

"В Крийя-Йоге есть только один Гуру, и это Бабаджи".

Дурга Алунд

Согласно учениям Крийя-Йоги Бабаджи, Господь ни в коем случае не превращается в человека, равно как и человек не превращается в самого Господа. Господь живет внутри каждого из нас и может проявиться в каждом человеке в чистом выражении любви, сострадания, доброты или бесстрашия (не мужества, а истинного бесстрашия). Человек может стать настолько утонченным и облагороженным, что будет излучать Чистую Пустоту и Сознание из одной точки, из центра. Такой человек может изменить абсолютно все, не стремясь ничего изменить.

В Крийя-Йоге Бабаджи не требуется и не желателен "гуру-человек". Продвинутые практикующие, наделенные божественными качествами, становятся самыми лучшими учителями, когда проявляют простоту, доброту и смирение и принимают, что они просто новорожденные святые существа, которые могут видеть священное новорожденное существо в других.

Невозможно находиться в состоянии высокого духовного сознания, если вы предпочитаете видеть в других только тьму, а не свет. Однако осознанность означает также, что вы видите то, что находится прямо перед вами, и признаете то, что находится внутри вас, даже если это что-то, что еще предстоит очистить.

Обещание быть Гуру для своих последователей контрпродуктивно, поскольку ведет к тому, что ученики думают, что они не смогут далеко продвинуться без прочных отношений с другим человеком, который решает, что правильно или неправильно, хорошо или плохо. Таким образом, создается состояние чрезмерной зависимости, не дающее возможности вырасти сильным, уверенным, духовно независимым и найти внутреннего гуру внутри себя.

В Крийя-Йоге Бабаджи нет человека, который должен пробуждать, контролировать или проверять ученика. Для того чтобы Крийя-Йога Бабаджи успешно работала для ученика, который искренне практикует эти техники, не нужен гуру. Не нужно противостоять "эго", ломать его или создавать ситуации для кармической расплаты. Жизненных ситуаций вполне достаточно. Чем больше садханы мы делаем, тем быстрее расходуется карма.

В Крийя-Йоге Бабаджи мы - домохозяйка, которые живут и работают в этом мире, нас учат осознавать свои слабости и ограничения и верить, что наш спутник жизни и дети будут для нас очень хорошими, очень честными зеркалами.

В Крийя-Йоге Бабаджи не нужен человек, которому надо поклоняться или от которого надо зависеть. В Крийя-Йоге Бабаджи нас учат поклоняться Господу внутри, в чудесной форме Бабаджи. Почему это так? Практика внутреннего поклонения очень сильна. И бывают мимолетные моменты, когда спадает маска двойственности; в одну минуту вы являетесь этим разумным существом, поклоняющимся Бабаджи, в следующую вы уже являетесь Бабаджи, которому поклоняются.

Бабаджи — источник, вечный Источник и Присутствие, которое можно ощутить через *практику* Крийя-Йоги Бабаджи. Настройка на Бабаджи может произойти практически мгновенно, за долю секунды. Эта настройка может быть очень значительной. В каждом ученике настройка произойдет, и с практикой садханы произойдет духовная инициация. Это и есть путь Крийя-Йоги Бабаджи.

"В Крийя-Йоге есть только один Гуру, и это Бабаджи" - Йоги С.А.А. Рамайя

Учения и практика техник дают понимание того, почему мы выполняем те или иные техники, и как эти техники работают, чтобы обеспечить их эффективность. Практика комплексной системы техник стимулирует мягкий шактипат, пробуждение праны кундалини и раскрытие сознания. Крийя Кундалини Пранаяма является мощным фактором в этом процессе, но асаны, медитации, мантры и преданность подготавливают и затем ускоряют этот процесс.

Реализация Божественности, Бабаджи - это Присутствие, ощущаемое в сердце. И по мере того как посвященный растет в духовном понимании и опыте, раскрывается его истинная природа и расширяется сознание. Мы, Крийябаны, стремимся распознать нашу собственную Истинную Природу, которая представляет собой безусловную любовь и динамическую творческую энергию.

И Бабаджи остается с нами в качестве спокойного, уверенного Присутствия. Мы развиваем в себе глубочайшее смирение и сострадание, потому что Бабаджи универсален. Он не принадлежит только нам. Он - тот центр Единства во мне, который осознает Его Присутствие в вас. Бабаджи - это То, что, не стремясь ничего изменить, может изменить абсолютно все.

Присутствие Крийя Бабаджи - это то, на что искренние ученики Крийя Йоги могут настроиться довольно легко. Это требует времени и искренности, но эти маленькие семена, возвращенные практикой, пускают корни, и начнется волшебство трансформации. Трансформация происходит мягко, но очевидно для себя и для других.

Крийя-Йога Бабаджи не фантастична, не направлена на обретение сверхчеловеческих способностей, экстрасенсорных сил и бессмертия. Это научное искусство самоконтроля, которое развивается с опытом практики. Непосредственный опыт развивает доверие и веру в путь, когда человек осознает, что он становится свободным от старых мнимых ограничений, освобождается от старой обусловленности, старого поведения и чрезмерной эмоциональности. Расширяются творческие возможности и любовь.

Одним из важнейших даров, который учитель Крийя-Йоги Бабаджи может помочь обрести каждому ученику, — это развитие доверия, веры и любви к своей практике Крийя-Йоги, а также веры в собственное внутреннее руководство. С помощью этих техник ученики могут распознать своего внутреннего гуру, который направляет и направлял их на этом жизненном пути.

Практика *Крийя-асаны "Ванеком"*, первой позы из серии "18 поз хатха-Йоги", помогает нам осознать это понимание. Она включает в себя обращение к Бабаджи: "Ом Крия Бабаджи Нама Аум". Эта мантра является призывом к Господу внутри. Она выполняется с макушкой головы (обителью Гуру-таттвы) на полу, колени опущены, ладони вместе над головой, голени подняты, чтобы были задействованы все три бандхи, после чего следует Приветствие Солнцу, опять же с мантрой Бабаджи "Ом Крия Бабаджи Нама Аум" и Песней поклонения Солнцу. Эти упражнения интровертируют ум, выводят мысли из тела, стимулируют расслабление и способствуют выравниванию. Все асаны предназначены для создания баланса и развития осознанности, чтобы мы выполняли практику, полностью сосредоточенными, но без думающего, размышляющего ума.