие океан мастера йоги с величайшей скрупулезностью передали йогическое учение западным людям. Это были такие учителя йоги, как долгожитель Шивапури Баба (1826–1963), Свами Вивекананда (1863–1902), Баба Премананда Бхарати (другое имя – Сурендранах Мукерджи, умер 1914), Свами Рама Тиртха (1873–1906), Ананда Ачарья (1881–1945), Йогендра Мастанами (прибыл в Нью-Йорк в 1919 г.), Парамаханса Йогананда (1893–1952) и Свами Вишну Девананда (1927–1993) – ученик знаменитого Свами Шивананды из Ришикеша. Они затратили огромное количество сил, чтобы в неискаженном виде донести Западу это великое учение. Подчеркивали огромную важность этики (яма): непричинение вреда; правдивость; отсутствие стремления к обладанию вещами или титулами, не заработанными в поте лица своего; воздержание; отсутствие жадности. Учили, что медитация и внутренний покой являются самой верной дорогой к просветлению. И конечно же, воспевали как идеал просветление, или освобождение.

Почему сегодня мы так мало слышим в йогических кругах об этике, медитации и просветлении? Что изменилось за это время? Почему потускнело учение мастеров конца XIX и раннего ХХ веков и возникло столь много светских разновидностей йоги?

Традиционная йога достигла берегов Запада в конце XIX века. Постепенно ее лишили духовного содержания и превратили в средство поддержания спортивной формы. У Свами Вивекананды и Парамахансы Йогананды даже и сейчас все еще есть истинные последователи, однако около 20 миллионов американцев, считающих, что они занимаются йогой, на самом деле ничего не знают ни о них, ни об их учении. Большинство современных «йогов» понятия не имеет об этике. Их практически не интересует медитация. Идея необходимости гуру для них далека, даже чужда. Концепция освобождения для них весьма туманна, даже если допустить, что они с ней знакомы.

Превращение йоги в светское увлечение началось на Западе, по-видимому, с таинственного писателя, который называл себя Рамачаракой. Как выяснилось, этот псевдоним взял себе чикагский адвокат Уильям Уоррен Аткинсон (1862-1932), который, судя по всему, учился в Индии у некоего Бабы Бхараты. Книги «Рамачараки», начиная с “Наука о дыхании” и “Четырнадцати уроков по философии йоги и восточному оккультизму” (обе изданы в 1903 г.), были весьма популярны в течение десятилетий.

Другой значимой фигурой в те ранние годы был Селвараджан Есудьян (1916-1998), сын индийского врача. За ним, в 1947 г., Индра Деви (1899-2002), первая женщина-ученица (1937 г.) известного Тирумалаи Кришнамачарьи, которая, приехав в Соединенные Штаты, быстро достигла успеха как преподаватель йоги в Голливуде.

В середине 1950-х в Калифорнии способствовали распространению йоги Валт Баптист (1917-2001) и его жена Магана – особенно в ее физическом аспекте. Будучи учениками Парамахансы Йогананды, они осознавали духовный аспект йоги, но тем менее интенсивно занимались спортивной стороной йоги, культуризмом и (в случае Маганы) танцами.

В 60-e и 70-е среди наиболее влиятельных популяризаторов хатха-йоги на Западе были Ричард Хиттлеман, Лилиас Фолан и сэр Поль Дюк (бывший руководитель разведки Великобритании).

В 90-х асаны (позы) хатха-йоги стали еще более популярны благодаря видео-кассетам с записями программ Джэйн Фонды, Али Макгроу и Родни Йи. Все большее число звезд Голливуда - Стинг, Мадонна, Ракель Уэлч, Мэг Райан, Дэвид Духовный, а также популярные спорстсмены - звезда баскетбола Карим Абдул Джаббар, футболист Дэн Марино, легенда тенниса Джон Макенро – начинает интересоваться йогой, либо просто занимаясь аэробикой, либо находя и более глубокий смысл. Участие звезд привлекло средства массовой информации, которые в свою очередь подогрели еще больший интерес в обществе к асанам йоги.

Начиная с 1930-х, направление «йоги тела» шло параллельно направлению «йоги духа», начатому Шивапури Бабой, Свами Вивеканандой и другими. Из Индии продолжали приезжать сильные учителя духовной традиции. Среди них – Гопи Кришна (1903-1984), Свами Муктананда (1908-1982), Свами Сатьянанда Сарасвати (1923-), Свами Рама (1925-1996), и Свами Шив Мангал Тиртх (1945-). Граница между этими двумя направлениями йоги на Западе всегда была плавающей. Однако ориентированная на Запад хатха-йога постепенно заняла господствующее положение, ее популяризаторы, принизив, если не отбросив духовные аспекты, породили миллионы последователей этой светской йоги, которые, по крайней мере к настоящему времени, не выказывают никакого интереса к духовной стороне йоги.

По мере того как эти практикующие асаны будут развивать свое тело и ум, неизбежно наступит время, когда они станут спрашивать себя, как это делали люди до них: " Кто я? " и " Почему я здесь? " А поскольку наша культура не в состоянии ответить на эти глубокие жизненные вопросы, то они через какое-то время обратятся к духовным учениям йоги. Поэтому я не сомневаюсь, что в конечном счете, по мере развития человечества, духовные школы типа йоги выйдут на первый план. Пока же мы стоим перед непростым выбором как отличить сторонника физического развития от практикующего в первую очередь духовные техники.

**Поиск свободы в йоге**

С конца 1960-х в своих публикациях я все более активно пропагандировал традиционную йогу. Я более и более концентрировался на этой цели, так как популяризация йоги действует разрушительно по отношению к ее корням. Хотя я и приветствую тот факт, что йога стала доступной миллионам людей за пределами Индии, я не могу не отметить искажений, которые явились результатом столь широкого ее распространения.

Если мы хотим гарантировать йоге достойное будущее (которая стала социальным движением, хотя ее последователи и не видят этого с достаточной ясностью), мы должны смотреть не только вперед, но и оглянуться назад, в прошлое. Мы должны помнить традиционные истоки йоги, помнить, что без надлежащей настройки с великим духовным наследием Индии наша современная практика йоги обречена на все большую потерю смысла и содержания, вплоть до полной бесполезности в духовном росте человека.

Давайте вспомним, что цель традиционной йоги - сделать нас внутренне свободными. Какими бы ни были направление, разновидность или школа йоги, все всегда вращается вокруг этой основной, еле уловимой вещи под названием "свобода". Классическая йога утверждает, что независимо от внешних обстоятельств мы можем наслаждаться внутренней свободой в любой момент времени. Так некоторые из узников концентрационных лагерей рассказывали, как им удавалось достичь чувства внутренней свободы даже при таких нечеловеческих обстоятельствах.

Традиционная йога стремится ввести нас в духовное измерение, которое свободно по своей сути. В противоположность этому, как мы видим, большинство течений современной йоги занимается не достижением внутренней свободы, а тренировкой тела и улучшением здоровья. В этом нет ничего плохого, просто это не есть конечная цель традиционной йоги. Это справедливо также и относительно популярной сегодня хатха-йоги. Лишь некоторые последователи «современной» хатха-йоги знают, что практикуемая ими система изначально была нацелена на полное преобразование физического тела в "сияющее тело" (vajra-deha). Сияющее тело – совершенно преобразованное тело, наделенное всевозможными паранормальными свойствами, - известное в христианской традиции как "тело Славы ", у тибетских йогов - "Радуга".

Практикуя йогу просто из соображений здоровья, мы можем поддержать-улучшить наше состояние, физические кондиции, гибкость тела. Асаны и дыхательные упражнения действительно в состоянии делать чудеса. Но если мы занимемся йогой для тренировки ума и силы духа, у нас появляется возможность уверенно двигаться к свободе, которая авторитетами йоги традиционно считается главной целью человеческой жизни. Своим студентам я часто напоминаю, что даже самое совершенное тело может быть разрушено в автомобильной аварии. В таком случае единственными нашими убежищами будут наша сила духа и внутренний мир. Образно выражаясь, такой аварией для всех нас является время ухода из жизни. В час смерти, когда тело начинает разлагаться, единственное, на что мы можем опереться, - только внутренние ресурсы. Йога в этом смысле – как бы подготовка к последнему часу на земле. Очень важно, каким образом мы уходим из жизни, ибо смерть фактически – переход в другое существование. Качество этого существования зависит от того, как мы живем, от состояния, в котором находится наш ум.

Это и есть ответ на вопрос, который мне часто задают: какой смысл для современного человека, особенно западного, заниматься йогой как духовной дисциплиной. Мы нуждаемся в йоге даже больше, чем наши праотцы, поскольку наша цивилизация сбилась с курса, и наш дух – во власти случая.

Сегодня мы все - участники глобального эволюционного эксперимента, и я надеюсь и молюсь, что однажды он действительно породит великих западных мастеров йоги, которые вдохнут новую жизнь в нашу болеющую цивилизацию. Стоит держать эту картину в уме, всегда, когда мы в меру своих сил занимемся йогой. Трансформация общества должна начаться с каждого из нас. Используя прекрасное высказывание Свами Шивананды, можно сказать, что мы подобны садовникам, которых позвали расчистить наши заросшие умственные сады, чтобы они могли плодоносить. Чистка состоит в постепенной замене наших подсознательных паттернов мышления и поведения новыми, более плодотворными структурами, которые являются выражением высших энергий и отличительных особенностей просветления.

"Потерянные" учения йоги, в том виде, как они описаны в классической литературе, обогащенные опытом великих мастеров, могут стать руководством к действию и путеводной нитью на этом чрезвычайно сложном пути самосовершенствования. Без них мы не сможем преодолеть преграды неправильных интерпретаций, предубеждений и самообмана, которыми изобилует наше нынешнее состояние сознания. Мы нуждаемся в "потерянных" учениях йоги, чтобы разбудить дремлющую в нас собственную мудрость (buddhi), чтобы вдохновение стало постоянным импульсом для более глубокого внутреннего самоосознания.