



*К Стопам Учителя —  
Бхагавана Шри Раманы Махарши*

*Offered at the Lotus Feet of our Master —  
Bhagavan Sri Ramana Maharshi*

# **SRI RAMANA MAHARSHI:**

## **The Collected Works**

**Translated from the English into Russian,  
with reference to the Tamil original,  
and edited  
by O. M. Mogilever**

*Second edition, corrected and enlarged*

**Published by:**  
**V. S. RAMANAN**  
**President, Board of Trustees**  
**SRI RAMANASRAMAM**  
**Tiruvannamalai, India**  
**In association with**  
**“K. G. Kravchuk”**  
**Moscow, Russia**  
**2003**

# ШРИ РАМАНА МАХАРШИ:

## Собрание произведений

Перевод с английского  
с использованием оригинала на тамили  
и составление  
О. М. Могилевера

*Второе издание, исправленное и дополненное*



Издатели:

**В. С. РАМАНАН**  
Президент Совета Попечителей  
**ШРИ РАМАНАШРАМ**  
Тируваннамалай, Индия  
совместно с



Москва, Россия

2003

ББК 87.3  
Ш 86

**1-е издание** на русском языке —  
Санкт-Петербург, Экополис и культура, 1999.  
1000 экз.

**2-е издание** на русском языке, исправленное и дополненное —  
Москва, Изд-во К. Г. Кравчука, 2003.  
3000 экз.

### **ШРИ РАМАНА МАХАРШИ: Собрание произведений**

Ш86 Сост. и пер. с англ. О. М. Могилевера. — 2-е изд., испр. и доп. — М. – Тируваннамалай: Изд-во К. Г. Кравчука – Шри Раманашрам, 2003. – 494 с.

Бхагаван Шри Рамана Махарши (1879–1950) – один из величайших духовных Учителей, в 16 лет самопроизвольно достигший Просветления, или Само-реализации, осознания своего истинного *Я*. В наше время его учение служит вдохновляющим примером Пути Знания, указанного ранее мудрецами *Упанишад*, Буддой (563–483 гг. до н. э.) и Шанкарой (788–820).

Махарши писал очень мало. Он учил главным образом через огромную энергию Духовной Тишины. Почти всё, написанное им, — ответ на запросы некоторых его учеников, удовлетворяющий их духовные потребности.

В книге представлены произведения различных жанров – проза, поэзия, диалоги и песни. Все духовные искатели получают от её чтения пользу, соответствующую уровням их понимания. Несомненно, что силой подобных нектару слов Бхагавана Шри Раманы Махарши вера в Высочайшее возрастёт и борющимся душам будет легче освободить себя от всех страданий и достичь счастья окончательного Блаженства.

ББК 87.3

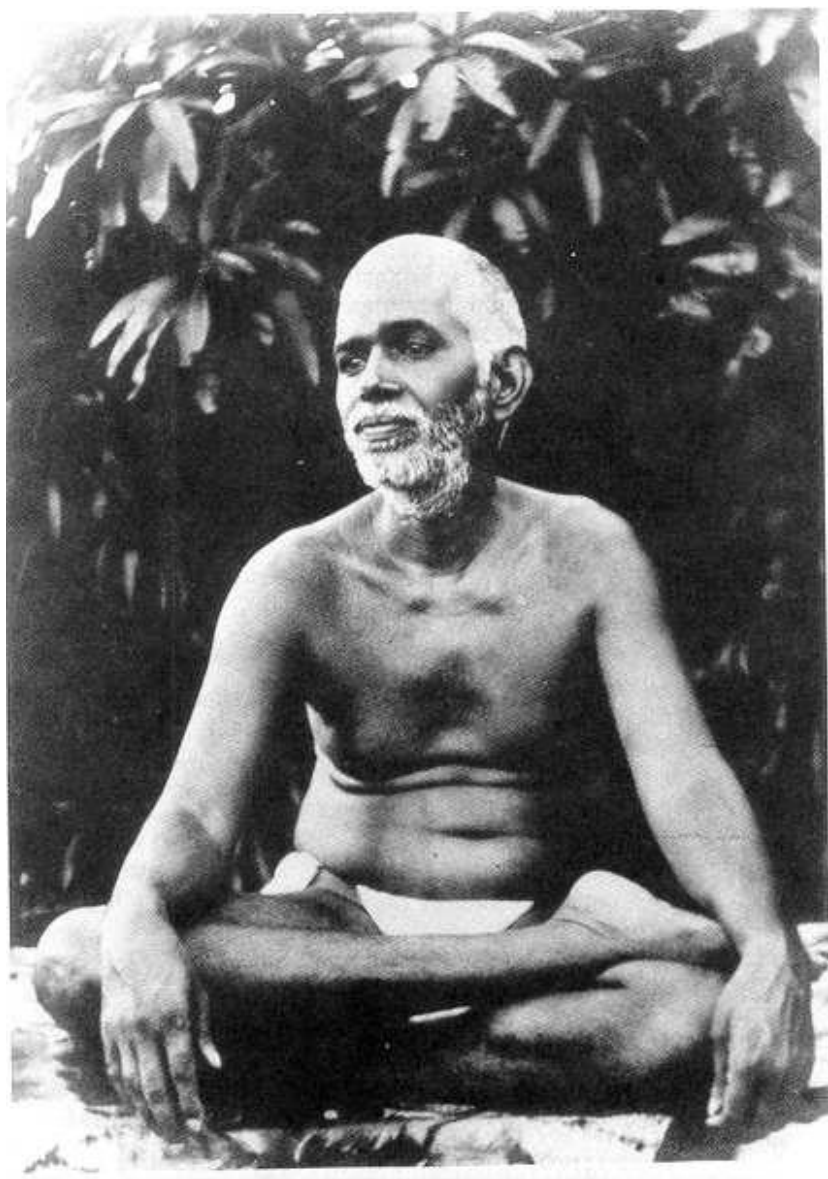
- © Sri Ramanasramam, произведения Шри Раманы Махарши, архивные фотоматериалы, 2003
- © О. М. Могилевер, составление, перевод, вступительная статья, комментарии, переработка глоссария, переработка указателя, краткий путеводитель по Шри Раманашраму, цикл стихов, 2003
- © Dev Gogoi, О. М. Могилевер, иллюстративное и художественное оформление, 2003
- © Graham Boyd, Dev Gogoi, О. М. Могилевер, оформление обложки, 2003

ISBN 5–901518–16–0

***Шри Раманашрам благодарит  
Владимира Ильича Танклевского (Смусина),  
чьё благородство и великодушие  
сделало возможным  
подготовку и издание этой книги***

***Sri Ramanasramam thanks  
Vladimir I. Tanklevsky (Smusin)  
whose generosity has enabled the preparation  
and publication of this book***





**Бхагаван Шри Рамана Махарши**





## СОДЕРЖАНИЕ

CONTENTS.....	13
От президента Шри Раманашрама.....	17
От переводчика и составителя русского издания.....	19
ACKNOWLEDGEMENTS .....	31
Предисловие к английскому изданию “Собрание произведений Раманы Махарши” .....	34
Предисловие к тамильскому изданию “Собрание произведений Раманы Махарши” .....	43

## КНИГА I. ОРИГИНАЛЬНЫЕ ПРОИЗВЕДЕНИЯ

### Часть 1 Проза

#### *Раздел первый. ПЕРЕСМОТРЕННЫЕ (“связные”) РЕДАКЦИИ*

1. Кто я? .....	53
2. Само-исследование .....	64

#### *Раздел второй. ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЕ (“вопросно-ответные”) РЕДАКЦИИ*

3. Само-исследование .....	89
----------------------------	----

#### *Раздел третий. ПИСЬМА*

4. К семье (1896).....	119
5. К матери (1898) .....	121
6. К Ганапати Муни (1931) .....	122

### Часть 2. Поэзия

#### *Раздел первый. УЧЕНИЕ (Знание)*

7. Суть Наставления ( <i>Упадеша Ундийяр/Упадеша Сарам</i> ) .....	129
8. Сорок стихов о Реальности ( <i>Улладу Нарпаду</i> ) .....	136
Дополнение к Сорока стихам о Реальности ( <i>Улладу Нарпаду Анубандхам</i> ) .....	145

#### *Раздел второй. ПЯТЬ ГИМНОВ АРУНАЧАЛЕ (Преданность-Знание)*

9. Свадебная гирлянда послании Аруначале ( <i>Аруначала Акшара Мана Малай</i> ) .....	159
10. Ожерелье из девяти драгоценностей Аруначале ( <i>Аруначала Навамани Малай</i> ).....	170

11. Одиннадцать строф Аруначале ( <i>Аруначала Патикам</i> )...	173
12. Восемь строф Аруначале ( <i>Аруначала Аштакам</i> ).....	176
13. Пять драгоценностей Аруначале ( <i>Аруначала Панчаратнам</i> ) .....	179

### *Раздел третий. СТИХИ ПО ОСОБОМУ ПОВОДУ*

14. Песнь об <i>аппаламе</i> .....	184
15. Познание А т м а н а ( <i>Атма-видья</i> ).....	187
16. Пять стихов об А т м а н е .....	190
17. Другие стихи.....	192
На празднование дня рождения Бхагавана.....	192
Девять коротких стихов.....	193
Жалоба желудка .....	194
Извинение осам.....	195
Ответ матери .....	195
Для выздоровления матери.....	196
Аруначала Рамана .....	197
Истинное Я в Сердце.....	197
Корова Лакшми.....	198
Аруначала <i>стотра</i> .....	198

### *Раздел четвертый. РАЗНЫЕ СТИХИ*

18. Тиручули.....	200
19. Другие стихи	
Пещера Вирупакша.....	201
О Субраманье.....	201
Рамана Аштоттара .....	202
Вишну .....	202
Дипавали .....	203
Из <i>Хамса Гиты</i> .....	203
Из <i>Рама Гиты</i> .....	203
Причина и следствие .....	204
Глубокий сон при бодрствовании.....	204
Чую Дакшинамурти .....	204
Написанное в последние дни.....	204
Я ЕСМЬ.....	205
Написанное Ишваре Свами.....	205
Ишваре Свами об именах Хари и Ума .....	205
К вопросу Ишвары Свами .....	205
Освобождение .....	206
Молчание .....	206
Единая буква .....	206

## КНИГА II. ОБРАБОТКИ И ПЕРЕВОДЫ

### Часть 1. Оригинальные тексты на санскрите

20. Суть <i>Бхагавад Гиты</i> ( <i>Гита Сарам</i> ) .....	213
21. Переводы из <i>Агам</i>	
<i>Атма Сакшаткара</i> .....	222
<i>Дэвикалоттара</i> .....	228
Текст первый (редакция Артура Осборна) .....	228
Текст второй (шестое пересмотренное и исправленное английское издание) .....	236
22. Переводы из <i>Упанишад</i> .....	248
23. Переводы из Шанкарачарьи	
<i>Дакшинамурти стотра</i> .....	250
<i>Гурустутти</i> .....	254
<i>Хастамалака стотра</i> .....	256
<i>Атма Бодха</i> .....	259
<i>Вивекачудамани</i> (Бриллиант в короне различения) ...	268
<i>Дрик Дришья Вивека</i> .....	329

### Часть 2. Оригинальные тексты на тамили

24. <i>Вичара Мани Мала</i> (Гирлянда драгоценностей исследо- вания) .....	339
---	-----

### Часть 3. Оригинальные тексты на английском языке

25. Сердце и Мозг .....	359
-------------------------	-----

## ПРИЛОЖЕНИЯ

<i>Приложение 1.</i> Духовное Наставление .....	367
<i>Приложение 2.</i> Ловушки на Пути .....	391

### Комментарии

Предисловие к тамильскому “Собранию произведений” ..	403
Суть Наставлений .....	404
Сорок стихов о Реальности .....	417
Свадебная гирлянда послании Аруначале .....	437
Сердце и Мозг .....	450
Глоссарий .....	451
Библиографический список .....	465
Указатель .....	467

Краткий путеводитель по Шри Раманашраму.....	486
ЖИВАЯ ВОДА впечатления о Шри Раманашраме.....	491

## ПЕРЕЧЕНЬ ИЛЛЮСТРАЦИЙ

1. Бхагаван Шри Рамана Махарши .....	7
2. Первый известный снимок Махарши (1900).....	51
3. Оригинал письма, оставленного Бхагаваном Его семье (1896) .....	120
4. Аруначала, южное лицо .....	127
5. Шри Бхагаван и Аруначала.....	211
6. Шри Рамана .....	337
7. Мудрец Молчания.....	357
8. <i>Даршан</i> Садгуру .....	365

## CONTENTS

Introduction by the. President Sri Ramanasramam .....	17
Introduction by the translator and editor of the Russian edition.	19
Acknowledgements .....	31
Preface to the English edition of <i>The Collected Works</i> <i>of Ramana Maharshi</i> .....	34
Preface to the Tamil edition of <i>The Collated Works</i> <i>of Ramana Maharshi</i> .....	43

### BOOK 1 ORIGINAL WORKS

#### **Part 1. Prose**

##### *First section: REVISED VERSIONS*

1. Who am I? .....	53
2. Self-Enquiry .....	64

##### *Second section: ORIGINAL VERSION*

3. Self-Enquiry .....	89
-----------------------	----

##### *Third section: LETTERS*

4. To His family (189b).....	119
5. To His Mother(1898).....	121
6. To Ganapati Muni (1931) .....	122

#### **Part 2. Poetry**

##### *First section: TEACHINGS (Knowledge)*

7. The Essence of Instruction ( <i>Upadesha Undiyar / Upadesha Saram</i> ) .....	129
8. Forty Verses on Reality ( <i>Ulladu Narpadu</i> ) .....	136
Supplement to Forty Verses on Reality ( <i>Ulladu Narpadu Anubandham</i> ) .....	145

##### *Second section: FIVE HYMNS TO ARUNACHALA (Devotion-Knowledge)*

9. The Bridal Garland of Letters for Arunachala ( <i>Arunachala Akshara Mana Malai</i> ).....	159
10. The Necklet of Nine Gems for Arunachala ( <i>Arunachala Navamani Malai</i> ) .....	170

11. The Eleven Verses to Arunachala (*Arunachala Padigam*) ... 173  
 12. The Eight Verses to Arunachala (*Arunachala Ashtakam*) ... 176  
 13. The Five Jewels to Arunachala (*Arunachala Pancharatnam*) . 179

*Third section: VERSES ON SPECIAL OCCASIONS*

14. The Song of the Appalam ..... 184  
 15. Self-Knowledge (*Atma-Vidya*) ..... 187  
 16. Five Verses on the Self ..... 190  
 17. Other Verses ..... 192  
     Verses on Celebrating Bhagavan's Birthday ..... 192  
     Nine Stray Verses ..... 193  
     Complaint of the Stomach ..... 194  
     Apology to Hornets ..... 195  
     Reply to the Mother ..... 195  
     For the Mother's Recovery ..... 190  
     Arunachala Ramana ..... 197  
     The Self in the Heart ..... 197  
     The Cow Lakshmi ..... 198  
     Arunachala Stotra ..... 198

*Fourth section: MISCELLANEOUS VERSES*

18. Tiruchuzhi ..... 200  
 19. Other Verses ..... 201  
     Virupaksha Cave ..... 201  
     On Subramanya ..... 201  
     Ramana Ashtottara ..... 202  
     Vishnu ..... 202  
     Deepavali ..... 203  
     From the Hamsa Gita ..... 203  
     From the Rama Gita ..... 203  
     Cause and Effect ..... 204  
     Sleep While Awake ..... 204  
     Miracle of Dakshinamurti ..... 204  
     Written in the Last Days ..... 204  
     The Self ..... 205  
     Written to Ishwara Swami ..... 205  
     To Ishwara Swami about Hara and Uma ..... 205  
     To a Question Why Marks of Muruga Are Not  
     Visible in Ramana ..... 205  
     Liberation ..... 206  
     Silence ..... 206  
     One Letter ..... 206

## BOOK II. ADAPTATIONS AND TRANSLATIONS

### Part 1. From the Sanskrit

20. The Song Celestial ( <i>Gita Saram</i> ).....	213
21. Translations from the <i>Agamas</i>	
<i>Atma Sakshatkara</i> .....	222
<i>Devikalottara</i> .....	228
First version (Arthur Osborne edition) .....	228
Second version (sixth revised edition).....	236
22. Translations from the <i>Upanishads</i> .....	248
23. Translations from Shankaracharya	
Dakshinamurti <i>Stotra</i> .....	250
<i>Gurustuti</i> .....	254
Hastamalaka <i>Stotra</i> .....	256
<i>Atma Bodha</i> .....	259
<i>Vivekachudamani</i> .....	268
<i>Drik Drisya Viveka</i> .....	329

### Part 2. Tamil

24. <i>Vichara Mani Mala</i> .....	339
------------------------------------	-----

### Part 3. English

25. The Heart and the Brain.....	359
----------------------------------	-----

## APPENDICES

<i>Appendix 1</i> : Spiritual Instruction .....	367
<i>Appendix 2</i> : Pitfalls on the Path .....	391

### Commentaries

Preface to the Tamil “The Collected Works of Ramana Maharshi” .....	403
The Essence of Instruction.....	404
Forty Verses on Reality.....	417
The Bridal Garland of Letters for Arunachala .....	437
The Heart and the Brain .....	450
Glossary .....	451
Bibliography .....	465
Index.....	467

---

A short guide to Sri Ramanasramam .....	486
LIVING WATER: Impressions of Sri Ramanasramam .....	491

## LIST OF ILLUSTRATIONS

1. Bhagavan Sri Ramana Maharshi.....	7
2. The first photograph of Maharshi (1900).....	51
3. Original letter written by Bhagavan to His Family (1896)....	120
4. The south face of Arunachala .....	127
5. Sri Bhagavan and Arunachala .....	211
6. Sri Ramana.....	337
7. The Sage of Silence.....	357
8. Sadguru <i>Darshan</i> .....	365



## От президента Шри Раманашрама

Я очень рад приветствовать всех русскоязычных искателей Истины и хочу сердечно поздравить их. Потому что книга, которую они сейчас держат в руках, – подлинная жемчужина духовного Знания, Знания, увиденного внутренним Глазом Мудрости, Знания, полученного из собственного Переживания, Знания, которое свидетельствует и подтверждает глубинную истину всех мировых религий – “Царство Божие внутри вас”, т. е. “Я есмь Я”, или интуитивное чувство “Я есмь” – вечно живую, сознательную и блаженную истинную природу каждого, как бы она ни называлась – *Анна* или *Тан* (на тамили), *А т м а н* (на санскрите) или просто *Я*, но истинное *Я*

Это Знание наш Учитель, Мастер, Бхагаван Шри Рамана Махарши, получил в 16 летнем возрасте, что само по себе является уникальным. Переживая внезапный приступ сильнейшего страха смерти, Он не испугался, а внутренне спросил себя “Кто умирает?”, ибо чувствовал внутри полную силу своего внутреннего *Я*. “Тело умирает, но это *Я* не умирает, значит, *Я* – бессмертный Дух!”

Истина, или Реальность, это – Переживание. Оно не может быть выражено словами или текстом, ибо Реальность лежит за пределами действия, слова и мысли. Она – то, что ОНА есть. Поэтому Шри Рамана учил в основном состоянии внутреннего Мира, Тишиной ума – наиболее мощным способом, но полностью доступным только продвинутым, зрелым духовным искателям. Однако будучи воплощением Любви и сострадания, Он также писал и устно отвечал на вопросы и просьбы своих учеников и почитателей.

Шри Рамана оставил мало письменных текстов. Всё, написанное Его божественной рукой, собрано в этой книге. Оно мало затронуто личными вопросами искателей, ибо, устно отвечая на вопросы, Учитель всегда приспособливал свои ответы к пониманию, состоянию ума собеседника.

Поэтому “Собрание произведений” Шри Бхагавана — это чистейший кладёз Мудрости.

Чтобы пить из этого Колодца, нужно быть достаточно духовно подготовленным — умом и сердцем. Устные ответы Шри Бхагавана опубликованы в наших предшествующих русских изданиях, особенно в таких произведениях, как “Евангелие Махарши” и “Шри Рамана Гита”, которые, сами являясь сокровищами Знания, бросают Свет Толкования на сверхдрагоценность — “Собрание произведений”. В ещё большей мере это относится к “Беседам со Шри Раманой Махарши” (*Talks with Sri Ramana Maharshi*) и “Гирлянде изречений Гуру” (*Guru Vachaka Kovai*). Извлечения из этих книг уже опубликованы нами в издании “Будь тем, кто ты есть!”

Шри Рамана не был философом, он был ПРАКТИКОМ жизни в Просветлении, в Реальности, которая является подлинной природой каждого. Его Путь — поиск Источника того “я”, которое думает, что оно чего-то желает и к чему-то стремится. Этот Путь выходит за пределы всех классических путей Йоги — кармы, бхакти, раджа и джняны, так как, синтезируя их, ищет того, кто выполняет эти “йоги”, кто живет, дышит, чувствует и переживает. Поэтому, ещё при Его физической жизни, Путь Шри Раманы был назван “Маха Йога” — Великая Йога, йога Бытия Самим Собой, пребывания в А т м а н е , истинном Я.

**Пусть каждый духовный искатель  
в меру своих возможностей черпает Мудрость,  
содержащуюся в этой книге! Пусть каждый  
получит мощный толчок и продвижение  
на своём духовном Пути, в своей садхане!**

**Успехов! Успехов! Успехов!**

**МИР МИР МИР**



11 февраля 1997 г.  
ШРИ РАМАНАШРАМ  
Тируваннамалай, Индия

В. С. РАМАНАН  
Президент Шри Раманаширама

## От переводчика и составителя русского издания

### 1

Па нашей улице Праздник. Милостью Шри Бхагавана увидело свет русское издание собственноручно написанных Им произведений...

Великий *джняна-йогин*<sup>\*</sup>, совершенный пример истинности *адвайта-веданты*, живое воплощение всепроникающей Реальности, Он жил среди людей, постоянно пребывая в своем естественном состоянии — *сахаджа самадхи*. Великий учитель, Садгуру, Он главным образом учил этим Состоянием, внутренней Тишиной, обращая вовнутрь готовые к этому умы учеников. Эта Тишина есть вечно живое Его Присутствие как Бытия-Сознания-Блаженства, как **А т м а н а**, как истинного *Я* всего существующего. Истине нельзя научить. Истиной можно только БЫТЬ. А Тишина и есть БЫТИЕ, есть Реальность, которая, воистину, только и существует.

С помощью слов и текстов можно только указать на вехи, ведущие к Истине. Тишина всегда ЗДЕСЬ. Его Присутствие всегда ЗДЕСЬ. Но чтобы научиться слушать Тишину и быть в Присутствии, чтобы БЫТЬ, нужно открыть своё Сердце, а для этого нужно знать Вехи.

Из опыта своего собственного Переживания Шри Бхагаван оставил нам Вехи двух видов: “Написанное” — собственноручно написанное Им и “Сказанное” — систематизированные учениками записи Его бесед (в вопросно-ответной форме) и изречений

Предыдущие четыре издания Шри Раманашрама в России: “Шри Рамана Махарши. Весть Истины и Прямой Путь к Себе” (1991);

---

<sup>\*</sup> Здесь и далее значения санскритских терминов см. в Глоссарии.

“Будь тем, кто ты есть!” (1994);

“Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь” (1995);

“Шри Рамана Гита” (1996)

полностью представили Жизнь и Путь Бхагавана Шри Раманы Махарши на уровне подготовительных ступеней, отразив, в той или иной степени, все компоненты Его наследия. Теперь перед читателем книга более высокого уровня... Перед ним – концентрированный Гимн Богу, вездесущей, всемогущей и единственно существующей реальности, той Реальности, которая сияет в Сердце каждого как его собственное истинное *Я*, *А т м а н*.

Пусть этот Гимн пробудит и укрепит Веру, пробудит и разовьёт Устремлённость, послужит толчком для искреннего Служения Высочайшему! Тому, чтобы просто БЫТЬ.

## МИР МИР МИР

### 2

В настоящее время имеются фактически два самостоятельных издания “Собрания произведений”: тамильское и английское. Тамильское было впервые опубликовано еще в 1931 году. Оно состоит из трёх больших частей: оригинальные стихотворные произведения, переводы и прозаические работы ранних лет (куда входят записи Его ответов почитателям, а потому именуемые “Слова Милости”). Одухотворённое предисловие к этому собранию с описанием его компонентов включено в настоящее издание (см. с. 43–45; на с. 403 см. комментарий). Первое издание английского “Собрания произведений”, составленное Артуром Осборном, вышло в 1959 году (всего было 6 изданий: 1959, 1969, 1972, 1974, 1979, 1996 годы, в том числе первые два подготовлены самим А. Осборном). Артур Осборн изменил композицию, на первое место вынес прозаические произведения ранних лет, включив их в состав оригинальных работ, кроме того, он написал предисловие к каждому из произведений, раскрывающее историю его создания. Позднее в это Собрание были помещены произведения, отсутствующие в тамильском издании, – стихи Махарши по различным поводам, отдельные стихи, выполненная Им

обработка одного из важных текстов на тамили, а также глоссарии и предметный указатель. Японский текст “Собрания произведений”, опубликованный в 1996 году, – перевод с пятого издания английского “Собрания произведений Раманы Махарши”.

При подготовке русского издания “Собрания произведений” составитель исходил из следующих основных требований:

- 1) **ясность** структуры книги;
- 2) **полнота** представления материала;
- 3) **доступность текстов** как практикам, так и более широкому кругу читателей;
- 4) **прямое переживание *Сат-санга*** в процессе работы с книгой;
- 5) **завершенность** книги как единого целого, представляющего Учение Шри Раманы в его целостности для непосредственного восприятия.

В связи с этим:

– подготовка рукописи книги выполнена с использованием не только английского, но и тамильского издания “Собрания произведений” (по п. 2);

– в книгу включены произведения, отсутствующие и в английском и в тамильском изданиях, которые удалось обнаружить в [9], и фактически сейчас перед читателем – **полное** собрание произведений (нет только стихов по тамильской народной медицине и краткого резюме адвайтической работы “Адвайта Бодха Дипика” [Свет недвойственного Знания]) (по п. 2);

– произведена дополнительная классификация произведений Шри Бхагавана (оригинальных произведений – по разделам, обработок и переводов — по частям) – по п. 1;

– “Духовное наставление”, входящее в состав “Слов Милости”, вынесено в Приложение, ибо эта работа, ставшая классической, всё же не является оригинальным произведением Махарши (по п. 1),

– “связная” редакция “Кто я?”, написанная в форме эссе самим Шри Бхагаваном по материалам “вопросно-ответной” редакции, представляет собой квинтэссенцию Его учения, а потому поставлена первой в книге, хотя хроно-

логически первым текстом является “вопросно-ответная редакция “Само-исследования” (по п. 3);

- дана только “связная” редакция “Кто я?”, ибо “вопросно-ответная” уже опубликована в [1] и весьма большим тиражом (по п. 1);

- в прозаические работы введены обе редакции “Само-исследования” (“связная” и “вопросно-ответная”); “связная” редакция подготовлена не Шри Бхагаваном, но под Его контролем, и она облегчает восприятие “вопросно-ответной” редакции — первого текста, написанного самим Учителем (по пп. 2 и 3);

- введено “завершающее” Приложение (по пп. 3 и 5);

- введены полные комментарии к собственно Учению (по п. 3);

- дан достаточно подробный комментарий к первому из Пяти Гимнов Аруначале (по п. 5);

- приведены воспоминания автора Предисловия к тамильскому изданию об истории его написания (по п. 4);

- введено иллюстративное оформление и художественное оформление (по п. 4);

- переработан глоссарий и составлен подробный указатель (по п. 3).

В обсуждении предварительных вариантов структуры настоящего издания принимали участие многие близкие составителю ашрамиты и паломники; всем им он выражает свою глубокую признательность.

В русское издание включены предисловия к тамильскому и английскому изданиям “Собрания произведений”, прекрасно представляющие, соответственно, смысл входящих в “Собрание” работ и Жизнь-Путь их автора, Бхагавана Шри Раманы Махарши. Далее основной материал разбит на две книги: оригинальные работы, обработки и переводы.

Оригинальные работы (книга I) написаны в двух жанрах — проза и поэзия и выделены в две части.

Прозаических работ всего две: “Само-исследование” и “Кто я?”, но они были опубликованы Шри Раманашрамом, в конечном счете, в двух редакциях – исходной (“вопросно-ответной”) и переработанной (“связной”). Шри Бхагаван собственноручно записал свои ответы Гамбираму Сешайе

(1900), которые затем были изданы в 1929 году в виде “вопросно-ответной” редакции “Само-исследования” (Садху Натанананда обработал эту редакцию, сделав из неё эссе, изданное в 1939 году). С работой “Кто я?” картина иная: ответы записал сам посетитель – Шивапракашам Пиллай (1901–1902) – и в 1923 году они были изданы как “вопросно-ответная” редакция “Кто я?”. Затем Шри Бхагаван Сам переработал её в эссе, изданное в 1925 году. Тамильское издание использует только “связные” редакции. Последние три английских издания включают в себя лишь “вопросно-ответные”. Наше издание содержит переработанную Шри Бхагаваном редакцию “Кто я?” и обе – “Само-исследования”. Переработанные редакции – более лёгкие для восприятия, что и определило порядок их представления. Этим же принципом определялся порядок расположения работ. “Кто я?” как квинтэссенция Учения и Практики, их краеугольный камень, выдвинута на первое место.

Поэтические произведения Шри Раманы разбиты на четыре раздела, из которых первые два имеют решающее значение.

Первый раздел – Учение, путь Знания, который и является вкладом Шри Бхагавана в сокровищницу мировой духовной теории и практики. Он состоит из двух поэтических произведений: 1) Суть Наставления (букв.: “Наставление в стиле *Унди*”; на тамили – *Упадеша Ундийяр*); 2) Сорок стихов о Реальности (букв.: “Сорок о том, что ЕСТЬ”; на тамили – *Улладу Нарпаду*) и дополнение к ним тоже из сорока стихов (на тамили – *Улладу Нарпаду Ану-бандхам*).

Первое произведение обычно рассматривается как наставление в Практике. Второе – как “теоретический” базис. Так или иначе, но Сущность учения Бхагавана Шри Раманы Махарши — в этом разделе.

Раздел второй — пять гимнов Шри Аруначале. Они написаны просветлённым Учителем с позиций души, ещё стремящейся к Освобождению путем Преданности, той Преданности, из которой вырастает Знание (“*Бхакти* — это мать *джняны*”). Для русскоязычного читателя и духовного искателя этот раздел также очень важен: на Пути Шри

Раманы *джняна* и *бхакти* фактически неразделимы (“Познайте, что путь *джняны* и путь преданности взаимосвязаны. Следуйте этими двумя неразлучными путями, не отделяя одного от другого”, см. [2, с. 77]).

Раздел третий – стихи по особому поводу. Первые три из них традиционно выделяются как очень важные, остальные отражают реакцию Шри Бхагавана на значимые события в Его и Шри Раманашрама жизни (см. также [3]). Четвертый раздел – коллекция остальных известных стихотворных произведений Учителя.

Обработки и переводы (книга II) в настоящем издании представлены тремя частями: работа с оригиналами на санскрите, тамили и английском языке. Львиную долю составляют обработки и переводы произведений на санскрите:

1) “Суть *Бхагавад-Гиты*” (*Гита Сарам*; в английском переводе – “Божественная Песнь”);

2) два перевода из *Агам* (причем оба сделаны Им по собственной инициативе);

3) шесть переводов работ Ади Шанкарачарьи, в том числе вольный перевод *Вивекачудамани* (“Бриллиант в короне различения”).

Изучение и освоение книги II, ориентированной строго на *джняну*, даёт возможность серьёзному духовному искателю создать у себя мощный фундамент духовной традиции, ориентированной на чистую *адвайту* как переживание единого Я.

Русские издания Шри Раманашрама традиционно содержат приложения. В настоящем издании их два.

Приложение 1 – “Духовное наставление”; это сборник наставлений, которые Садху Натанананда получал начиная с 1923 года (опубликован впервые в 1928 году). Текст очень важен, особенно в плане разъяснения отношений Гуру – ученик, и он традиционно включается во все “Собрания произведений”.

Приложение 2 – “Ловушки на Пути”; это редакционная статья из периодического издания Шри Раманашрама – журнала *The Mountain Path* (“Горный Путь”) – за 1981 год (вып. II) Здесь она — прекрасная помощь духовному практику, идущему путем Шри Раманы...



Содержательную часть книги завершают “Комментарии”. Сюда включены комментарии к фундаментальным произведениям из разделов “Учение” (Знание) и “Пять гимнов Аруначале” (Преданность-Знание); комментарии подготовлены строго по опубликованным материалам ближайших учеников Шри Раманы — ушедших и живущих, высокоавторитетных в “Рамана-движении”. Сюда же помещена история написания Предисловия к тамильскому “Собранию произведений”, история того, как Шри Бхагаван поставил на эту книгу печать Своей Милости...

Русские издания Шри Раманашрама также традиционно содержат и иллюстративное оформление (см. особенно [3]). И здесь оно дополняет исключительную серьезность текстов: “*Бхакти — мать джняны*”... Фотоархив Шри Раманашрама, как всегда, любезно предоставил свои материалы специально для настоящего русского издания “Собрания произведений” Шри Раманы Махарши.

### 3

Познание единой Реальности, являющейся собственным Я, истинной природой каждого человека, которая сияет в его Сердечном центре как “Я–Я” (“Я есмь Я”, или “Я, Я, Я, Я....., Я, Я...” — это Цель Учения Шри Раманы. Для описания этой Реальности Бхагаван в Своих произведениях использует тамильские термины: *Тан* (Сам, Я Сам, Себя, Самость) и *Анмо* (санскритский термин *Атма*, или “Атман”, на тамили) и непосредственно санскритский термин *Атма*, причём в основополагающих работах — “Суть Наставления” и “Сорок стихов о Реальности” — только *Тан* и производные от него. В английских переводах доминируют английские термины: основной — “the Self” (Самость, “Атман”), затем — “Self” (Я), или “real Self” (истинное Я), иногда — “Spirit” (Дух), а санскритский термин “Атман” встречается редко.

В настоящем издании переводчик следует терминологии Шри Бхагавана, давая в то же время и синонимы — для лучшего восприятия, поскольку все указанные русские термины являются синонимами, описывающими то, что лежит

за мыслью, а значит, и словами. Любое слово, применяемое для описания Реальности, — только Указатель, а его восприятие зависит от способности читателя или слушателя, руководимого изнутри силой Милости, постичь обозначаемое им. Каждое такое слово обозначает сознание нашего собственного Бытия, которое мы называем “Я” или “Я есмь”. Здесь и в дальнейшем старославянское слово “есмь” будет использоваться для обозначения истины духовного Бытия, не связанного с эмпирическим существованием, фиксируемым одним из значений настоящего времени современного глагола “быть”. Поэтому словосочетание “Я есмь”, возможно, лучше всего передаёт то, что имеется в виду (“Я есмь” — Реальность. “Я есть это или то” — нереально. “Я есмь” — Истина, другое имя для “Атмана”. См. [2, с. 77]).

Терминология, используемая при переводе, мало отличается от принятой в изданиях Шри Раманашрама начиная с 1994 года ([2–4]). Расхождения с терминологией книги “Шри Рамана Махарши: Весть Истины и Прямой Путь к Себе” заключаются в следующем:

- использование оригинального санскритского термина “Атман” или русского “Я есмь” как соответствия английскому “The Self” (вместо русского термина “Самость”);

- обозначение истинной природы человека, А т м а н а , прописной буквой Я, выделяемой курсивом: Я (вместо словосочетания “Истинное Я” используется выражение “истинное Я” или словосочетание “Я есмь”);

- употребление терминов “Реализация” или “Осознание” (вместо “Осуществление”) и “Само-реализация” (вместо “Само-осуществление”).

В зависимости от контекста санскритский термин *ахам* (английский — “I”) принимает различные значения, передаваемые в переводе следующим образом:

- а) Я; истинное переживание А т м а н а , или Себя; чистое “Я есмь”;

- б) “Я”, субъективное переживание Себя, истинной природы человека, которую он ещё не осознал окончательно;

- в) “я”; иллюзорное чувство отделённости, личности, явление которого вызвано неправильным отождествлением А т м а н а , Себя, с телом (“Я есть тело”).

В данном издании широко употребляется русский термин “сознание”. Это перевод английского “awareness”; он передаёт “сознание” как процесс, как действие.

Подстрочные примечания – постраничные. Примечания, содержащиеся в английских оригиналах, нумеруются, а принадлежащие составителю-переводчику сопровождаются одной звездочкой (\*) или их совокупностью.

В книге много санскритских терминов, составляющих “алфавит” духовной практики. Если толкование терминов введено непосредственно в текст, то оно по возможности предшествует самому термину, что должно облегчить восприятие и понимание текста. В этом случае термин даётся в квадратных скобках в именительном падеже.

В конце книги приводится и общий глоссарий, поясняющий используемые в её тексте санскритские и иные необъяснённые термины. В его основу положен глоссарий, составленный А. Осборном к английскому изданию “Собрания произведений Раманы Махарши”. Глоссарий А. Осборна модифицирован и расширен.

Санскритские термины (за редким исключением: Бхагаван, Махарши, йога и т. п.) выделены курсивом. Ввиду особой значимости для Учения Шри Раманы термина “Атман” он дается разрядкой: А т м а н . Курсивом также выделяется слово Я (истинная природа человека, А т м а н ).

В настоящем издании заглавные буквы для терминов используются всюду, где:

1) описывается Абсолют (упоминание *Брахмана* — всегда прописными буквами: ОН, ЕГО и т. д.);

2) явно проступает действие безличной Реальности (Бытие, Сила и т. п.);

3) упоминается безличный А т м а н или личный Бог (Он, Его и т. п.; если в начале предложения, то – ОН, ЕГО и т. д.).

Книга содержит также подробный Библиографический список и достаточно детальный Указатель, предназначенный помочь читателю ориентироваться в именах, идеях и терминах, содержащихся в тексте, и применить полученные им знания в своей духовной практике.

Настоящее издание Шри Раманашрама на русском языке завершается “Кратким путеводителем по Шри Раманашраму”, ориентированным на серьёзного практика, желающего посетить Ашрам, чтобы пережить его *саттвическую* атмосферу и получить мощный импульс в своей *садхане*.

Описаны особенности жизни в Ашраме: а) святыни и достопримечательности; б) праздники; в) климат; г) жильё и питание. Дорога в Ашрам не простая, поэтому этот вопрос представлен достаточно детально. И, наконец, цикл стихов о впечатлениях и переживаниях духовного искателя в Ашраме – образный Путеводитель по его святой земле...

#### 4

Переводчик и составитель русского издания отчетливо сознаёт, что подготовка и издание этой книги оказались возможны только благодаря всепроникающей Милости Высшей Силы. Трудно упомянуть и описать здесь вклад всех тех, кто, являясь Её инструментами, как и пишущий эти строки, в той или иной мере дали жизнь русскому изданию великой жемчужины духовного знания.

1. Сначала следует перечень тех, кто дал наиболее важный ранний вклад, повлиявший на сознание переводчика-составителя и на выбор его Пути. Этот вклад словами не описывается и благодарность тоже... Некоторые уже оставили свои тела и погрузились в Божественное, но они присутствуют в Духе этой книги:

**Татьяна Александровна Ланина** (группа тамильского языка Восточного факультета Ленинградского государственного университета; 1965)

**Уильям Аткинсон** (1965)

**Зенон Косидовский** (1969)

**Владимир Львович Леви** (1973)

**Юрий Георгиевич Руденко** (1974)

**Лев Толстой** (1976)

**Артур Осборн** (1979)

**Джидду Кришнамурти** (1981)

2. Сердечная благодарность всем перечисленным ниже, помогавшим – на разных этапах – в подготовке этой книги.

А. Перевод четвертого английского издания (1974) “Собрания произведений” (1984–1986):

**Юрий Георгиевич Руденко**  
**Евгений Максимович Глоба**

Б. Подготовка окончательного варианта рукописи (1996–1998):

*Члены Шри Раманаширама:*

**В. С. Раманан, Президент**  
**В. С. Мани**  
**Рамамани**  
**Д. Джаяраман**  
**Дэв Гогой**  
**Т. В. Чандрамоули**

*Знатoki учения Шри Раманы Махарши и литературы о Нём:*

**Свами Нирванананда Гири (Надежда Сутара)**  
**Дэвид Годман**  
**Майкл Джеймс**

*Знатoki тамильского и других восточных языков:*

**Свами Шантананда Пури**  
**Александр Михайлович Дубянский** (Институт стран Азии и Африки Московского государственного университета)

*Почитатели Шри Раманы:*

**Грэхем Бойд**  
**Збигнев С. Е. Будай**  
**Гульчехра и Кришна Кехр**  
**Элис Уильямс**  
**Юрий Георгиевич Руденко**

**В. Приобретение и освоение технических средств подготовки рукописи (1997–1998):**

**А. Рамана**, основатель-директор АХАМ

**Геннадий Иванович Новиков**

**Сергей Семенович Трейвус**

**Владимир Залманович Кривченко**

**Г. Издательская деятельность (1998):**

**Александр Викторович Старынин**

**Борис Леонидович Волков**

**3. Огромная личная признательность тем не-ашрамитам, кто оказывал материальную поддержку для пребывания в Шри Раманашраме и деятельности в нём:**

**А. Рамана**

**Владимир Ильич Танклевский (Смусин)**

**Роланд М. Олсон**

**4. Великая благодарность тем, без чьей постоянной дружеской поддержки, помощи и заботы подготовка и издание этой книги были бы просто невозможны:**

**Надежда Владимировна Могилеввер**, жена и друг

**Владимир Ильич Танклевский (Смусин)**, друг

*Олег Могилеввер  
Санкт-Петербург, 1998*

P.S.

Настоящее второе издание этой книги выходит уже в Москве... Внесена некоторая литературная и содержательная правка, устранены замеченные полиграфические дефекты. В остальном издание полностью повторяет первое.

Пусть Свет Мудрости, излучаемый этой Книгой, озарит Сердце каждого её читателя!

*17 июля 2003, Санкт-Петербург*

## Acknowledgements

The translator-editor of the Russian edition realises that the preparation and publication of this book has been possible only thanks to the all-pervading grace of a Higher Power. It is difficult to detail the contribution of all those who, acting as instruments of that Power, have in one way or another given life to the Russian edition of this great pearl of spiritual knowledge.

1. First follows a list of those who have made the most important and indescribable contribution – that of influencing on the consciousness of translator-editor and the choice of his spiritual Path. This gratitude cannot be put in words. Several mentors have already been absorbed into the Lotus Feet of the Divine, but they are nevertheless present in the spirit of this book:

**Tatiyana A. Lanina** (Tamil Language Group, Faculty of Oriental Studies, Leningrad State University, 1965)

**William Atkinson** (1965)

**Zenon Kosidovsky** (1969)

**Vladimir L. Levi** (1973)

**Juri G. Rudenko** (1974)

**Leo Tolstoy** (1976)

**Arthur Osborne** (1979)

**Jiddu Krishnamurti** (1981)

2. Heartfelt gratitude for all who helped in the different stages of preparing this book:

**A.** The translation of the fourth English edition (1974) of “The Collected Works” (1984–1986):

**Juri G. Rudenko**

**Eugene M. Globa**

**B.** The preparation of the final manuscript version (1996–1998):

*Members of Sri Ramanasramam:*

**V. S. Ramanan**, President

**V. S. Mani**

**Ramamani**

**J. Jayaraman**

**Dev Gogoi**

**T. V. Chandramouli**

*Experts on Bhagavan's teachings and the literature about Him:*

**Swami Nirvanananda Giri (Nadhia Sutara)**

**David Godman**

**Michael James**

*Experts on Tamil and other oriental languages:*

**Swami Shantananda Puri**

**Alexander M. Dubiansky** (Institute of Asian and African Countries, Moscow State University)

*Ramana devotees:*

**Graham Boyd**

**Zbigniew S. E. Buday**

**Krishna and Gulchehra Kehr**

**Alison Williams**

**Juri G. Rudenko**

**C.** The acquisition and the mastering of the technical means for the manuscript's preparation (1997–1998):

**A. Ramana**, Founder-Director, AHAM

**Gennady I. Novikov**

**Sergei S. Treivus**

**Vladimir Z. Krivchonok**



**D. Printing and publishing (1998):**

**Alexander V. Starynin**

**Boris L. Volkov**

3. Tremendous personal gratitude is owed to those non-Ashramites who rendered material support for my stay and work at Sri Ramanasramam:

**A. Ramana**

**Vladimir I. Tanklevsky (Smusin)**

**Roland M. Olson**

4. Great gratitude is owed to those who gave constant friendly support, help and empathy. The preparation and publication of this book would have been impossible without these people:

**Nadezhda V. Mogilever**, my wife and friend

**Vladimir I. Tanklevsky (Smusin)**, my friend

*Oleg Mogilever*

## **Предисловие к английскому изданию “Собрание произведений Раманы Махарши”**

Махарши, Бхагаван Шри Рамана, происходил из семьи южноиндийских брахманов среднего достатка. Когда Он осознал Себя, истинное Я, Ему было только шестнадцать лет, Он ещё посещал школу, не занимался духовной практикой и ничего не знал о духовной философии. Для осознания Себя, своей истинной природы, обычно необходимо некоторое изучение теории, сопровождаемое длительной и ревностной практикой, часто длящейся всю жизнь, но в большинстве случаев так и не завершаемой. Как говорят Мудрецы (те, кто достиг Само-реализации), результат здесь зависит от степени духовной зрелости человека. Духовное продвижение сравнимо с паломничеством, а жизнь – с одним днём этого пути: достижение человеком цели или степень приближения к ней частично определяются энергией продвижения и частично расстоянием от места его пробуждения и начала пути до Цели. Только в редчайших случаях возможно, как это случилось с Махарши, сделать единственный шаг и достичь этой Цели.

Сказать, что Махарши осознал Себя, вовсе не означает, что Он понял некую новую доктрину или теорию или овладел каким-то высшим состоянием или чудесными силами. Это значит, что “Я”, которое понимает или не понимает доктрину, обладает или не обладает силами, осознано как тождественное А т м а н у , всеобщему Я, или Духу. Махарши сам описал случившееся простым и образным языком.

«Это произошло приблизительно за шесть недель до того, как я навсегда покинул Мадурай, что было огромной переменой в моей жизни. Всё случилось совершенно неожиданно. Я сидел один в комнате на первом этаже дома моего

дяди. Я редко болел и в этот день, как обычно, чувствовал себя хорошо, но вдруг сильный страх смерти овладел мной. Ничто в состоянии моего здоровья не служило тому причиной, и я не пытался объяснить это или найти причину страха. Я просто почувствовал, что “я собрался умереть”, и стал думать, что делать в этом случае. У меня не было мысли посоветоваться с доктором, моими старшими или друзьями; я чувствовал, что должен решить эту проблему сам, здесь и теперь.

Шок страха смерти заставил мой ум обратиться вовнутрь, и я мысленно сказал себе: “Сейчас пришла смерть, что это значит? Что есть то, что умирает? Это умирает тело”. И я сразу инсценировал приход смерти. Я лежал, жёстко вытянув члены, как бы умерщвляя плоть, имитируя труп, чтобы возможно более реально провести исследование. Я задержал дыхание и плотно сжал губы, так что ни один звук не мог вырваться наружу, так что ни слово “я”, ни другое слово не было произнесено. «Ладно – мысленно сказал я себе, – это тело умерло. Оно будет отвезено, как труп, к месту кремации, сожжено и превратится в прах. Но умру ли я со смертью тела? Разве тело – это “Я”? Тело безмолвно и инертно, но я продолжаю чувствовать полную силу своей индивидуальности и даже слышать голос “Я” внутри себя, отдельно от него. Значит, “Я” – Дух, превосходящий тело. Тело умирает, но Дух, превосходящий его, не может быть затронут смертью. Это означает, что “Я” – бессмертный Дух». Всё это не было тусклой мыслью, а вспыхнуло во мне ярко как живая Истина, которую я воспринял непосредственно, почти без участия мыслительного процесса. “Я” было чем-то очень реальным, единственной реальной вещью в моем состоянии, и вся сознательная активность, связанная с моим телом, была сконцентрирована на этом “Я”. С этого момента “Я”, или истинное Я, мощным очарованием сфокусировало на себе моё внимание. Страх смерти исчез раз и навсегда. С того времени погружение в Себя, А т м а н , не утрачивается. Другие мысли могут приходить и уходить, как различные музыкальные тона, но “Я” остаётся словно основной

тон *шрути*, на который опираются и с которым смешиваются все остальные тона<sup>1</sup>. Занято ли тело разговором, чтением или чем-нибудь ещё, я постоянно сосредоточен на *Я*. До этого кризиса я не имел ясного восприятия моего *Я* и сознательного влечения к НЕМУ. Я не чувствовал осязаемого или ясного интереса в НЕМ, а ещё менее — какой-либо склонности к постоянному пребыванию в НЕМ».

Такое переживание тождества очень редко приводит к Освобождению. Чувство Единства приходит к искателю, но внутренние тенденции эго снова и снова омрачают его. Искатель с этого времени имеет память, несомненную уверенность Истинного Состояния, но он не живёт в нём постоянно. Чтобы не было тенденций, толкающих его снова назад, к иллюзии ограниченного отдельного существования, искатель должен стараться очистить ум и достичь полного смирения. Однако забвение эго истинным *Я*, даже когда сразу достигается осознание Себя, не даёт Освобождения, т. е. Само-реализации, из-за препятствий, создаваемых накопленными умственными склонностями. При этом тело часто принимается за *Я* и забывается, что на самом деле тело само пребывает в *Я*. Замечательно, что в случае с Махарши не было ни омрачения, ни рецидива неведения. Наоборот, Он с этого времени был в постоянном осознании тождества Единому *Я*.

В течение нескольких недель после этого Пробуждения Он оставался в своей семье, внешне продолжая вести жизнь обычного школьника, хотя все внешние ценности утратили для него свое значение. Он с одинаковым безразличием ел всё, что бы ни предлагалось. В спорах Он теперь всегда уступал сверстникам и не участвовал в их играх. Насколько возможно, Он приспосабливался к условиям жизни и скрывал свое новое состояние, но старшие заметили утрату интереса к учебе и всей мирской деятельности и осуждали Его за это.

---

<sup>1</sup> Монотонность, присутствующая в индийских музыкальных произведениях, подобно нити, на которую нанизаны бусы, представляет А т м а н , пребывающий во всех формах бытия.

В Индии существует много святых мест, представляющих собой различные формы духовности и различные виды Путей. Священная гора Аруначала с городом Тируваннамалай, расположенным у её подножия, – высшая среди них, так как является центром прямого Пути Само-исследования под безмолвным влиянием духовного руководителя, Гуру, на Сердце преданного поклонника, сокровенным и священным Сердечным Центром Шивы, где Он всегда пребывает как Сиддха (Великий Единый).

Это – местопребывание Шивы, который, отождествляемый с Дакшинамурти, учит в Тишине, как это видно на примере жизни Бхагавана.

Это – Центр и Путь, где физический контакт с Гуру не является необходимым, но безмолвное учение сообщается непосредственно Сердцу. Даже до своей Реализации это место волновало Махарши и притягивало подобно магниту.

“Слушайте: Он\* стоит как неодушевлённая<sup>1</sup> Гора. Его действие таинственно, недоступно человеческому пониманию<sup>2</sup>. С детских лет в моём уме сияло сознание, что Аруначала был чем-то исключительно величественным, но даже когда я узнал от других, что это Тируваннамалай, то не осознал Его значения. Когда Он привлёк меня к Себе, упокаивая мой ум, я подошёл близко и увидел Его стоящим недвижимо<sup>3</sup>”.

Когда Он заметил, что старшие осуждают Его пренебрежение радостями домашнего уюта и склонность к жизни

---

\* Аруначала – имя горы, но также имя Бога, воплощенного в этой горе, являющегося Самим Шивой. Поэтому “Аруначала” – мужское имя. См Глоссарий.

<sup>1</sup> Это прилагательное также имеет значение “искореняющая объективное знание”.

<sup>2</sup> “Увидеть Чидамбарам, родиться в Тируваруре, умереть в Бенаресе или только думать об Аруначале – гарантия Освобождения”. Это двуступенчатое распространено в брахманских семьях Южной Индии.

<sup>3</sup> *Альтернатива*: “Я осознал, что Он означает Абсолютную Неподвижность”.

*садху*, то тайком оставил дом и отправился, как *садху*, в Тируваннамалай. Он оставался там более пятидесяти лет как Дакшинамурти, наставляя на Путь Само-исследования всех, кто приходил к нему из Индии и из-за границы, с Востока и Запада. Вокруг Него вырос Ашрам. Его имя – Венкатараман – было сокращено до Рамана, и Он был также назван Махарши, что значит *маха риши*, или “Великий Мудрец”, – титул, традиционно даваемый основоположнику нового Духовного Пути. Однако Его почитатели говорили о Нём обычно как о Бхагаване. В разговоре с Ним они также обращались к Нему в третьем лице: “Бхагаван”. Самореализация означает постоянное осознание тождественности А т м а н у , Абсолюту, Духу, истинному Я всего существующего, это то состояние, которое Христос выразил словами: “Я и Отец мой – Одно”. Оно встречается крайне редко. Поэтому к достигшим его обычно обращаются как к Бхагавану, это слово означает “Бог”.

Для Бхагавана во время Его прибытия в Тируваннамалай вопрос об учениках или обучении не стоял. Он не испытывал ни малейшего интереса к проявленному миру, будучи полностью погружённым в состояние переживания Бытия, которое есть полное Знание и невыразимое Блаженство, превосходящее жизнь и смерть. Ему было безразлично, будет ли продолжать жить Его тело, и Он не предпринимал никаких усилий, чтобы его поддержать. Другие люди заботились о Его пропитании, принося ежедневно немного пищи, и когда Он постепенно стал возвращаться к участию в жизни, это делалось ради духовной поддержки тех, кто собрался вокруг Него.

То же относится и к изучению Им философии. Он не испытывал нужды в рациональном подтверждении сияющей Реальности, в которой был утверждён, но Его последователи просили разъяснений. Всё началось с Паланисвами, ученика, который имел доступ к книгам по духовной философии только на тамили, но с трудом справлялся с чтением (родной язык – малаялам), поэтому Махарши сам читал ему книги, разъясняя их суть. Подобным образом

Он читал книги для других преданных и стал эрудитом, не ища эрудиции и не придавая ей значения.

В Его взглядах не было заметно никаких изменений или развития на протяжении более полувека. Иначе и не могло быть, так как Он не вырабатывал философии, а просто узнавал различные аспекты Трансцендентальной Истины в теориях, мифах и символах, когда знакомился с ними. То, чему Он учил, была основная доктрина Недвойственности, или *адвайта*, которая, в конечном счете, поглощает в себе все другие доктрины: Бытие есть Единое, и Оно проявлено во Вселенной и во всех творениях без изменения их вечной, непроявленной истинной природы, *А т м а н а*, подобно тому, как во сне ум создает образы людей и событий, а человек, ничего не утрачивая с их возникновением и не приобретая с утратой, не прекращает быть самим собой.

Некоторым трудно уверовать в эту систему, полагая, что она отрицает реальность мира, но Махарши разъяснял им, что мир нереален только как отдельное самодовлеющее явление, но он реален как проявление *А т м а н а*, точно так же, как сюжет на киноэкране реален как изображение, но нереален как факт действительной жизни. Некоторые боялись, что этот взгляд отрицает существование личного Бога, которому они могут молиться. Такой подход, однако, превосходит доктрину религиозности, не отрицая её, ибо, в конечном счете, почитающий обретает Единство с Почитаемым. Человек, который молится, и Бог, к которому обращена молитва, реальны только как проявления истинного *Я*.

Как сам Махарши осознал Себя без предварительных теоретических наставлений, так Он уделял мало внимания теории в наставлении своих учеников. Теория, излагавшаяся Им устно и присутствующая в Его произведениях, вся направлена к практической цели: помощи читателю в Само-исследовании, под которым понимается не какое-либо психологическое изучение, но познание и пребывание *А т м а н о м*, истинным *Я*, существующим позади эго, или ума. Вопросы, задаваемые только для удовлетворения любопытства, Он игнорировал. Напри-

мер, на вопрос о состоянии человека после смерти Он мог ответить: “Почему вы хотите знать, чем вы будете, когда умрете, раньше того, что вы есть сейчас? Сначала узнайте, кем вы являетесь теперь”. Таким образом Он поворачивал спрашивающего от ментального любопытства к Духовному поиску. Подобные ответы Он давал и на вопросы о *самадхи* или о состоянии *джняни* (человека, осознавшего истинное Я): “Почему вы хотите знать о *джняни* раньше, чем вы узнали самого себя? Сначала найдите, кто вы”. Но когда вопрос порождался задачей открытия себя, Махарши проявлял огромное терпение в объяснении.

Метод исследования внутри себя, которому Он учил, выходит за пределы философии и психологии, ибо разыскивается не эго с его качествами, а истинное Я, постоянно сияющее без качеств, когда эго перестает функционировать. Ум должен не внушать ответ, а пребывать в покое, чтобы Истинный ответ мог прийти.

«Неправильно превращать вопрос “Кто я?” в заклинание. Задайте вопрос только раз и затем сконцентрируйтесь на отыскании источника эго и предупреждении появления мыслей».

“Нахождение источника эго” предполагает, как объяснял Махарши, концентрацию на Духовном Центре в теле – Сердце, расположенном в правой стороне груди. Следует сосредоточиваться так, “чтобы предотвратить появление мыслей”.

«Внушаемые ответы на исследование, такие как “Я – Шива”, в медитации давать уму не следует. Истинный ответ придёт сам собой. Ответ эго не может быть правильным. Эти утверждения и самовнушения могут помочь тем, кто придерживается других, а не этого метода исследования. Если вы будете продолжать вопрошание, ответ придёт».

Ответ приходит как ток сознания в Сердце, сначала прерывистый и достигаемый интенсивным усилием, но постепенно возрастающий в силе и постоянстве, становящийся более самопроизвольным, действующий как задержка



мыслей и действий, разрушающий эго, пока оно окончательно не исчезнет и не останется уверенность в наличии чистого Сознания.

Махарши учил, что Само-исследование охватывает *карма-маргу* так же, как и *джняна-маргу*, путь Действия так же, как и путь Знания, ибо оно должно использоваться не только в медитации, но и в событиях повседневной жизни – забрасыванием проявлений эгоизма вопросом “К кому относится удача или неудача, триумф или бедствие?” На этом Пути жизненные обстоятельства не являются препятствием для *садханы*, они превращаются в инструмент *садханы*. Поэтому тех, кто спрашивал, должны ли они отречься от жизни в миру, Он всегда отговаривал от такого шага, предписывая вместо этого выполнять свои жизненные обязанности без личной заинтересованности.

Учение Махарши охватывает также путь Любви и Преданности. Махарши говорил: «Есть два Пути: или вопрошание себя “Кто я?”, или само-отдача». В другом случае Он сказал: “Отдайте себя мне и я сразу ум”. Многие люди с любовью следовали этому Пути подчинения Ему, который вёл к той же цели. Он говорил: “Бог, Гуру и подлинное Я в действительности не различны, но тождественны”. Те, кто следовал Пути Само-исследования, искали Я внутри, другие – на Пути Любви – подчинялись Гуру, проявленному вовне. Но оба Пути были одинаковыми. Теперь более чем когда-либо Его почитателям ясно, что Махарши оставил Своё тело и стал **Внутренним Гуру в Сердце каждого из них**.

Таким образом, Махарши открывал тем, кто обращался к Нему, новый интегральный путь. Древний путь Само-исследования был чистой *джняна-маргой*, основанной на безмолвной медитации в отшельничестве; более того, Мудрецы считали этот Путь непригодным в *кали-югу* – темную в духовном отношении эпоху, в которой мы живём. То, что сделал Бхагаван, было не столько реставрацией старого Пути, сколько созданием нового, приспособленного к условиям нашего времени, которому можно следовать в большом городе и в семье не менее, чем в лесу

или пустыни, с периодической ежедневной медитацией и постоянным воспоминанием повсюду среди дневной деятельности, с опорой – или нет – на внешнюю обрядность.

Махарши писал очень мало Он учил, главным образом, через огромную энергию Духовной Тишины. Это, конечно, не значит, что Он не хотел отвечать на поставленные вопросы. Если Он чувствовал, что они диктовались искренним стремлением к Знанию, а не праздным любопытством, то отвечал на них устно и письменно. Однако сущностью обучения было безмолвное влияние на Сердце.

Почти всё написанное Им – ответ на запросы некоторых учеников, удовлетворяющий их духовные потребности, а потому в начале каждой работы дано краткое замечание, объясняющее её происхождение. Это сделано во имя интересов читателя, но особенно для того, чтобы никоим образом не ущемить широту их кругозора.

Необходимо отметить, что стихотворные произведения даны не в хронологическом порядке. Они упорядочены самим Бхагаваном для почитателя<sup>1</sup>, коллекционировавшего их, и этот порядок сохранен здесь\*.

---

<sup>1</sup> Садху Аруначала (А. У. Чадвик).

\* В русском издании порядок поэтических произведений Бхагавана подчинен структуре книги в целом.

Следующие далее последние два коротких абзаца Предисловия, принадлежащего перу Артура Осборна, опущены, ибо касаются редактирования и носят технический характер.

**Предисловие  
к тамильскому изданию  
“Собрание произведений Раманы Махарши”**

Это – Тируваннамалай, святое место, где сияет Аруначала, воздвигнутый Сам Собою Столб Огня. Аруначала, центр Земли, притягивает искателей, богатых *тапасом*, и дарует Освобождение тем, кто просто думает о Нём. Бхагаван Шри Рамана Махарши, который является формой Дакшинамурти и всегда пребывает в *А т м а н е*, истинном *Я*, удостоил это место своей Милостью; он дарует Милость своим состоянием Высочайшего Безмолвия. Он дарует Милость благодаря необычайному состраданию, которое льётся, словно поток. Это “Собрание произведений Раманы Махарши” (на тамили – *Рамана Нуул Тиратти*) – золотой дар, Его *прасад* нам.

Это благодаря нашим хорошим качествам и Счастью произведения различных жанров – проза, поэзия, диалог и песня – присутствуют в этой книге. Учёные и не столь учёные могут, равным образом, прочесть её и извлечь пользу соответственно уровням их понимания.

“Пять гимнов Аруначале” (*Шри Аруначала Стути Панчакам*), первая часть этой работы, были сочинены в те ранние дни, когда Шри Бхагаван только что начал говорить, прервав Безмолвие, *мауну*. Это Сам Поток *А т м а н а*. Преданные будут наслаждаться, читая объяснения о *бхакти* и *джняне*, данные самим Рамана Мурти. Он – Высочайшее Бытие, и Гимны пришли из Его Сердца. Это откровение (Шри Бхагавана) подтверждает Его собственный стих из первого гимна (на тамили — *Акшара Мана Малай*):

**“Открой Своей собственной природой,  
что каждый есть Сама Реальность, о Аруначала!”**

Относительно второй оригинальной работы этого сборника – “Суть Наставления” (на тамили – *Упадеша Ундийяр*) – следует сказать, что она была написана по просьбе одного из преданных, Шри Муруганара. Он начал сочинять поэму *Тирувунтийяр*, но захотел, чтобы Шри Бхагаван направил его. Шри Бхагаван сам написал последние стихи и таким образом завершил произведение.

“Сорок стихов о Реальности” (на тамили – *Улладу Нарпаду*) и дополнение к ним (в сорока стихах) писались время от времени, в ответ на просьбы Его преданных. “Пять стихов об Атмане” сначала были написаны на языке телугу, а затем Шри Бхагаван сам перевёл их на тамили. “Песнь об аппаламе” (*Аппала Патти*) – песня, специально сочинённая Шри Бхагаваном, является подлинным шедевром. Шри Муруганар сочинил первую и вторую части песни “Самопознание” (*Атма видья*), но не мог её закончить. Шри Бхагаван пришел на помощь и написал третью часть. Вся песня сейчас хорошо известна. Упомянутые выше работы, оригинальные работы, написанные самим Махарши (*Упадеша Нуун Малай*), становятся всё слаще и слаще, по мере того как вы пробуете (читаете) их. Чем больше человек читает, тем больше и больше он просветляется. Преданные узнают это на собственном опыте.

После этого пира Знания мы имеем божественные слова Шивы и Кришны, переведённые самим Шри Бхагаваном. Сюда относятся *Дэвикалоттара* — наставление, данное Шивой для Парвати (*Джняна Ачара Вичара Паталам*), *Сарваджняноттара*, Поучение Шивы, данное Им Кумару (*Атма Сакишаткара Пракаранам*), и *Бхагавад-Гита Сарам*, сущность *Бхагавад-Гиты*, учения Господа Кришны.

Переводы с оригинального санскрита Шри Шанкарачарьи – *Дакшинамурти Стотра* (“Гимн Дакшинамурти”), *Атма Бодха* (“Познание Атмана”), *Гуру Стути* и *Хастамалака стотра* составляют четвёртую часть.

Книгу завершают “Слова Милости” (на тамили – *Арул Моли Токуппи*).

“Кто я?” (*Нан яр*): Шри Шивапракашам Пиллай записал поучения Шри Бхагавана и скомпоновал их. Хотя и небольшая, эта работа чудесным образом пленяет сердце.

“Само-исследование” (*Вичара Санграхам*): Эти поучения были даны Шри Бхагаваном письменно в ответ на вопросы Гамбирама Сешайи. В то время Махарши не имел потребности в речи. Особенностью этой работы является то, что Шри Бхагаван дал наставления для таких Путей, как *карма*, *бхакти* и т. д. Это было необычным, поскольку Он главным образом учил методу Само-исследования, поиска Себя, истинного Я, А т м а н а . Возможной причиной того, что наставления давались для других Путей, было то, что задающий вопросы сам следовал им.

“Духовное Наставление” (*Упадеша Манджари*) – подборка наставлений Шри Бхагавана, выполненная Садху Натананандой. **Нет сомнения\***, что силой подобных нектару слов Бхагавана Шри Раманы Махарши, содержащихся в этой книге, вера в Господа возрастёт и борющиеся души достигнут Освобождения в форме великого Блаженства избавления от всех страданий.

*Издатель*

---

\* История написания этого предисловия и появления словосочетания “Нет сомнения” заслуживает особого внимания духовного практика. Она опубликована автором, Т. К. Сундареша Айяром, в его книге воспоминаний [22]. См. с. 403 настоящей издания.



**Книга I**

**ОРИГИНАЛЬНЫЕ  
ПРОИЗВЕДЕНИЯ**





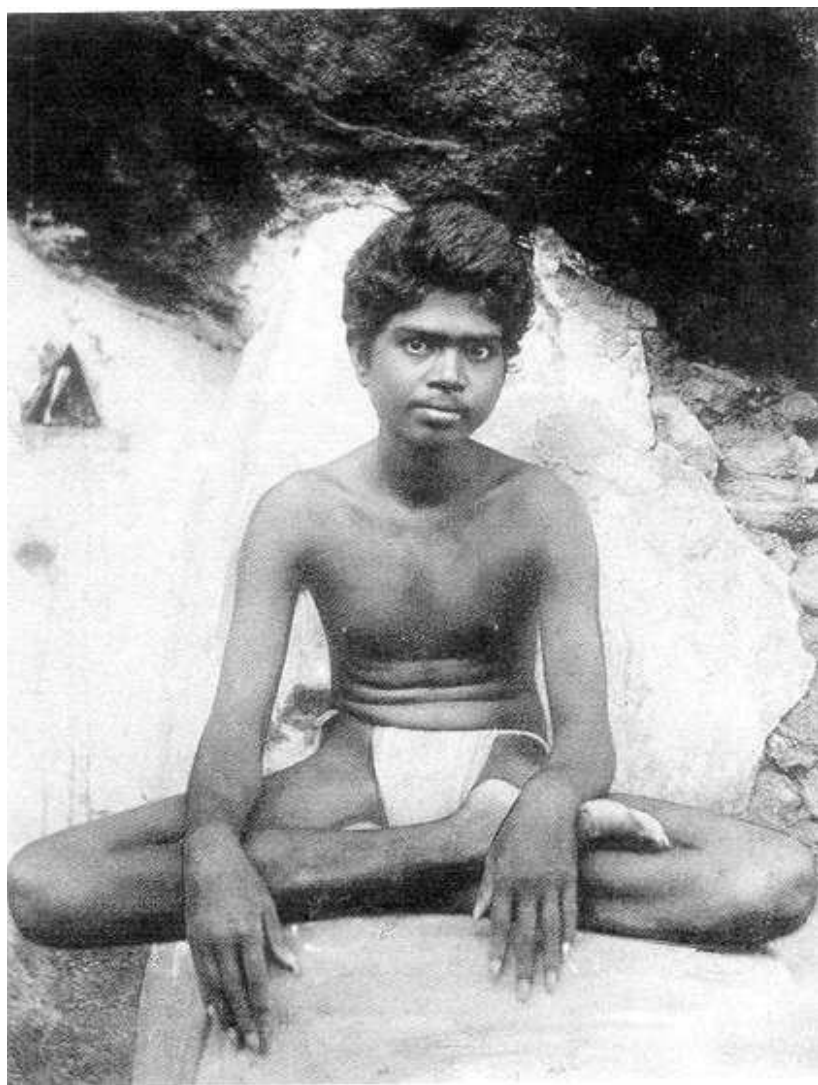


**Часть 1**

**ПРОЗА**







**Первый снимок Махарши (1900)**



## Раздел первый

### ПЕРЕСМОТРЕННЫЕ (“связные”) РЕДАКЦИИ

---

#### 1

#### Кто я?

*В первые годы своего пребывания в пещере Вирупакша (1899—1904; Он перебрался из Вирупакши в Скандашрам в 1916 году) Бхагаван большую часть времени сохранял молчание, а потому давал краткие “письменные” ответы любым почитателям, которые задавали Ему вопросы — либо выводя пальцем буквы на песке, либо записывая их на кусках шифера. Так же получили свои ответы Шивапракашам Пиллай и Гамбирам Сешайя. Оба затем переписали их, а полученные поучения спустя много лет были опубликованы под заглавиями “Кто я?” и “Самое исследование”. Первоначально обе работы появились в вопросно-ответной, форме.*

*В основе связной редакции “Кто я?” лежат вопросы, которые в 1902 году поставил Шивапракашам Пиллай, один из самых ранних учеников Махарши (краткий очерк его биографии см. [3, с. 128—136]. Вопросно-ответная редакция, содержащая 28 вопросов-ответов, была издана в 1923 году (см. русский перевод в [1]).*

*В 1923—1928 годах Бхагаван Сам решил переписать “Кто я?” в форме эссе. Был добавлен вступительный параграф, часть вопросов была опущена, часть изменена, но несмотря на эти правки большинство предложений даже не изменилось совсем. Бхагаван просто изменил порядок изложения основных идей, логически более тесно упорядочив их.*

Каждое живое существо стремится всегда быть счастливым, не подверженным печали, и каждый имеет величайшую любовь к себе, вызванную единственно тем фактом, что счастье — его подлинная природа. Следовательно, чтобы осознать то присущее и незапятнанное счастье, которое действительно ежедневно переживается, когда ум успокоен в глубоком сне, необходимо познать самого себя. Для обретения такого знания **исследование** [*джняна вичара*] **“Кто я?” при поиске Себя, “Я семь”, одно является наилучшим средством**.\*

**“Кто Я?”\*\*** Это физическое тело не есть *Я*, и пять органов чувственного восприятия<sup>1</sup> не есть *Я*; пять органов внешней активности<sup>2</sup> не есть *Я*, и пять жизненных сил<sup>3</sup> не есть *Я*, и даже мыслящий ум не есть *Я*. То бессознательное состояние неведения, в котором сохраняются единственно только тонкие *васаны* (склонности ума), тогда как имеется свобода от функциональной активности органов чувств и ума и не сознаются объекты чувственного восприятия, также не есть *Я*.

Поэтому после суммарного отвержения всех вышеупомянутых телесных наложений и их действий: “*Я* не это, нет, и это не *Я*, и это” — то, которое остаётся отдельным и единственным, самим по себе, то чистое **Сознание и есть то Я. Это Сознание себя по самой своей природе — Бытие-Сознание-Блаженство** [*Сат-Чит-Ананда*].

\* Выделение (полужирным шрифтом) здесь и далее в этой работе, “Кто я?”, соответствует выделению, которое Сам Бхагаван сделал в её рукописном оригинале.

\*\* Здесь *Я* — цель Поиска, “*Я* есмь”, подлинная природа, а не иллюзорное эмпирическое “я”, которое фигурирует в само-исследовании “Кто я?”. См [2. с. 105]. *Я* остается как остаток после удаления всех проявлении “я”, или не-Я.

<sup>1</sup> Глаза, уши, нос, язык и кожа с их соответствующими функциями зрения, слуха, обоняния, вкуса и осязания.

<sup>2</sup> Голосовые связки, артикулирующие речь и производящие звук, руки и ноги, управляющие движениями физического тела, анус, извергающий фекальное вещество, и гениталии, приносящие наслаждение.

<sup>3</sup> Они управляют дыханием, пищеварением и усвоением, циркуляцией крови, потением и выделением.

Если ум, который суть инструмент познания и основа всей активности, успокаивается, то восприятие мира как объективной реальности прекращается. Пока иллюзорное восприятие змеи в верёвке не исчезнет, верёвка, на которой иллюзия сформировалась, не воспринимается как таковая<sup>1</sup>. Подобным образом, пока иллюзорная природа восприятия мира как объективной реальности не исчезнет, видение своей истинной природы, “Я есмь”, на которой иллюзия образовалась, не будет достигнуто.

Ум — это уникальная в своём роде сила, *шакти*, в *А т м а н е*, в “Я есмь”, посредством которой мысли приходят к человеку. Если устранить все мысли и исследовать остаток, то обнаружится, что отдельно от мысли нет такой вещи, как ум. Поэтому мысли сами составляют ум.

Также нет и такой вещи, как физический мир, отдельной и независимой от мысли. В состояниях бодрствования и сновидений мысли присутствуют и также присутствует мир. Как паук выпускает паутину и снова втягивает её в себя, так и ум проецирует мир вне себя и снова растворяет его в себе.

Мир воспринимается как очевидная объективная реальность, когда ум обращен вовне, покидая таким образом свою тождественность с “Я есмь”. При таком видении мира истинная природа “Я есмь” не открывается; и наоборот, когда “Я есмь” осознано, мир перестаёт казаться объективной реальностью.

Неуклонным и непрерывным исследованием природы ума он преобразуется в ТО, к которому “Я” относится, и оно есть, в сущности, *Я*, “Я есмь” [*атма-сварупа*]. Для своего существования ум обязательно должен зависеть от чего-то грубого; он никогда не существует сам по себе. Именно этот ум иначе называют тонким телом, эго, душой, или *дживой*.

То, что возникает в физическом теле как “я”, есть ум. Если исследовать, откуда в теле “я”-мысль возникает преж-

---

<sup>1</sup> Эта аналогия основана на традиционном сюжете: в сумерках человек видит веревку и ошибочно принимает ее за змею, а потому и пугается без причины.

де всего, то обнаружится, что из Сердца, или *хридаям*<sup>1</sup>. Оно — Источник и Опора ума. Или, с другой стороны, **даже если просто непрерывно повторять про себя, внутренне, “Я — Я”, с цельным умом, остановленным на этом, такое повторение также ведёт к тому же Источнику.**

Первой и самой главной из всех мыслей, возникающих в уме, является первичная “я”-мысль. Только после подъёма, или начала, “я”-мысли возникают бесчисленные другие мысли. Иными словами, только после того как появилось местоимение первого лица, “я”, на ум приходят местоимения второго и третьего лица (“вы”, “он” и т. д.), и они не могут существовать без “я”.

Поскольку каждая очередная мысль может возникать только вслед за подъёмом “я”-мысли и так как ум есть не что иное, как связка мыслей, ум **успокаивается только исследованием “Кто я?”**. Более того, неотъемлемая “я”-мысль, подразумеваемая под “я” в таком исследовании, разрушив все остальные мысли, в конце концов уничтожится, или истребится, сама, подобно палке, используемой для перемешивания погребального костра.

Даже когда в течение такого исследования пускают ростки посторонние мысли, не пытайтесь завершить возникающую мысль, а, наоборот, глубоко вопрошайте внутри: “Для кого пришла эта мысль?” Безразлично, сколько мыслей при этом к вам придёт; если вы с высокой бдительностью при возникновении каждой мысли будете немедленно исследовать, для кого она пришла, то обнаружите, что “Для меня”. Если затем вы спросите: “Кто я?”, то ум обратится вовнутрь и возникшая мысль также успокоится. В этом методе, **когда вы всё более и более упорствуете в практике Само-исследования, ум приобретает большую силу и способность пребывать в своем Источнике.**

Только когда тонкий ум обращается вовне посредством активности интеллекта и органов чувств, появляются эти грубые имена и формы, составляющие мир. Но когда, с другой стороны, ум твердо пребывает в Сердце, они идут

---

<sup>1</sup> Слово *хридаям* состоит из двух слогов, *хрит* и *аям* (центр — это), которые означают “Сердце есть Я”.



на убыль, исчезают. Сдерживание уходящего ума и его поглощение в Сердце известно как “обращённость вовнутрь”, *антар-мукха-дришти*. Отпускание ума и его выход из Сердца называется “обращённость вовне”, *бахир-мукха-дришти*.

Если такой практикой ум поглощается в Сердце, то эго, или “я”, которое является центром множества мыслей, окончательно исчезает и чистое Сознание, или “Я есмь”, живущее во всех состояниях ума, одно остаётся, сверкая. Это есть то состояние, где нет ни малейшего следа “я”-мысли, то есть Само истинное Бытие. Его называют Покой, или Тишина, *мауна*.

Это состояние простого пребывания в чистом Бытии известно как “видение глазом Мудрости” [*джняна-дришти*]. Оно означает и подразумевает полное успокоение ума в “Я есмь”. Что-либо иное, а также психические силы ума, такие как чтение мыслей, телепатия и ясновидение, не может быть Мудростью.

Только “Я есмь” [*атма-сварупа*] существует и является Реальностью. Тройственная действительность мира, индивидуальной души и Бога есть, подобно иллюзорному отливу серебра в перламутре, лишь воображаемое творение в *А т м а н е*. Эта триада появляется и исчезает одновременно. “Я есмь” одно есть мир, “я” и Бог. Всё, что существует, — не что иное, как проявление Высочайшего.

**Для успокоения ума нет других более эффективных и соответствующих средств, чем Само-исследование [*атма-вичара*]. Пусть даже другими средствами ум и успокоен, но это лишь кажущееся успокоение: он поднимется снова.**

Например, ум успокаивается практикой *пранаямы* (сдерживание и контроль дыхания и жизненных сил). Однако такое успокоение длится только пока сдерживание дыхания и жизненных сил продолжается; а когда они опущены, ум также освобождается и немедленно, обратившись вовне, продолжает блуждать, повинуюсь силе своих скрытых склонностей.

Источник ума тот же, что и дыхания и жизненных сил. Поистине, множество мыслей составляет ум, а “я”-мысль — первичная мысль ума, и она сама есть эго. Но дыхание

также имеет источник в том же месте, откуда возникает это. Поэтому, когда ум утихает, дыхание и жизненные силы тоже успокаиваются, и наоборот, когда последние успокоены, ум также утихает.

Дыхание и жизненные силы — грубые проявления ума. До самой смерти ум подкрепляет и поддерживает эти силы в физическом теле, а когда жизнь угасает, ум окутывает их и уносит с собой. В глубоком сне, однако, жизненные силы продолжают действовать, хотя ум и не проявлен. Это происходит согласно Божественному закону — для защиты тела и удаления возможных сомнений, живо оно или мертво, в то время когда человек крепко спит. Без такого природного механизма спящие тела часто бы кремировались живыми. Жизнеспособность, очевидная в дыхании, оставлена умом как “наблюдатель”. Но в бодрствующем состоянии и в *самадхи*, когда ум успокаивается, дыхание также успокаивается. По этой причине (поскольку ум способен поддерживать и контролировать дыхание и жизненные силы и, следовательно, лежит за ними) практика дыхательного контроля просто полезна в успокоении ума, но не может вызвать его окончательного угасания.

Подобно дыхательному контролю, медитация на формах Бога, повторение священных слогов [*мантра-джапа*] и регуляция питания лишь помогают контролировать ум. Посредством практики медитации или повторения *мантр* ум становится однонаправленным. Так же как цепь, вставленная в постоянно ищущий что-либо хобот слона, лишает его возможности тянуться к другим предметам, так и вечно беспокойный ум, воспитанный и приученный к имени и форме (Бога) медитацией или повторением *мантр*, будет неизменно держаться только этого.

Когда ум разделён и рассеивается в неисчислимо меняющихся мыслях, каждая отдельная мысль становится крайне слабой и неэффективной. Когда, наоборот, такие мысли утихают все более и более, пока они в конце концов не сводятся к нулю, ум становится однонаправленным и, приобретая таким образом силу и выносливость, легко достигает совершенства в Само-исследовании [*Атма-вичара*].

Регулирование диеты, ограничение её *саттвической* пищи<sup>1</sup>, принимаемой в умеренном количестве, — наилучшее из всех правил поведения\*, и оно в наибольшей степени способствует развитию *саттвических* качеств<sup>2</sup> ума. Последние, в свою очередь, помогают в практике *Атма-вичары*.

Неисчислимые *вишайя-васаны* (тонкие склонности ума, касающиеся объектов чувственного удовольствия), быстрой чередой приходящие друг за другом, словно волны океана, возбуждают ум. Однако они тоже снижают и в конце концов разрушаются при постепенной постоянной практике *Атма-дхьяны*, или медитации на “Я есмь”. Не оставляя места для сомнений, возможно ли просто пребывать как Само “Я есмь” или уничтожить все *васаны*, следует твёрдо и безостановочно продолжать медитацию на “Я есмь”.

Каким бы грешным человек ни был, если он прекратит безутешные причитания: “Увы! Я — грешник, как же я теперь достигну Освобождения?” и, отбрасывая прочь даже мысль о своей греховности, будет усердно медитировать на “Я есмь”, то непременно будет спасён.

Пока в уме сохраняются *васаны* (тонкие склонности ума), необходимо продолжать исследование “Кто я?”. По мере возникновения мыслей их следует разрушать — здесь и теперь — в самом источнике их появления методом Самоисследования.

Отсутствие желания чего-либо внешнего себе составляет *вайрагью* (бесстрастие), или *нирасу* (свободу от желаний). Неуклонное удержание “Я есмь” составляет *джняну*

<sup>1</sup> То есть простой и питательной (вегетарианской) пищей, которая поддерживает, но не возбуждает физическое тело.

\* Согласно Шри Рамане, *саттвическая* пища — хлеб, фрукты, овощи, молоко. Следует избегать холодной пищи, избытка соли, лука, вина и т.п. “Домашние коровы дают больше молока, чем необходимо для их телят, и им приятно освобождаться от него... Но в яйцах присутствует потенциальная жизнь”. См.: *Talks with Sri Ramana Mahaishi*, № 22, 24, 28.

<sup>2</sup> Чистота сердца, самообладание, спокойный характер, чуткость ко всем существам, сила духа и свобода от желания, ненависти и самонадеянности — типичные достоинства *саттвического* ума.

(Знание). Но в действительности *вайрагья* и *джняна* — одно и то же. Подобно ловцу жемчуга, прикрепляющему к поясу камень, чтобы опуститься на дно моря за жемчужиной, каждый устремлённый, вооружившись *вайрагьей*, может глубоко погрузиться в себя и осознать драгоценный **А т м а н**. Если серьёзный искатель будет культивировать только постоянное и глубокое созерцательное “вспоминание” [*смрити*] истинной природы “Я есмь”, до того как осознает Его, то одного этого будет достаточно. Отвлекающие мысли подобны врагам в крепости. Пока они владеют ею, они, безусловно, будут продолжать вылазки. Но если их истреблять по мере появления, то крепость в конце концов падёт.

Бог и Гуру в действительности не различаются, они — одно и то же. Тот, кто заслужит Милость Гуру, несомненно будет спасён и никогда не будет покинут, точно так же, как жертве, попавшей в пасть тигра, уже никогда из неё не вырваться. Но ученик, со своей стороны, должен непоколебимо следовать Пути, показанному Учителем.

**Твёрдое и дисциплинированное пребывание в А т м а н е** [*Атма-ништха*], не оставляющее места любой мысли, кроме глубокого созерцания “Я есмь”, составляет **самоотдачу высочайшему Господу**. Какие бы ноши ни опускались на Бога, Он несёт их. Это не поддающаяся определению Сила Бога предопределяет, поддерживает и контролирует всё происходящее. Почему же тогда мы должны беспокоиться, мучимые нескончаемыми мыслями, говоря: “Поступить ли мне так? Нет, этак”, вместо смиренного, но и счастливого подчинения этой Силе? Мы знаем, что поезд везет все грузы, так для чего после посадки держать свой багаж на коленях, когда можно положить его на полку и сидеть спокойно?

То, которое есть Счастье, есть также и “Я есмь”. Счастье и “Я есмь” не различаются, они — одно и то же. Это “Я есмь”-Счастье [*атма-сукхам*] только и является реальным. Ни в одном из бесчисленных объектов земного мира нет ничего, что можно было бы назвать Счастьем. Но из-за нашего полнейшего невежества и неблагоразумия мы воображаем, что получаем счастье от них. Наоборот, когда

ум направляется наружу, он испытывает боль и страдание. Действительно, лишь когда наши желания исполнены, ум, возвращаясь к своему Источнику, переживает только Счастье, присущее “Я есмь”. Подобным образом в состояниях глубокого сна, при погружении в “Я есмь” [*самадхи*], при обмороке или когда желаемое достигнуто, а нежелаемое устранено, ум обращается вовнутрь и наслаждается тем Счастьем “Я есмь”. Такое беспорядочное блуждание — то уход от “Я есмь”, то возвращение к Нему снова и снова — есть бесконечная и изнурительная участь ума.

Тень от дерева приятна, вне её — обжигает жара. Человек, много ходивший под солнцем, ощущает блаженство прохлады, когда достигает тени. Не разумен тот, кто постоянно уходит из тени на солнце, а затем возвращается обратно в тень. Мудрый неизменно остаётся в тени. Подобно этому ум просветлённого Мудреца [*джняни*] никогда не покидает *Брахмана*, Абсолют. Ум невежественного, с другой стороны, приходя в феноменальный мир, испытывает боль и страдание, а затем, поворачиваясь на короткое время к *Брахману*, переживает Счастье. Такова природа ума невежды.

Этот феноменальный мир, однако, есть не что иное, как мысль. Когда мир отступает из поля зрения, то есть при свободе от мысли, ум наслаждается Счастьем “Я есмь”. Наоборот, когда мир появляется, то есть когда мысль возникает, ум переживает боль и страдание.

Солнце всходит без собственного своего желания, принятия решения или усилия, однако только от одного его присутствия линза выделяет тепло, лотос расцветает, вода испаряется и люди выполняют свои разнообразные жизненные дела, а затем отдыхают. Как иголка движется в присутствии магнита, так и душа, *джива*, подверженная тройственной активности — творения, сохранения и разрушения, которая вызвана просто уникальным Присутствием высочайшего Господа, выполняет действия в соответствии со своей *кармой*, а затем приходит к покою. Но Сам Бог не имеет намерения; никакое действие или событие не затрагивает даже края Его Бытия. Это состояние чистой отчужденности подобно тому, как жизненные активности

не влияют на солнце, а достоинства и недостатки низших четырёх элементов не влияют на всепроникающий Эфир\*.

Все без исключения Писания свидетельствуют, что для достижения Спасения следует успокоить ум; а если уже известно, что сдерживание ума — конечная цель, то бесполезно вечно изучать их. Для такого сдерживания требуется подлинное исследование внутри себя самовопрошанием “Кто я?”. Как можно вести это исследование в поиске “Я семь”, просто изучая Писания?

Следует осознать Себя, “Я есмь”, собственным Глазом Мудрости [*джняна-кан*]. Разве Рама\*\* потребуе зеркало, чтобы узнать, что он действительно Рама? Представление о себе (“я”) пребывает внутри пяти оболочек<sup>1</sup>, тогда как Писания находятся вне их. Поэтому тщетно посредством изучения Писаний искать “Я есмь”, которое должно быть осознано суммарным отвержением ровно пяти оболочек.

Исследование: “Кто я, находящийся в оковах?” и познание своей подлинной природы одно есть Освобождение. **Сохранять ум постоянно повёрнутым вовнутрь и пребывать таким образом в “Я есмь” только и есть Атма-вичара (Само-исследование)**, тогда как *дхьяна* (медитация) состоит в усердном созерцании “Я есмь” как *Сат-Чит-Ананды* (Бытия-Сознания-Блаженства). Действительно, придёт время, когда придётся забыть все свои знания.

Так же как бесполезно анализировать мусор, который нужно смести и выбросить, так и тому, кто стремится познать Себя, нет нужды подсчитывать *таттвы*<sup>2</sup>, окутывающие “Я есмь”, и исследовать их вместо того, чтобы от-

\* Земля, Вода, Огонь, Воздух, Эфир — пять великих тонких элементов, лежащих в основе материального мира.

\*\* Имя приводится в качестве иллюстрации.

<sup>1</sup> Пять оболочек, скрывающих А т м а н , “Я есмь”:

- 1) физическая;
- 2) витальная;
- 3) ментальная;
- 4) переживание знания;
- 5) блаженное неведение.

<sup>2</sup> Элементы классификации всего диапазона феноменального существования — от тонкого ума до грубой материи.

бросить Он должен рассматривать феноменальный мир по отношению к себе просто как сновидение

За исключением того, что бодрствующее состояние длительно, а состояние сна — коротко, между ними различий нет. Как события бодрствования кажутся реальными лишь при бодрствовании, так и события сна — в период сна. Единственно, что в сновидениях ум принимает другую форму, или телесную оболочку. Ибо и в бодрствовании, и во сне мысли, с одной стороны, и имена и формы\*, с другой, возникают одновременно.

Нет двух умов — одного хорошего и другого дурного. Ум только один. Это лишь *васаны*, или склонности ума, бывают двух сортов, хорошие и благоприятные, дурные и неблагоприятные. Когда ум находится под влиянием благоприятных склонностей, его называют хорошим, а неблагоприятных — дурным. Какими бы злыми ни казались другие люди, неправильно ненавидеть или презирать их. Следует одинаково сторониться и симпатий и антипатий, и любви и ненависти. Также неправильно позволять уму часто останавливаться на объектах или делах мирской жизни. Насколько возможно, не следует вмешиваться в дела других. Всё, что предлагается другим, в действительности есть предложение себе; если только эта истина осознана, кто откажет в чём-либо другим?

Если это возникает, всё остальное также возникает, если оно стихает, то и всё также стихает. Чем глубже наше смирение, тем лучше для нас. Если только ум успокаивается, то какая разница, где доведётся жить?



---

\* Объекты.

## Само-исследование

*В 1900 году Гамбирам Сешайя, муниципальный служащий из Тируваннамалай, пришёл к Бхагавану с намерением получить разъяснения некоторых мест из книги Раджа-йога, написанной Свами Вивеканандой. Поэтому Бхагаван дал ему поучения и по Йоге. Ответы, данные в “Само-исследовании”, представляют самые первые написанные Им поучения (1900—1902). В конце тридцатых годов (1939) Садху Натанананда изложил опубликованную к тому времени вопросно-ответную редакцию “Само-исследования” (см. с. 89—118) в форме эссе из 12 глав. Эта “связная” редакция ещё при жизни Бхагавана, в сороковые годы, появилась в большинстве Его “Собраний произведений”, т. е. Он одобрил текст, хотя Сам не принимал участия в его создании.*

### ГЛАВА I

### КТО Я?

*В этой главе ясно изложен путь исследования в А т м а н е , или вопрошания “Кто я?”*

Разве не чувство “Я”, естественное для всех существ, выражается во всех их чувствах как “Я пришел”, “Я пошёл”, “Я сделал” или “Я был”? При исследовании этого вопроса мы обнаруживаем, что тело отождествляется с “Я”, так как движения и подобные функции относятся к телу.



Но тогда может ли тело быть этим “Я-сознанием”? Тело не существовало до рождения, оно составлено из пяти элементов, оно отсутствует<sup>1</sup> в глубоком сне, и оно (в конце концов) становится трупом. Нет, тело не может быть “Я-сознанием”.

Это чувство “Я”, которое возникает в теле на некоторое время, по-другому называется эго, неведение, иллюзия, нечистота или индивидуальное “я”. Цель всех Писаний — это исследование (в А т м а н е, Я). Они провозглашают, что уничтожение чувства эго, индивидуального “я”, есть Освобождение. Как же тогда можно оставаться безразличным к этому Поучению? Способно ли тело, бесчувственное, как бревно, сиять и действовать как “Я”? Нет, не способно. Поэтому откажитесь от этого бесчувственного тела, как если бы оно действительно было трупом. Даже не шепчите “Я”, но пронизательно исследуйте внутри, что это сейчас сияет в глубине Сердца как “Я”? Предваряя непрекращающийся поток переменчивых мыслей, там появляется постоянное, непрерывное сознание, безмолвное и спонтанное (переживаемое), как “Я—Я” в Сердце. Если держаться этого сознания и оставаться спокойным, то оно полностью уничтожит чувство “Я” в теле, эго, и само исчезнет, словно огонь, сжигающий камфару. Мудрецы и Писания свидетельствуют, что это и будет Освобождение.

Пелена неведения не может полностью скрыть подлинную природу “Я”. Как она может? Даже невежественный не устаёт говорить о “Я”. Неведение только скрывает Реальность, (представление) “Я-есть-А т м а н”, или “Я есть чистое Сознание”, и смешивает “Я” с телом.

А т м а н самолучезарен. Не нужно давать Ему, так или иначе, мысленного образа. Мысль, представляющая Его, сама является зависимостью, потому что А т м а н (Я, или “Я есмь”) — это Сияние, превосходящее тьму и свет; не следует думать о Нём, используя ум. Такое представление закончится узами, тогда как А т м а н самопроизвольно сияет как Абсолют. Это исследование в А т м а н е, проводимое в медитации с чувством преданности, разви-

---

<sup>1</sup> То есть не осознается.

вается в состояние погружения ума внутрь А т м а н а и ведёт к Освобождению и неограниченному Блаженству. Великие Мудрецы провозгласили, что только с помощью этого ревностного, самоотверженного исследования в А т м а н е можно достичь Освобождения. Поскольку это в форме “я”-мысли есть корень древа иллюзии, его уничтожение разрушает иллюзию точно так же, как дерево падает, когда его корни отрублены. Этот лёгкий метод уничтожения эго один достоин именоваться *бхакти* (преданность), *джняна* (Знание), *Йога* (Союз) и *дхьяна* (медитация).

В сознании “Я-есть-тело” содержатся три тела<sup>1</sup>, составленные из пяти оболочек<sup>2</sup>. Если такая форма сознания удалена, всё остальное уходит само собой, ибо все другие тела зависят от представления “Я-есть-тело”. Нет нужды устранять их по отдельности, так как священные тексты провозгласили, что мысль одна есть узы. Их окончательное предписание в том, что наилучший метод (духовной практики) — отдать ум в форме “я”-мысли Ему (А т м а н у , Я, или “Я есмь”) и, сохраняя полное спокойствие, не забывать Его.

## ГЛАВА 2

### УМ

*В этой главе кратко описана природа ума, его состояния и местонахождение.*

Согласно Писаниям индуизма, сущность, известная как “ум”, происходит от тонкого экстракта поглощённой пищи, который расцветает как любовь, ненависть, вожделение, гнев и т. д., который есть вся сумма менталитета, интеллекта, желания и эго, который, даже имея такие

---

<sup>1</sup> Физическое, тонкое и причинное, отвечающие состояниям бодрствования, сна и глубокого сна соответственно.

<sup>2</sup> Грубая, сенсорная, ментальная, интеллектуальная и блаженства. См. также сноску 1 на с. 62.

разнообразные функции, носит родовое имя “ум”, который воплощен в не имеющих сознания объектах, познаваемых нами, который, хотя сам и лишён сознания, кажется сознающим, будучи связан с Сознанием, так же как накалённая докрасна железная болванка кажется огнём; которому присущ принцип видоизменения; который является преходящим и составлен из частей, способных принимать любую форму, словно природный лак, золото или воск, который есть основа всех коренных принципов [*таттвы*]; который расположен в Сердце, словно зрение — в глазах и слух — в ушах; который сообщает свой характер личному “я” и который, думая об объекте, уже связанном с сознанием, отражённом в мозг, становится мыслеформой, который находится в контакте с этим объектом посредством пяти чувств, управляемых мозгом; который присваивает такое знание себе с чувством: “Я осведомлён об этом и об этом”, наслаждается объектом и в конце концов удовлетворяется\*.

Размышление о возможности съесть нечто будет мыслеформой ума. “Это — хорошо. Это — плохо. Это — можно съесть. Это — нельзя съесть”; подобные различающие понятия составляют различающий интеллект. Поскольку ум один составляет коренной принцип, проявляющийся как три сущности — эго. Бог и мир, его поглощение и растворение в *А т м а н е* есть окончательное освобождение, известное как *кайвалья*, которая есть то же, что и *Брахман*.

Чувства, будучи размещены вовне как орудия познания объектов, являются внешними; ум, будучи внутренним, есть внутреннее чувство. Понятия “внутри” и “вовне” относятся к телу, в Абсолюте они значения не имеют. Чтобы показать весь объективный мир пребывающим внутри, а не снаружи, Писания изобразили космос имеющим форму лотоса Сердца. Но Сердце есть не что иное, как *А т м а н*. Точно как восковой шар золотых дел мастера, хотя и скрывающий мельчайшие крупинки золота, всё ещё выглядит словно простой ком воска, так и все личности, погружённые в темноту неведения [*авидья*], или вселенскую вуализацию [*майя*], в своем глубоком сне сознают только неведение.

---

\* То есть оставляет его.

В глубоком сне физическое и тонкое тела хотя и вошли в темноту вуализации, но все еще лежат погруженные в А т м а н . Из неведения появляется эго — тонкое тело. Ум должен быть преображен в А т м а н .

Ум есть, на самом деле, только сознание, поскольку он чист и прозрачен по природе: в этом чистом состоянии, однако, он не может быть назван умом. Ошибочное отождествление одного с другим<sup>1</sup> — это работа загрязненного ума. То есть чистый, незагрязненный ум, будучи абсолютным Сознанием, при забывании своей первичной природы подавляется качеством темноты [*тамас*] и проявляется как этот физический мир. Аналогичным образом, подавленный активностью [*раджас*], он отождествляет себя с телом и, появляясь в проявленном мире как “я”, ошибочно принимает это эго за реальность. Таким образом, под влиянием любви и ненависти он совершает хорошие и плохие поступки и в результате попадает в колесо рождений и смертей. Каждый по собственному опыту знает, что в глубоком сне и в обмороке нет сознания собственного “Я” или объективного мира. Позднее переживание “я пробудился от крепкого сна”, “я пришел в сознание” выступает как различительное знание, порожденное естественным состоянием. Это различительное знание называют *виджняна*. Оно сияет не само по себе, но всегда держится либо А т м а н а (Я), либо не-А т м а н а (не-Я). Когда оно придерживается А т м а н а , то называется истинным Знанием, оно есть ментальное сознание в А т м а н е , или постоянное сознание. Когда же это различительное знание сочетается с не-А т м а н о м , его называют неведением. Состояние, в котором различительное знание держится А т м а н а и сияет, как А т м а н , именуется *ахам спхурана*, или

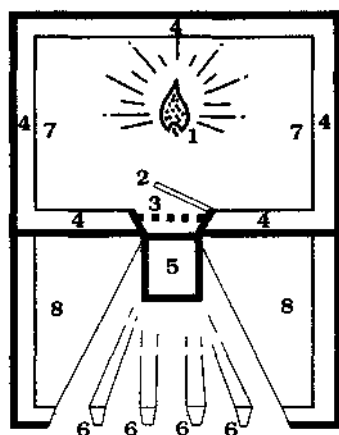
---

<sup>1</sup> Т. е. ошибочная точка зрения, которая приписывает реальность А т м а н а материальному миру как существующему отдельно независимо от сознательной первопричины. Она вызвана ложным отождествлением Я, “Я семь”, или А т м а н а , с физическим телом, в результате чего невежественная личность полагает, что внешнее и не зависимое от физического тела также находится вне сознательной первопричины и не зависит от нее.

пульсация *Я. Ахам спхурана* не есть нечто отдельное от *А т м а н а*, она есть знак приближающегося осознания *А т м а н а*. Однако это не состояние Первичною Бытия. Источник, в котором эта пульсация появляется, называют *праджняна* (Сознание). Это тот источник, который Веданта называет *праджняна гхана*. Шанкарачарья в “Вивекачудамани” описывает Вечное Состояние [*праджняна гхана*] следующим образом: “В оболочке интеллекта вечно сияет *А т м а н*, самолучезарный свидетель всего. Сделав Его своей Целью, которая совершенно отлична от нереального, наслаждайся Им на опыте посредством непрерывного тока мысли как своим собственным *Я*”.

Вечно сияющий *А т м а н* — единый и всеобщий. Несмотря на то что личность переживает три состояния — бодрствования, сна и глубокою сна, — *А т м а н* остаётся чистым и неизменным. Три тела — физическое, тонкое и причинное — Его не ограничивают, и Он превосходит тройственное отношение видящий-видение-видимое. Пояснительный рисунок, следующий ниже, будет полезен в понимании неизменного состояния *А т м а н а*, превосходящего иллюзорные проявления, упомянутые выше.

1. Пламя представляет *А т м а н*.
2. Дверь — глубокий сон.
3. Порог двери — принцип интеллекта [*махат*] как источник эго [*ахамкара*].
4. Внутренние стенки — неведение [*авидья*].
5. Прозрачное зеркало — эго.
6. Окна — пять чувств.
7. Внутренняя комната — причинное тело в глубоком сне.
8. Средняя комната — тонкое тело в состоянии сна со сновитениями.
9. Открытый двор — физическое тело в состоянии бодрствования.



Внутренняя и средняя комнаты вместе с открытым двором представляют личность.

9 9 9 . . .

Рисунок иллюстрирует, как светящееся Сознание Атмана, сияющее Само по Себе, действует как причинное тело (7) во внутренней комнате, окружённой стенами неведения [*авидья*] (4), и идёт мимо двери глубокого сна (2), которая движется жизненными силами благодаря ходу времени и согласно судьбе, через порог (3), расположенный напротив выставленного зеркала эго (5). Оно проходит как отражённый от эго свет в среднюю комнату сна со сновидениями (8) и затем выходит в открытый двор бодрствования (9) через коридоры, или окна, пяти чувств (6). Когда дверь глубокого сна (2) закрыта силой ума (т. е. жизненными силами) благодаря ходу времени и согласно судьбе, светящееся Сознание Атмана уходит от состояний сна и бодрствования в глубокий сон без сновидений и остаётся Самим Собой без чувства эго. Рисунок также иллюстрирует безмятежное существование Атмана как отличного от эго и трех состояний глубокого сна, сновидений и бодрствования.

Личное “я” в течение бодрствования пребывает в глазах, в состоянии сновидений оно находится в шее<sup>1</sup>, а в течение глубокого сна — в Сердце. Но Сердце — главное среди этих местопребываний, и поэтому личное “я” никогда полностью не покидает Сердце. Хотя конкретно и говорится, что шея является местопребыванием ума, мозг — интеллекта, а Сердце или тело в целом — эго, Писания тем не менее убедительно утверждают, что Сердце есть местопребывание той совокупности внутренних чувств<sup>2</sup>, которая именуется умом. Мудрецы, исследовав все различные тексты Писаний, лаконично сформулировали в целом истину, что переживанием каждого является Сердце как первоначальное местонахождение “Я”.

---

<sup>1</sup> В её задней стороне, называемой *медулла облонгата*.

<sup>2</sup> *Антаххарана* (санскр) — совокупность ума, интеллекта и эго.

## ГЛАВА 3

## МИР

*В этой главе показано, что мир не имеет реальности сам по себе и не существует отдельно от А т м а н а .*

*Творение:* Основная цель Писаний — раскрыть иллюзорную природу мира и обнаружить Высочайший Дух как единственную реальность. Они создали теорию творения, имея в виду исключительно эту цель. Они даже входят в детали и занимают искателей самого низкого порядка описанием последовательного появления Духа, неустойчивости<sup>1</sup> отражённого сознания, основных элементов, мира, тела, жизни и так далее. Но для продвинутых духовных искателей, высокого порядка, Писания обычно говорят, кратко, что весь мир появляется, словно панорама во сне, которая кажется объективной и независимо существующей благодаря неведению А т м а н а и как следствие одержимости мешающими мыслями. Они (Писания) стремятся показать мир как иллюзию, чтобы открыть Истину. Те, кто осознал Себя прямым и непосредственным переживанием, ясно воспринимают, без всяких сомнений, что этот феноменальный мир абсолютно не существует как объективная, независимая реальность.

## РАЗЛИЧИЕ МЕЖДУ ВИДЯЩИМ И ВИДИМЫМ

*Объект видения: познаваемое*

*Видящий: познающий*

Тело, горшок и т п

Глаз

Глаз

Зрительный нервный центр в мозгу

Зрительный нервный центр в мозгу

Ум

Ум

Личное “я”, или эго

Личное “я”

Чистое Сознание

---

<sup>1</sup> Т. е. *пракрити* (санскр.), что означает, в первоначальном смысле, нарушение равновесия трех качеств Природы — гармонии, активности и инерции (темноты), которое предшествует проявлению изначальной материи.

Так как А т м а н , который суть чистое Сознание, познает всё, как установлено в вышеприведенной классификации, Он есть основной Видящий. Все остальное — эго, ум и т. п. является просто Его объектами. Субъект в одной строке классификации становится объектом в нижеследующей; поэтому каждый из них — за исключением А т м а н а , или чистого Сознания, есть только облечённый в конкретную форму объект, и он не может быть истинным Видящим. Поскольку А т м а н не может стать объектом и не может познаваться чем-либо ещё и так как Он — Наблюдатель, видящий всё остальное, субъектно-объектное отношение и кажущаяся субъективность А т м а н а существуют лишь в относительном плане и исчезают в Абсолюте. Воистину, нет ничего, кроме А т м а н а , который не является ни видящим, ни видимым, ни субъектом, ни объектом.

#### ГЛАВА 4

#### ЭГО (Джива)

*В этой главе говорится, как А т м а н Сам становится эго [джива], и объясняется природа эго.*

Ум есть не что иное, как “я”-мысль. Ум и эго — одно и то же. Интеллект, воля, эго и личность в совокупности составляют тот же самый ум. Также и человека описывают по-разному, в соответствии с различными сторонами его деятельности. Личность есть не что иное, как эго, которое опять-таки есть только ум. Одновременно с возникновением эго появляется ум, связанный с отраженной природой А т м а н а , как докрасна раскалённый железный шар в известном примере<sup>1</sup>. Как понять природу огня в раскалённом докрасна железе? Как быть единым с этим Огнем? Так как личность есть не что иное, как эго, и поскольку она

---

<sup>1</sup> Это широко употребляемый в Индии пример: докрасна нагретое железо разделяет природу огня посредством контакта с ним, и точно так же ум, или эго, разделяет природу Сознания посредством контакта с А т м а н о м .



неотделима от А т м а н а , как огонь и докрасна накаленный железный шар, нет другого индивидуального “я”, чтобы действовать свидетелем личности, чем сама личность, функционирующая как эго, которое, в конце концов, есть только ум, связанный с отраженным Сознанием. Точно так же А т м а н не только сияет, не затронутый ничем, в Сердце, подобно огню в железе<sup>1</sup>, но Он также и бесконечен, словно пространство. ОН сияет Сам по Себе в Сердце как чистое Сознание, как Один-без-второго и, универсально проявляясь как то же самое во всех личностях, известен как Высочайший Дух. “Сердце” — суть просто другое имя для Высочайшего Духа, поскольку Он пребывает во всех Сердцах.

Таким образом, докрасна нагретое железо есть личность, огненно-красный жар в нём — свидетельствующий А т м а н , а железо — есть эго. Огонь в его Чистоте есть всюду присутствующий и всезнающий Высочайший Дух.

## ГЛАВА 5

### ВЫСОЧАЙШЕЕ БЫТИЕ

*В этой главе показано, что форма А т м а н а есть форма Бога и Он пребывает в форме “Я—Я”.*

Всеобщий принцип, лежащий в основе соотношения между идеями “внутри” и объектами “вовне”, есть истинное значение слова “ум”. Поэтому тело и мир, которые появляются духовному практику как внешнее, суть только ментальные отражения. Во всех этих формах проявляется лишь Сердце. В глубине, сердцевине всеобъемлющего Сердца, то есть в пространстве чистого ума, всегда сияет самосветящееся “Я”. Поскольку Оно

---

<sup>1</sup> Как огонь в докрасна раскаленном железе не затрагивается ударами кузнеца, которые изменяют только форму металла, так и превратности жизни, удовольствие и боль, действуют лишь на эго, но А т м а н всегда остается чистым и неоскверненным.

проявлено в каждом, Его также называют всеведущим Свидетелем, или Четвертым Состоянием<sup>1</sup>.

Бесконечное Пространство есть Реальность, известная как Высочайший Дух, или А т м а н , который сияет без эгоизма как Сознание внутри “Я”, как Единое во всех личностях. Только это лежит за пределами Четвертого Состояния. Следует медитировать на Пространстве-Абсолютного-Сознания, которое сияет — всеохватное, внутри и снаружи, вдохновение Четвертого Состояния, — словно пространство, одновременно наполняющее собой сокровенное синее ядро светящегося пламени и природное пространство вдали. Истинное Состояние — то, которое сияет повсюду, как пространство, включающее пламя и простирающееся за ним. Не следует обращать внимание на свет. Достаточно знать, что Реальность есть Состояние, свободное от эго. Когда жестом ссылаются на себя, каждый указывает на грудь, и это — достаточное доказательство того, что Абсолют пребывает как А т м а н , “Я есмь”, в Сердце. *Риши* Васиштха также говорит, что искать А т м а н вонне, забывая Его постоянное сияние как “Я—Я” в Сердце, значит выбросить бесценную божественную жемчужину ради блестящей гальки. Ведантисты<sup>2</sup> считают кощунством рассматривать Единое Высочайшее Я, творящее, поддерживающее и поглощающее, как отдельных богов — Ганапати, Брахму, Вишну, Рудру, Махешвару и Садашиву<sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup> Бодрствование — первое состояние, сон со сновидениями — второе и глубокий сон без сновидений — третье состояние. Поскольку чистое Сознание существует в течение всех этих трех состояний, а также превосходит их, оно, строго говоря, не может классифицироваться вместе с указанными тремя состояниями, хотя технически его и называют Четвертым Состоянием.

<sup>2</sup> Приверженцы индуистской доктрины, которая постулирует Единую Высочайшую Реальность и отклоняет имена и формы всего остального как иллюзию.

<sup>3</sup> Ганапати — сын Рудры, Брахма — Бог Творения, Вишну — Сохранения, Рудра, или Шива, — Уничтожения, Махешвара — Бог всеобщей вуализации, Садашива — Божество, чей дар Милости удаляет вуализацию, завесу неведения.

## ГЛАВА 6

## ЗНАНИЕ ВЫСОЧАЙШЕГО А Т М А Н А

*В этой главе описывается способ осознания А т м а н а .*

Когда ум в форме эго, который принимает тело за А т м а н и блуждает вовне, удерживается внутри Сердца, чувство “Я” в теле, “я”, уходит, и вопрошание “Кто пребывает в теле?”, проводимое спокойным умом, будет переживаться как “Я—Я”. Это “Я—Я” есть не что иное, как Абсолют, А т м а н , расположенный в лотосе Сердца, граде тела, вместилище Бога. После этого следует оставаться спокойным, с убеждением, что А т м а н сияет как всё и тем не менее ничто, внутри, вовне и везде, являясь также и трансцендентальным Бытием. (Такое состояние) известно как медитация на Истине, выражаемая изречением “Шивохам”, или “Я есть Шива”, и оно также именуется Четвертым Состоянием.

То, которое находится даже выше этого тонкого переживания, есть Бог, многообразно именуемый как Состояние по ту сторону Четвертого, Вездесущее, Высочайшее Бытие, сияющее внутри как Сердцевина Божественного Пламени и описанное как проявляющееся в концентрации и медитации, шестом и седьмом шагах восьмеричной Йоги, как Пространство Сердца, чистое Сознание, Абсолют, сияющий в небе ума, Блаженство, А т м а н и Мудрость. Длительной непрерывной и устойчивой практикой этой медитации на А т м а н е как “Я есть Высочайшее” завеса неведения в Сердце и все проистекающие препятствия будут удалены, давая в результате совершенную Мудрость. Такое познание Реальности, постоянно пребывающей в пещере Сердца, в храме тела, есть действительно осознание Абсолюта, который присущ всему, поскольку Сердце вмещает все, что существует. Это подтверждают тексты Писания: “Мудрец блаженно пребывает в городе девяти врат, который есть тело” и «Тело есть храм, личное “Я” есть Абсолют. Если Он почитается как “Я есть Высочайшее”, то последует Освобождение,

Дух, который носит тело в форме пяти оболочек, есть пещера; эта пещера есть только Сердце, трансцендентальное Бытие, пребывающее там, есть Господь Пещеры». Такой метод осознания Абсолюта известен как *дахара видья*, или Интуитивное Познание Сердца. Что ещё можно сказать? Следует осознать Это прямым непосредственным переживанием.

## ГЛАВА 7

### ПОЧИТАНИЕ БОГА

*В этой главе говорится, что постоянное сознание Атмана есть подлинное почитание и аскёза [тапас].*

Цель почитания Безличного Высочайшего Бытия состоит в непрерывном памятовании истины, что вы есть *Брахман*, потому что медитация “Я есть *Брахман*” охватывает жертвоприношения, дары, аскёзу, ритуал, молитву, йогу и почитание. Единственный путь преодолеть препятствия к вашей медитации — не позволять уму задерживаться на них, а обратить его внутрь Себя и там незаинтересованно свидетельствовать всё, что происходит. Другого способа нет. Даже на мгновение не теряйте видения Атмана. Фиксация ума на Атмане, или “Я”, пребывающем в Сердце, есть совершенство в йоге, медитации, мудрости, преданности и почитании. Поскольку Высочайшее Бытие пребывает как Атман, постоянный отказ от ума погружением его в Атман и охватывает, как говорят, все формы почитания. Если ум под контролем, то все остальное контролируется. Ум сам по себе — течение жизни; невежественный говорит, что по форме он напоминает свернувшуюся змею<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> *Кундалини* в её исходном, обычном понимании — таинственная динамическая сила, дремлющая в основании спины, чье пробуждение, как говорят, сначала наделяет сверхъестественными силами, а затем — духовным просветлением.

Шесть тонких центров<sup>1</sup> [чакры] — лишь ментальные представления, имеющие значение только для начинающих в йоге. Мы проецируем себя на идолы и почитаем их, так как не понимаем истинного внутреннего почитания. Знание А т м а н а , который знает всё, есть совершенное Знание.

Мы отвлекаемся различными мыслями, но если будем непрерывно размышлять об А т м а н е , который есть Бог Сам, то эта единственная мысль должным образом заменит все отвлечения и сама в конце концов исчезнет; чистое Сознание, которое в конечном счете одно остаётся, и есть Бог. Это — Освобождение. Никогда не забывать свое собственное абсолютно безупречное, чистое Я — вершина йоги, мудрости и всех форм духовной практики. Даже если ум без устали блуждает, запутанный во внешнем, и так невнимателен к своему собственному Я, следует оставаться бдительным и вспоминать: “Я не тело. Кто я?” Впрошав таким образом, ум поворачивается обратно к своему первичному состоянию. Исследование “Кто я?” — это единственный способ положить конец всем несчастьям и войти в высочайшее Блаженство. Что бы ни говорили и как бы ни формулировали, вся истина заключена в этих двух словах.

## ГЛАВА 8

### ОСВОБОЖДЕНИЕ

*Эта глава учит, что Освобождение может быть в самом деле получено постоянной и продолжающейся медитацией на А т м а н е в форме “Шивохам” (Я есть Шива), которая означает “Я есть А т м а н ”. Также*

---

<sup>1</sup> О них говорят как о центрах тонкого тела, расположенных вдоль спины, от области крестца до верхушки головы: жизненный ток при своём пути вверх форсирует своё продвижение в них, даруя при этом сверхобычные и иные силы.

*описаны отличительные признаки дживанмукти (Освобождения при жизни) и видехамукти (Освобождения после смерти).*

Личное “я”, которое есть не что иное, как ум, утратило знание своей тождественности с истинным Я и опутало себя зависимостями. Поэтому поиск этим “я” А т м а н а , его собственной вечной сущностной природы, напоминает поиск пастухом ягненка, которого он всё время несет на своих собственных плечах.

Однако не помнящее Себя эго не получает Освобождение, т. е. Само-реализацию, даже когда однажды случится проблеск осознания А т м а н а , из-за препятствия, создаваемого накопленными склонностями ума. Эго обычно смешивает тело с Атманом, забывая, что оно само есть действительно А т м а н . Длительно культивируемые склонности на самом деле искореняются длительной медитацией. “Я не тело, не чувства, не ум и т. д. Я есть А т м а н ”. Поэтому эго, т. е. ум, который есть не что иное, как пучок склонностей, и который смешивает тело с “Я”, должно быть подавлено, и тогда высочайшее освобожденное Состояние, известное как Само-реализация, будет наверняка достигнуто после длительного преданного почитания Божественного Я, А т м а н а , который есть истинное Бытие всех богов. Такое само-исследование истребляет ум и в конечном счете само уничтожается, так же как палка, используемая для перемешивания погребального костра, в конце концов сама сгорает. Это есть состояние Освобождения. А т м а н , Мудрость, Знание, Сознание, Абсолют и Бог означают одно и то же.

Может ли кто-нибудь стать высокопоставленным чиновником, просто однажды увидев такого чиновника? Им можно стать, только если стремиться и подготовить себя к этому положению. Подобным образом, может ли эго, которое как ум поработщено, стать божественным Атманом просто потому, что один раз увидело мельком, что оно — А т м а н ? Разве это возможно без разрушения ума? Может ли нищий стать королем, просто посетив его и объявив себя королем? Подобным образом, если оковы ума не

разрублены на части длительной и непрерывной медитацией: “Я есть А т м а н , Абсолют”, невозможно достичь трансцендентального Состояния Блаженства, которое тождественно упразднению ума. «Я есть Абсолют, и Абсолют есть Я. Я есть только Абсолют. Покрытое шелухой — это рис-падди, который становится настоящим рисом, когда шелуха отлущена. Точно так же ограниченный действием человек есть индивидуальное “я”, а когда завеса удалена, человек сияет как Абсолют». Так провозглашают Писания, которые далее утверждают: “Ум необходимо обратить вовнутрь и удерживать в Сердце, до тех пор пока чувство эго, пускающее ростки как невежественный ум, не будет уничтожено. Это есть и мудрость и медитация, а всё остальное — просто лекторство и педантизм”. И в соответствии с этими последними словами следует установить ум на Нём, сознать Его и понимать Его со всем возможным старанием.

Так же как актер-брахман не забывает, что он — брахман, какую бы роль он ни исполнял, так и человек не должен смешивать себя со своим телом, но обязан иметь твердое знание своего бытия А т м а н о м , какой бы его активность ни была. Это знание проявится как ум, погружённый в свое собственное природное Состояние. Такое погружение ведет к высочайшему Блаженству, когда А т м а н самопроизвольно открывает Себя. Тогда человек не будет затрагиваться удовольствием и болью, возникающими от контакта с внешними объектами. Все будет восприниматься без привязанности, как во сне. Нельзя допускать возникновения таких мыслей, как: “Это хорошее или то? Это надо сделать или то?” Как только мысль возникает, она должна быть уничтожена в ее источнике. Если мысль принята даже на короткое время, задержалась, она швырнет человека наземь, словно вероломный друг. Может ли ум, установленный в своем подлинном Состоянии, обладать чувством эго или иметь какие-либо нерешенные проблемы? Разве такие мысли сами не составляют рабства? Следовательно, когда такие мысли поднимаются благодаря накопленным в прошлом склонностям, нужно не только сдерживать ум и поворачивать

назад, к его истинному Состоянию, но его также необходимо заставить оставаться равнодушным и безразличным к внешним событиям. Разве не благодаря забывчивости Себя, “Я есмь”, такие мысли возникают и причиняют всё больше и больше страданий? Хотя различающая мысль: “Я не делатель; все действия являются только реакциями тела, чувств и ума” помогает повернуть ум обратно к его главному Состоянию, тем не менее она всё ещё — мысль, но мысль, необходимая тем умам, которые увлечены многотумием. С другой стороны, может ли ум, непоколебимо установленный в божественном Я и остающийся незатронутым, даже когда вовлечен в активности, выдавать такие мысли, как: “Я — тело. Я занят работой” или же различать: “Я не делатель, эти действия являются просто реакциями тела, чувств и ума”? Нужно постепенно, всеми возможными средствами, стараться всегда осознавать Себя. Если человек преуспеет в этом, то все достигнуто. Не позволяйте уму отвлекаться к какому-нибудь другому объекту. Необходимо пребывать в Атмане без чувства бытия делателем, даже когда выполняемая работа предопределена судьбой — подобно тому как ведёт себя сумасшедший. Разве множество почитателей не достигли многого такой позицией непривязанности и такой непоколебимой преданностью?

Ясность, подобная ясности безоблачного неба, характерна для пространства ума, потому что качество чистоты [*саттва*] — подлинная природа ума. Будучи взволнован качеством активности [*раджас*], ум становится беспокойным и, под влиянием темноты [*тамас*], проявляется как физический мир. Когда ум, с одной стороны, становится беспокойным, а с другой — появляется как твёрдая материя, Реальность не распознается. Как тонкая шелковая нить не может ткаться тяжёлым железным челноком, а нежные тени живописи неразличимы при свете пламени, дрожащем на ветру, так и Осознание Истины невозможно умом, который стал грубым под влиянием *тамаса* и беспокойным под влиянием *раджаса*. Потому что Истина чрезвычайно тонка и безмятежна Ум будет очищен от загрязнений только бесстрастным исполнением обязанностей



в течение нескольких рождений, обретением достойного Учителя, учением у него и непрерывной практикой медитации на Высочайшем. Превращение ума в мир инертной материи за счет качества темноты [*тамас*], его беспокойство, вызванное качеством активности [*раджас*], прекратятся. Тогда ум вновь обретёт свою тонкость и спокойствие. Блаженство А т м а н а может проявиться только в уме, ставшем тонким и устойчивым благодаря усердной медитации. Тот, кто переживает блаженство А т м а н а , освобождён даже ещё при жизни.

Когда ум постоянной медитацией лишён качеств темноты и активности, блаженство А т м а н а ясно проявится внутри тонкого ума. Йогины обретают всезнание посредством подобной глади ума. Лишь тот, кто достиг такой тонкости ума и получил Осознание А т м а н а , освобождён ещё при жизни. То же самое состояние описано в *Рама Гите*\* как *Брахман* без атрибутов, единый всеобщий невидоизменяемый Дух. Тот, кто достиг непрерывного вечно-го Состояния за пределами даже этого Духа, превосходящего ум и речь, назван *видехамукта*; т. е., когда даже вышеописанный тонкий ум уничтожен, переживание Блаженства как таковое также исчезает. Достигший тонет и растворяется в бездонности Океана Блаженства и не сознаёт что-либо постороннее. Это есть *видехамукти*. Нет ничего выше него. Такое состояние — конец всего.

Когда человек продолжает пребывать Собой, переживание “Я есть высочайший Дух” растёт и становится естественным: беспокойность ума и мысль об этом мире должным образом прекращаются. Поскольку без участия ума переживание невозможно, Осознание случается с тонким умом. Так как *видехамукти* означает полное растворение даже тонкого ума, это Состояние — вне опыта. Оно является трансцендентальным Состоянием. “Я не тело. Я есть чистый Дух” — это ясное и несомненное переживание *джи-ванмукты*, т. е. того, кто освобождён ещё при жизни. Тем не менее, если ум не разрушен полностью, у человека есть возможность внешне показаться несчастным при случай-

---

\* Один из священных текстов индуизма.

ной связи с объектами, предопределённой его судьбой. Для внешнего наблюдателя он может также показаться не реализовавшим вечное непрерывное Блаженство, потому что его ум кажется волнующимся. Но Блаженство Освобождения при жизни возможно только для ума, ставшего тонким и безмятежным в результате длительной медитации.

## ГЛАВА 9

### ВОСЬМЕРИЧНЫЙ ПУТЬ ЙОГИ

*В этой главе описан путь Йоги для получения Само-реализации, овладение контролем ума посредством контроля дыхания.*

Для достижения преданности, устремлённости, в форме медитации, описанной в предыдущей главе, предписаны шаги типа *ямы* и *ниямы* (первые две ступени *аштанга*, или восьмеричной, йоги, объяснённой ниже). Эти шаги имеют две формы, одна из которых — йогической природы, другая имеет природу *джняны*. Контроль дыхания есть *йога*. Устранение ума есть *джняна*. Какой из этих подходов будет более лёгким для конкретного духовного практика, зависит от его врождённых склонностей и зрелости. Оба ведут к одинаковому результату, ибо при контроле дыхания ум становится контролируемым, а устранением ума сдерживается и дыхание. Цель обоих этих методов — успокоение и устранение ума.

*Яма* (моральный самоконтроль, являющийся необходимой подготовкой для йогического Пути; более подробно: воздержание от лжи, убийства, воровства, похоти и зависти), *нияма* (дисциплинирующие требования), *асана* (позы), *пранаяма* (контроль дыхания), *пратьяхара* (отвод чувств от внешних объектов), *дхарана* (сосредоточенное внимание), *дхьяна* (устойчивое непрерываемое созерцание), *самадхи* (отождествление себя с А т м а н о м). Это восемь элементов йоги. Контроль дыхания, упомянутый среди них,

состоит из выдоха, вдоха и задержки. В то время как все *шастры* говорят, что выдох и вдох должны быть равной продолжительности, а задержка дыхания в два раза дольше, в *раджа-йоге* задержка в четыре раза превышает вдох и в два раза — выдох. На пути *раджа-йоги* контроль дыхания имеет особое значение. Если этот контроль практикуется в соответствии с возможностями, без напряжения, но регулярно, то тело до известной степени устаёт, однако становится спокойным, а желание быть в состоянии Блаженства постепенно возникает в уме. После этого надо пытаться выполнить *пратьяхару*. Последняя делает ум целостным и однонаправленным, так что он не гоняется за внешними объектами имени и формы. Так как ум, в данный момент ещё бегающий за внешностями, редко может оставить их и уравновесить себя сам, прилагаются усилия, чтобы сделать его целостным и успокоить, придерживая у какой-то особенной цели следующими средствами:

- *пранава джапа* (повторение священного слога *ОМ*) и другие *мантры*, повторяемые мысленно;
- фиксация внимания между бровями;
- концентрация на кончике носа;
- слушание звуков, возникающих в ушах, с чередованием, т. е. стараясь услышать звук в левом ухе правым ухом и наоборот.

После этого надо пытаться выполнить *дхарану* (концентрацию внимания). Это означает фиксацию ума на центре, годном для медитации. Сердце и *брахмарандхра* (“родничок” на макушке головы) рекомендованы как подходящие места для *дхараны*. Ум останавливается в одном из этих двух мест, в то же время представляя себе личное божество в форме пламени света, сияющего там. Если внимание фиксируется на Сердце, это — восьмилепестковый лотос, если на *брахмарандхре*, то это тоже восьмилепестковый лотос, хотя, говорят, состоящий из *сахасрадалы* (тысячи лепестков), по 125 маленьких лепесточков в одном лепестке. Концентрируясь таким образом, человек должен медитировать, что он не является существом, отдельным от своего божества, и что пламя света есть форма его *Атмы* (Духа, или “Я есмь”). Другими словами, это есть медита-

ция на “Я—Он”. Писание говорит, что всепроникающий *Брахман* Сам сияет в Сердце как “Я—Я”, свидетель интеллекта. Если человек спрашивает “Кто я?”, то тогда Он (Божество, или *А т м а н*) будет найден сияющим (пульсирующим) как “Я—Я” в лотосе Сердца. Такая практика есть также медитация, и она гораздо лучше, чем медитация “Я—Он”. Можно практиковать то, что даётся легче. Практикой медитации такого вида человек перестаёт сознавать себя, свои действия, и его ум погружается в *А т м а н*. Тонкое состояние, в котором даже пульсация утихает, есть состояние *самадхи*. Необходимо только остерегаться глубокого сна в этом состоянии. Тогда оно дарует высочайшее Блаженство. Всякого, кто практикует это ежедневно и регулярно, Бог благословит на высочайшем Пути, на котором он достигнет совершенного Мира. Поскольку имеются тщательно разработанные трактаты по элементам *аштанга* йоги, здесь изложено только самое необходимое. Любой желающий знать больше должен обратиться к опытному практикующему йогину и узнать подробности от него.

*Пранава* есть повторение священного слога *ОМ* на три с половиной такта. *А*, *У*, *М* и полтакта после *М*. Из этих букв *А* символизирует состояние бодрствования, грубое тело и творение, *У* означает дремотное состояние, тонкое тело и сохранение; *М* представляет глубокий сон, индивидуальное “я”, успокоенное в нём, — причинное тело и растворение. Половина такта символизирует четвёртое состояние, истинное состояние *Я*, или *А т м а н*. Состояние выше этого есть состояние чистого Блаженства. Четвёртое состояние, полученное в медитации как истинное Состояние человека, содержит внутри себя *А*, *У*, *М* и половину такта, а потому его называют состоянием, в котором утихли все звуковые формы, оно также именуется безмолвной *мантрой*, которая есть сущность всех *мантр*. Для получения этого истинного переживания *ОМ* на стадии *пратьяхары* и предписано безмолвное повторение.

“Душа достигает сознательного бессмертия медитацией на том Источнике, вечно сияющем подобно пламени света, самолучезарном, пребывающем как Всё-охватыва-

ющее в середине лотоса Сердца с восьмью лепестками, величиной с большой палец, и описанном различно как Кайласа, Вайкунтха и *Парама-пада*”. Искателю советуется медитировать в соответствии с этим текстом. Может возникнуть чувство непостоянства в *А т м а н е*, а также чувство различия между медитирующим и объектом его медитации. Искателю предлагается медитировать на его собственном *Я*, поскольку то пламя, которое пульсирует как “*Я—Я*”, и есть *А т м а н*. Поэтому не нужно сомневаться в этом тексте Писания. Из всех видов медитации *атма дхьяна* (медитация на *А т м а н е*), которая только что была описана, является наилучшей. Если *атма дхьяна* успешно выполняется, не нужно пробовать другие виды медитации, ибо они все включены в неё. Другие разновидности рекомендуются только, чтобы помочь достичь успеха в этой. Вид практикуемой медитации будет зависеть от зрелости ума искателя. Хотя различные способы медитации могут казаться несходными, но все они сходятся на одной точке, нет нужды сомневаться в этом. “Познание собственного *Я* есть познание Бога. Не зная природы медитирующего, тем не менее медитировать на Боге как чуждом своему собственному *Я* — всё равно что измерять ногами свою тень. Вы упорно продолжаете измерять, в то время как тень так же упорно отступает всё дальше и дальше”. Так говорят Писания. Следовательно, медитация на *А т м а н е* является наилучшей, потому что только *А т м а н* есть Высочайшее *Я* всех богов.

## ГЛАВА 10

### ВОСЬМЕРИЧНЫЙ ПУТЬ ЗНАНИЯ

*В этой главе описана джняна-марга (Путь Знания), которая ведёт к Само-реализации посредством осознания, что Высочайшее — Едино и Неделимо.*

Подробное описание стадий джняна аштанги (восьмеричного Пути Знания), таких как *яма* и *нияма*, выходит за рамки этой небольшой работы. “Выдох” на этом Пути озна-

чает удаление двух аспектов — имени и формы — от тела и мира. “Вдох” есть видение (осознание) *Сат* (Бытия), *Чит* (Сознания), *Ананды* (Блаженства) — аспектов, охватывающих имена и формы. Задержка дыхания есть удержание этих аспектов, усвоение того, что было осознано. *Прагьяхара* означает постоянную бдительность, не допускающую, чтобы отвергнутые имена и формы снова вторгались в ум. *Дхарана* — это удержание ума в Сердце так, чтобы он не блуждал, твердо придерживаясь уже осознанного представления, то есть: “Я есть *Сат-Чит-Ананда* А т м а н” (А т м а н, который есть Бытие-Сознание-Блаженство). *Дхьяна* (медитация) есть устойчивое пребывание как *ахам сварупа* (в собственной истинной форме), которая сама собой переживается как “Я—Я” при вопрошании “Кто я?”, успокаивая этот труп тела, состоящий из пяти оболочек. Для описанного выше вида дыхательного контроля нет необходимости в таких предписаниях, как *асаны* (позы) и т. п. Можно практиковать его в любом месте, в любое время. Главная цель — зафиксировать ум в Сердце, у стоп Господа, сияющего как А т м а н, и никогда не забывать Его. Забывчивость А т м а н а есть источник всех несчастий. Знающие говорят, что такая забывчивость — это смерть для стремящегося к Освобождению. Может возникнуть вопрос о необходимости регулярного дыхательного контроля, применяемого в *раджа-йоге* (Пути Йоги). На это мы отвечаем, что он полезен, но его ценность сохраняется только пока длится практика, тогда как дыхательный контроль восьмеричного Пути Знания есть помощь постоянная. Цель обеих разновидностей дыхательного контроля — помнить А т м а н и успокоить ум. Поэтому до тех пор, пока ум не успокоен в Сердце посредством дыхательного контроля или Само-исследования, регулярный йогический дыхательный контроль остаётся необходимым; после этого в нём нужды нет. *Кевала кумбхака* — это тип дыхательного контроля, при котором дыхание успокаивается в Сердце даже без управления вдохом и выдохом. Можно практиковать указанные методы или Йоги, или *джняны* (Знания) по собственному выбору.

Цель всех Писаний — контролировать ум, так как разрушение ума есть *мокша*, или Освобождение. Йога — это контроль дыхания, в то время как методы *джняны*, или Знания, направлены на то, чтобы видеть все как форму Истины или как *Брахмана*, Единого и Неделимого. От духовной зрелости человека зависит, какой из этих двух Путей привлечёт его. Путь Знания напоминает укрощение непокорного быка протягиванием ему пучка травы, а Путь Йоги похож на такое укрощение, когда быка бьют и впрягают в ярмо. Так говорят те, кто знает. Полностью компетентные личности достигают Цели, сохраняя ум установленным и фиксированным в истине Веданты, зная несомненность *А т м а н а* и рассматривая их *Я* и всё как *Брахмана*. Менее подготовленные фиксируют ум в Сердце с помощью контроля дыхания и длительной медитации на *А т м а н е*. Те, кто ещё менее подготовлен, достигают высоких ступеней такими методами, как контроль дыхания. Имея это в виду, йога контроля ума классифицируется как восьмеричный Путь Знания и Йоги. Достаточно, если контроль дыхания практикуется до момента, когда *кевала кумбхака* достигнута. Прямого переживания *самадхи* можно также добиться преданностью [*бхакти*] в форме постоянной медитации [*дхьяна*]. *Кевала кумбхака* вместе с само-исследованием, даже без контроля вдоха и выдоха, есть помощь этому. Если такая медитация становится естественной, она может практиковаться в любое время, даже в течение мирской деятельности, и нет необходимости искать для неё особое место. Что бы человек ни нашёл подходящего, он может практиковать. Если ум постепенно успокаивается, не имеет значения, приходит остальное или уходит. В *Бхагавад-Гите* Господь Кришна говорит, что преданный выше, чем йогин, и что средством для Освобождения является *бхакти* (преданность) в форме непрерывной или длительной медитации на *А т м а н е*, который есть единственная Реальность. Поэтому если, так или иначе, обретается сила удержать ум постоянно в Нём, то зачем беспокоиться о других вещах?

## ГЛАВА 11

## ОТРЕЧЕНИЕ

*В этой главе говорится, что полное стирание мысли только и есть истинная санньяса (отречение).*

Санньяса, или отречение, есть отбрасывание не внешнего, но эго. Для таких отрёкшихся [санньясины] нет разницы между уединением и активной жизнью. Риши Васиштва говорит: “Как человек, чей ум поглощён мыслями, не сознает, что находится перед ним, так и Мудрец, хотя и занятый работой, не является делателем этого, ибо его ум погружён в Атман без подъема эго. Как человеку, лежащему на кровати, снится, что он падает с обрыва головой вперед, так и невежественный, чье эго еще присутствует, хотя и занятый, в уединении, глубокой медитацией, не перестаёт быть делателем всего действия”.

## ГЛАВА 12

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Мы вполне можем принять простую и питательную диету и, с серьёзным и непрестанным старанием, искоренять эго — причину всех несчастий — прекращением всей ментальной активности, порождённой эго.

Могут ли преследующие мысли подниматься без эго или может ли быть иллюзия отдельно от таких мыслей?

Поэтому медитируйте непрестанно на Атмане и обретайте высочайшее Блаженство Освобождения. Таков, действительно, смысл этой работы.





*Раздел второй*

**ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЕ**  
**(“вопросно-ответные”) РЕДАКЦИИ**

---

**3**

**Само-исследование**

*“Само-исследование” — это первая работа, написанная Махарши. Она относится к 1901 году, когда Бхагаван был молодым человеком около 22 лет. Он был уже джняни, или Мудрецом, с совершенным осознанием А т м а н а , погружённым в блаженство Божественного Знания. В то время Он жил в пещере Вирупакиша на горе Аруначале. Большое число учеников уже окружало Его. Хотя на самом деле Махарши не принимал обета молчания, но говорил редко и поэтому писал свои ответы на вопросы Гамбирама Сешайи, одного из самых ранних почитателей. Последний перенёс ответы себе в дневник. После смерти Гамбирама этот дневник был приобретен у его брата, вопросы и ответы были отредактированы Садху Натананандой и опубликованы с разрешения Бхагавана под названием Вичара Санграха, или “Само-исследование”. Впоследствии они были переработаны им в эссе.*

*В этой работе нет и следа юношества или незрелости. Так же как и Его последующие работы, она написана Учителем с авторитетом совершенного Духовного Знания. Подобно всем Его разъяснениям, устным и письменным, она касается практических вопросов осознания А т м а н а , а не бесплодной теории. Однако Его первая работа отличается от последующих тем важным моментом, что в ней описывается не только путь Самоисследования, но и другие Пути — медитация на тождестве с А т м а н о м и йогический Путь, основанный на*

контроле дыхания. Сам Бхагаван предписывал только Само-исследование или подчинение Гуру. Он часто говорил: «Есть два Пути: спрашивать себя “Кто я?” или подчиниться».

Почему Махариши включил другие, менее прямые и более изощрённые методы в свою первую работу? Наиболее вероятно, что ученик, для которого она была написана, читал книги об этих методах и задавал Ему соответствующие вопросы. Возможно также, в более широком смысле, что сначала дано изложение различных методов, а затем наставления для пожизненной практики тех методов, которые Он предписывал. Другие методы, конечно, хотя и описаны, вряд ли рекомендовались Бхагаваном.

Дыхательный контроль, который описан здесь, конечно, не является просто физическим упражнением. Духовный смысл этого упражнения делает его тщательно разработанной наукой. Следует помнить, что во время написания этого разъяснения Махариши знал, что Он может рассчитывать на знания в этом вопросе человека, для которого писал. Следует также указать, что Бхагаван не рекомендовал и не предписывал этот Путь, а в своих последующих работах едва упоминал о нём. Поэтому читателям нет необходимости изучать технику дыхательного контроля.

### **Благословение**

Нет другого Пути поклонения Высочайшему,  
Которое есть всё, – кроме постоянного пребывания как ТО!

### **Текст**

#### **1**

Ученик: Учитель! Как достичь состояния вечного Блаженства, всегда свободного от страдания?

Махариши: Кроме утверждения Вед, что там, где тело, там страдание, есть также непосредственное переживание

всех людей. Поэтому надо исследовать свою собственную природу, которая всегда бестелесна, и оставаться ею. Таково средство достичь этого состояния.

## 2

У: Каков смысл высказывания, что надо исследовать свою истинную природу и понять её?

М: Переживания, такие как “я ушёл; я пришёл; я был; я сделал”, естественно приходят к каждому. Учитывая их, разве не кажется, что сознание “Я” является субъектом для всех этих различных действий? Исследование подлинного характера этого сознания и пребывание самим собой есть путь понимания, посредством исследования, своей истинной природы.

## 3

У: Как исследовать “Кто я?”

М: Такие действия, как ходьба и приход, принадлежат только телу. Поэтому, когда говорят “Я ушёл, я пришёл”, это значит сказать, что тело и есть “Я”. Но можно ли сказать, что тело есть сознание “Я”, поскольку тела не было до рождения, оно состоит из пяти элементов, не существует в состоянии глубокого сна и становится трупом после смерти? Можно ли об этом теле, инертном, как бревно, сказать, что оно светится как “Я – Я”? Поэтому сознание “Я”, которое вначале возникает по отношению к телу как “я”, рассматривается различно: как самомнение [*тарбодхам*], эгоизм [*ахамкара*], незнание [*авидья*], *майя*, нечистота [*мала*] и душа [*джива*]. Можем ли мы оставаться без исследования его? Разве не для нашего освобождения путем исследования во всех Писаниях говорится, что уничтожение “я” есть Освобождение [*мукти*]? Поэтому, предоставив этому телу-трупю оставаться в состоянии трупа и даже не произнося слова “Я”, следует проникательно вопрошать: «Что же это такое, что поднимается сейчас как “я”?», и тогда в Сердце будет сиять не выражаемый словами Свет, имеющий форму “Я – Я”. Иначе говоря, при

этом будет самопроизвольно сиять неограниченное и единое чистое сознание, а ограниченные и множественные мысли исчезнут. Если оставаться спокойным, не покидая этого переживания, то эгоизм, или ощущение индивидуальности в форме “Я есть тело”, будет полностью разрушено, и в конце концов последняя мысль, то есть “я”-мысль, также будет потушена подобно огню, который сжигает камфару<sup>1</sup>. Великие Мудрецы и Писания провозглашают, что лишь это одно есть Освобождение.

#### 4

У: При исследовании корня самомнения, которое есть “я” мысль, возникают бесчисленные мысли и нет изолированной “я” мысли.

М: В предложении все падежи имеют своей основой первый, именительный, падеж, так же и все мысли, возникающие в Сердце, в своей основе имеют эгоизм (“я”), который есть первый умственный образ “Я”, сознание формы “Я есть тело”, таким образом, причиной и источником всех самых разнообразных мыслей является возникновение эгоизма. Следовательно, если разрушить самообман, имеющий форму эгоизма “я”, который является корнем иллюзорного древа *сансары*, то все другие мысли погибнут, как вырванное с корнем дерево. Какие бы мысли ни возникали как препятствие при *садхане*, нельзя позволять уму следовать за ними, его нужно заставлять оставаться в собственном *Я*, которое есть *А т м а н*. Следует просто быть свидетелем происходящих событий, говоря: “Пусть происходит все что угодно, каким бы странным оно ни казалось, а мы на это посмотрим!” Такой и должна быть практика. Другими словами не следует отождествлять себя с видимостями, никогда не следует покидать собственное *Я*. Это надежное орудие для разрушения ума [*манонаша*], который по своей природе склонен видеть тело как *Я*, что является причиной всех вышеупомянутых трудностей. Такой метод, который легко разрушает эгоизм, достоин быть на-

---

<sup>1</sup> То есть не оставляя какого либо осадка.

званным преданностью [*бхакти*], медитацией [*дхьяна*], сосредоточением [*Йога*] и Знанием [*джняна*]. Так как Бог пребывает природой *А т м а н а* и светится в Сердце как *Я*, так как Писания говорят, что мысль сама есть оковы, то наиболее успешная практика – оставаться спокойным, никогда не забывая о Нем (Боге, *А т м а н е*), растворив в Нем ум, который есть форма “я”-мысли, причем неважно, какими средствами. Такова суть учения Писаний.

## 5

У: Является ли исследование средством удаления ложного верования эгоистности только в грубом теле или оно также удаляет его в тонком и причинном телах?

М: Это после грубого тела существуют другие тела. В ложное убеждение “Я есть тело” включены все три тела, составляющие пять оболочек. Разрушение этого ложного убеждения эгоистности в грубом теле представляет собой разрушение его и в других телах. Поэтому исследование является орудием устранения ложного убеждения эгоистности во всех трех телах.

## 6

У: Поскольку существует много модификаций внутреннего органа, т. е. *манас* (ум), *буддхи* (интеллект), *читта* (память) и *ахамкара* (эгоизм), то почему говорят, что лишь разрушение ума приводит к Освобождению?

М: В книгах, объясняющих природу ума, утверждается: «Ум образуется из тонкой части пищи, которую мы поедаем, он растет с увеличением привязанности и отвращения желания и гнева; совокупность ума, интеллекта, памяти и эгоизма получает обобщенное имя “ум”, свойства, которые он порождает, – мышление, воля и т. д. Поскольку он является объектом сознания, он есть то, что наблюдаемо, инертно, однако, несмотря на инертность, он кажется сознательным благодаря соединению с сознанием (подобно раскаленному докрасна железному шару). Он ограничен, не вечен, делим и изменяется подобно воску, золоту, свече

и т. п.; он составляет природу (феноменального существования) всех элементов; его местопребывание находится в лотосе Сердца, подобно местопребыванию зрения в глазах и т. д.; он — атрибут индивидуальной души; мысля об объекте, он преобразуется сам в образ объекта и, зная, что находится в мозгу, он истекает через пять каналов чувств и соединяется с объектами (что ассоциируется с знанием) и, таким образом, познаёт и переживает объекты, ощущает удовлетворение. Такая субстанция и есть ум». Так же как одного человека называют различными именами согласно различным его функциям, так один и тот же ум назван — ум, интеллект, память и эго — в соответствии с его различными формами действия, а не в силу реального различия. Ум, сам по себе, является формой всего, т. е. души, Бога и мира; когда он принимает форму *А т м а н а* посредством Знания, то наступает Освобождение, природа которого — *Брахман*. Таково поучение.

## 7

У: Если эти четверо — ум, интеллект, память и эгоизм — суть одно и то же, то почему говорят о разных местах их пребывания?

М: Истинно, что горло — место пребывания ума, лицо или сердце — интеллекта, пупок — памяти, а Сердце, или *сарванга*, — эгоизма; хотя они различно расположены, однако их агрегат, который есть ум, или внутренний орган, локализуется лишь в Сердце. Это решительно утверждается в Писаниях.

## 8

У: Почему сказано, что лишь ум, который есть внутренний орган, сияет как форма всего, т. е. души, Бога и мира?

М: Как инструменты познания объектов органы чувств находятся снаружи и поэтому их называют внешними, а ум называют внутренним, потому что он находится внутри. Однако различие между внутренним и внешним относится лишь к телу; в действительности нет ни внутрен-

него, ни внешнего. Сущность ума остаётся незапятнанной подобно эфиру. То, что называют Сердцем или умом, есть соединение элементов (феноменального существования), которое представляется внутренним или внешним. Поэтому, вне всяких сомнений, любые явления, включающие в себя имя и форму, по своей сути лишь ум. Всё, что кажется внешним, на самом деле находится внутри, а не снаружи, именно для того, чтобы научить этому, в *Ведах* всё описывалось относящимся к природе Сердца. А то, что называют Сердцем, есть не что иное, как *Брахман*.

## 9

У: Как это можно сказать, что Сердце — не что иное, как *Брахман*?

М: Хотя *А т м а н* наслаждается своим восприятием бодрствования, сна и сна без сновидений, пребывая соответственно в глазах, горле и Сердце, на самом деле, однако, Он никогда не покидает своего основного местопребывания — Сердца. В лотосе Сердца, которое представляет собой сущность всего, другими словами, в уме-эфире, сияет свет этого *А т м а н а* в форме “Я”. Поскольку Он сияет так в каждом человеке, то именно об этом *А т м а н* е говорят как о свидетеле [*сакшин*] и трансцендентальности [*турия*, буквально “четвёртое”]. Безличный Высочайший *Брахман*, сияющий во всех телах как внутренняя сущность света в форме “Я”, есть эфир-*А т м а н* (или эфир-Знание): только Это и есть Абсолютная Реальность. Это есть Высшая Трансцендентность [*туриятита*]. Поэтому и сказано, что именуемое Сердцем — не что иное, как *Брахман*. Более того, так как *Брахман* сияет в Сердцах всех душ как *А т м а н*, название *Сердце* дано *Брахману*<sup>1</sup>. Смысл слова *хридаям* при разделении *хрид-аям* и есть фактически *Брахман*. Достаточным свидетельством факта, что *Брахман*, который сияет как *А т м а н*, находится в Сердце всех, является то, что все люди, показывая себя, указывают на грудь, говоря “Я”.

---

<sup>1</sup> В сердцах всех индивидуальных душ то, что сияет, есть *Брахман*, и потому названо — Сердце” — *Брахма-Гита*.

## 10

У: Если вся вселенная есть форма ума, то разве не вытекает из этого, что она является иллюзией? Если же это так, то почему о сотворении вселенной говорится в *Ведах*?

М: Нет никакого сомнения, что вселенная представляет собой чистейшую иллюзию. Основная задача *Вед* – познакомить с истинным *Брахманом* после показа ложности проявленной вселенной. Именно для этой цели *Веды* допускают творение мира, и не по иной причине. Более того, для менее продвинутых учеников процесс творения показывается ступенчатой эволюцией *пракрити* (первичной материи), *махат-таттвы* (великого интеллекта), *танматр* (тонких сущностей), *бхут* (грубых элементов), мира, тела и пр. – из *Брахмана*. В то же время для более продвинутых даётся учение о моментальном творении: этот мир возникает как сон вследствие собственных мыслей, обусловленных дефектом незнания себя как *А т м а н а*. Таким образом, из факта, что творение мира описано различными способами, ясно, что смысл *Вед* опирается лишь на учение об истинной природе *Брахмана* после того, как так или иначе показана иллюзорность вселенной. То, что мир иллюзорен, каждый может узнать непосредственно в состоянии Реализации, являющемся определённой формой опыта восприятия собственной сущности, которая есть Блаженство.

## 11

У: Возможен ли опыт *А т м а н а* для ума, чья природа есть постоянное изменение?

М: То, что названо умом, есть, воистину, природа знания, поскольку *саттва-гуна* (составляющая *пракрити*, производящая чистоту, интеллект и пр.) является природой ума и поскольку ум чист и не загрязнён, подобно эфиру. Когда ум находится в этом естественном (т. е. чистом) состоянии, он даже не именуется “ум”. Лишь ошибочное



знание, которое путает одно с другим, и называют умом. Что (первоначально) было чистым *саттвическим* умом, природой чистого знания, из-за неведения забывает свою природу – Знание; оно преобразуется в мир под влиянием *тамас-гуны* (составляющей *пракрити*, вызывающей тупость, инертность и пр.) и под влиянием *раджас-гуны* (составляющей *пракрити*, вызывающей активность, страсть и пр.), представляя: “Я есть тело и т. п.; мир реален”, последовательно приобретает заслуги и недостатки из-за привязанности, отвращения и т. п. и из-за остаточных впечатлений [*васаны*] достигает рождения и смерти. Однако ум, который освободился от своих заблуждений благодаря выполнению действий без привязанностей во многих прошлых жизнях, прислушивается к учению Писаний, передаваемому истинным Гуру, размышляет о его смысле, медитирует, чтобы достичь естественного состояния настроя ума в форме *Атмана*, т. е. чтобы достичь формы “Я есть *Брахман*”, которая является результатом непрерывного созерцания *Брахмана*. Таким образом устраняется превращение ума в мир в аспекте *тамас-гуны* и его блуждание там в аспекте *раджас-гуны*. Когда это изменение происходит, ум становится тонким и спокойным. Именно из-за нечистого ума, находящегося под влиянием *раджаса* и *тамаса*, Реальность (*Атман*), которая очень тонка и неизменна, не может быть воспринята; это подобно тому, как кусок тонкого шёлка не удаётся прошить толстой иглой, или подобно тому, как детали тонких объектов не удаётся различить при свете лампы, мерцающей при дуновении ветра. Однако в чистом уме, который стал тонким и неподвижным посредством описанной выше медитации, проявится блаженство *Атмана* (т. е. *Брахмана*). Как без обычного ума не может быть никакого опыта, так только очищенный ум, наделённый чрезвычайно тонкими колебаниями [*вритти*], может познать блаженство *Атмана*, оставаясь в этой форме (в форме *Брахмана*). Тогда будет ясно пережито то, что каждая индивидуальность имеет природу *Брахмана*.

## 12

У: Возможен ли вышеупомянутый опыт А т м а н а даже в состоянии обычного эмпирического существования для ума, который выполняет свои функции в соответствии с его *прабодхой* (прошлой *кармой*, которая начала плодоносить)?

М: Актер-брахман может играть в спектакле разные роли, однако мысль о том, что он – брахман, никогда не покидает его ума. Подобно этому, при вовлечении в разнообразные эмпирические действия следует иметь твердое убеждение “Я есть А т м а н”, не допуская возникновения ложной идеи “Я есть тело”. Если же ум отходит от этого состояния, должно сразу же начать исследование: “О! О! Я — не тело и т. д.! Кто я?” и таким образом возвратить ум к истинному (чистому) состоянию. Исследование “Кто я?” является основным средством для удаления всех страданий и достижения высочайшего Блаженства. Когда таким образом ум успокаивается в его собственном состоянии, переживание А т м а н а возникает само собой, безо всяких помех. После этого чувственные удовольствия или страдания не будут влиять на ум. При этом все феномены будут появляться без возникновения привязанностей, словно сон. Постоянное памятование о неограниченности опыта А т м а н а есть истинная *бхакти* (преданность), *йога* (контроль ума), *джняна* (Знание) и любые виды аскёзы. Так говорят Мудрые.

## 13

У: Когда в работе проявляется активность, то мы не являемся ни теми, кто осуществляет работу, ни теми, кто наслаждается её плодами. Активность же осуществляется тремя орудиями (т. е. умом, речью и телом). Можем ли мы оставаться (непривязанными), думая так?

М: После того как ум заставили пребывать в А т м а н е , который есть его Божество, и стать безразличным к эмпирическому опыту, поскольку он не отклоняется от А т м а н а , то разве ум может думать так, как упомянуто выше? Разве

такие мысли не создают зависимость? Когда такие мысли возникают из-за остаточных впечатлений (*васан*), нужно удерживать ум от течения в этом направлении, пытаясь вернуть его в состояние истинного Я и поворачивая его к безразличию в вопросах эмпирического опыта. Нельзя оставлять место в уме для таких мыслей, как “Это хорошо?” или “То хорошо?”, или “Можно ли сделать это?”, “Можно ли сделать то?”. Следует сохранять бдительность, замечая эти мысли ещё до того, как они возникли, и заставлять ум оставаться в чистом состоянии. Если уму будет оставлено даже малое место, то такой (обеспокоенный) ум повредит нам, хотя и будет строить из себя нашего друга; подобно врагу, кажущемуся другом, он повергнет нас. Разве не потому, что забывается А т м а н , возникают подобные мысли и причиняют всё больше и больше зла? Поскольку истинно, что мышление через различение: “Я ничего не выполняю; все действия совершаются инструментами” — средство предохранить ум от течения по *васанам* мысли, то разве отсюда не следует, что сразу же, как мы заметим, что ум начинает блуждать по *васанам*, он должен быть удержан посредством указанного ранее различения? Разве может ум, находящийся в состоянии А т м а н а , думать о себе: “я” или же: “я в своем опыте действую так”? При любых обстоятельствах постепенно следует пытаться не забывать А т м а н , который есть Бог. Если это достигнуто, то достигнуто всё. Ум не следует направлять ни к какому другому объекту. Даже если действия выполняются словно безумным — действия, являющиеся результатом *прарабдха-кармы*, — следует удерживать ум в состоянии А т м а н а , не позволяя возникать мысли “я делаю”. Разве бесчисленные *бхакты* не выполняли самую разнообразную эмпирическую деятельность с позиции безразличия?

## 14

У: Что является истинной целью *санньясы* (отречения)?

М: *Санньяса* есть лишь отречение от “я”-мысли, а не отказ от внешних обьектов Отрекшийся (от “я”-мысли)

остаётся тем же – будь он в одиночестве или среди обширной *сансары*. Подобно тому как ум, сосредоточенный на каком-либо объекте, не замечает других вещей, даже если они совсем рядом, так же и Мудрец, хотя и выполняющий самые различные действия, реально ничего не совершает, ибо он удерживает ум пребывающим в *А т м а н е*, не позволяя возникнуть “я”-мысли. Как во сне спящий видит, что падает вниз головой, а сам в действительности неподвижен, так и невежественный человек, т. е. человек, для которого “я”-мысль не прекратилась, хотя он остаётся один в постоянной медитации, фактически совершает все эмпирические действия<sup>1</sup>. Так сказано Мудрыми.

## 15

У: Ум, органы чувств и т. д. обладают способностью воспринимать; однако почему же они сами считаются объектами восприятия?

М:

*Дрик*  
(познающий)

*Дришья*  
(объект познания)

1. Видящий

Горшок (объект видения)

Далее,

2. Глаз

Тело, горшок и т. д.

3. Ощущение зрения

Глаз как орган

4. Ум

Ощущение света

5. Индивидуальная душа

Ум

6. Сознание (*А т м а н*)

Индивидуальная душа

<sup>1</sup> Если слушать что-либо без внимания, то ничего не услышишь; так и ум, чьи остаточные впечатления уничтожены, фактически не действует, даже если кажется обратное. Ум, не свободный от остаточных впечатлений, реально функционирует даже при кажущемся спокойствии, это напоминает тех, кто, оставаясь неподвижными в процессе сна, воображают, что они взбираются на гору и затем падают.

Вышеприведенное показывает, что мы, **Сознание**, познаём все объекты; поэтому о нас говорят как о *дрик* (познающем). “Горшок” и т. п. – это наблюдаемые объекты, поскольку они – то, что познаётся. Из представленных сопоставлений “познающий-познаваемое” видно, что среди познающих и объектов познания каждый является познающим для кого-то другого и в то же время объектом для другого, а потому никто из них не является, в действительности, познающим. Хотя о нас говорят как о “познающем”, поскольку мы познаём всё, а не о “познаваемом”, ибо мы не познаёмся чем-либо еще, мы считаемся познающими только в отношении объектов познания. В действительности, однако, то, что именуют “познаваемым”, не отделено от нас. И потому мы являемся Реальностью, которая превосходит эту пару (познающий и познаваемое). Всё остальное попадает в категории “познающий” и “познаваемое”.

## 16

У: Как распознаются эгоизм, душа, А т м а н и *Брахман*?

М:

*Пример*

*Поясняемое примером*

- |                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| 1. Железный шар                      | Эгоизм  |
| 2. Раскаленный железный шар          | Душа, которая появляется как наложение на А т м а н                           |
| 3. Огонь в раскаленном железном шаре | Свет Сознания, т. е. неизменный <i>Брахман</i> , сияющий в душе в каждом теле |
| 4. Пламя огня как таковое            | Всепроникающий <i>Брахман</i> , всегда остающийся единым                      |

Из примеров, приведенных выше, становится понятным, как распознаются эгоизм, душа, свидетель и Всеобщий свидетель.

Как в восковой свечке, которым часто пользуются кузнецы, попадают различные металлические частицы, но

все они кажутся одним светильником, так и в глубоком сне грубое и тонкое тела всех индивидуальных душ заключены в космическую *майю*, которая есть неведение, чья природа – тонкая темнота, и поскольку души растворяются в *А т м а н е*, становясь одним с ней (темнотой), они видят повсюду только темноту. Из темноты сна возникает тонкое тело – эгоизм, а из него (эгоизма) соответственно возникает грубое тело. После возникновения эгоизм оказывается наложенным на сущность *А т м а н а*, подобно нагретому железному шару. Таким образом без души [*джива*], которая есть ум, или эгоизм, соединенный со Светом-Сознанием, не может быть свидетеля души, а именно *А т м а н а*, а без *А т м а н а* нет *Брахмана*, то есть Всеобщего свидетеля. Точно так же как железный шар может принимать самые разнообразные формы под ударами кузнеца, а огонь при этом никак в нем не меняется, так и душа может быть вовлечена в самые многообразные переживания и подвергаться удовольствиям и страданиям; тем не менее Свет-*А т м а н*, находящийся в ней, нисколько не меняется от этого и, подобно эфиру, Он есть всепроникающее чистое Знание, т. е. Единое и Он сияет в Сердце как *Брахман*.

## 17

У: Как узнать что в Сердце *А т м а н* сам сияет как *Брахман*?

М: Точно так же как изначальный эфир, находящийся внутри пламени, заполняет все пространство и внутри и снаружи пламени без различий и каких либо ограничений, так и эфир-Знание, который находится внутри Света-*А т м а н а* в Сердце наполняет без различий и ограничений как внутренность, так и окружение того Света-*А т м а н а*. Таково то, что отнесено к *Брахману*.

## 18

У: Как в Свете *А т м а н е*, который есть единый, неделимый и самосветящийся, появляются три состояния опыта, три тела и т. п., являющиеся фантазиями? Даже если они

появляются, как узнать, что только А т м а н остается всегда неизменным?

М: (См. рисунок на с. 69) А т м а н , который представлен светильником (1), сияет Сам по Себе во внутренней комнате, т. е. причинном теле (7), наделенном незнанием – внутренней стеной (4) и глубоким сном – дверью (2) когда под действием жизненного закона, обусловленного временем, *кармой* и пр., дверь глубокого сна открыта то А т м а н отражается в зеркале эгоизма (5), которое расположено сразу за порогом (3) – *Махат-таттвой*; таким образом зеркало эгоизм освещает среднюю комнату – состояние сна со сновидениями (8) и через окна пяти познавательных органов чувств (6) – внешний двор, т. е. бодрственное состояние. Когда вновь под действием жизненного закона, обусловленного временем, *кармой* и т. п., дверь глубокого сна закрывается, то эгоизм исчезает совместно со сном и бодрствованием, и вечно сияет только А т м а н . Этот пример объясняет неподвижность А т м а н а , различие между А т м а н о м и эгоизмом и то, как появляются три состояния опыта, три тела и т. п.

## 19

У: Хотя я выслушал подобное разъяснение признаков духовного исследования, мой ум не приобрел ни капли спокойствия. Почему?

М: Причиной этого является отсутствие силы или однонаправленности, ума.

## 20

У: Какова причина отсутствия устойчивости ума?

М: Средствами, которые подготавливают к исследованию, являются медитация, йога и т. д. Следует приобрести достаточный опыт в них посредством постепенной практики и таким образом взять под стражу поток мыслеформ, что является естественным и полезным. Когда ум, таким способом ставший зрелым внимает проводимому исследованию, то он сразу осознаёт свою истинную природу, кото-

рая есть Атман, и остается в совершенном покое, не отклоняясь от этого состояния. Для ума, еще не ставшего зрелым непосредственное Осознание и Мир путем исследования труднодостижимы. Однако если некоторое время практиковаться в средствах контроля ума, то спокойствие ума в конце концов приобрести можно.

## 21

У: Какое из средств контроля ума наиболее важно?

М: Контроль дыхания является таким средством контроля ума.

## 22

У: Как следует контролировать дыхание?

М: Контролировать дыхание можно или путем абсолютной задержки дыхания [кевала кумбхака], или регулированием дыхания [пранаяма].

## 23

У: Что такое абсолютная задержка дыхания?

М: Она сводится к удержанию жизненного воздуха не подвижным в Сердце, даже без вдоха и выдоха. Это достигается посредством медитации над жизненным принципом и т. п.

## 24

У: Что такое регулирование дыхания?

М: Это есть удержание жизненного воздуха неподвижным в Сердце при вдохе, выдохе и задержке по указаниям текстов Йоги.

## 25

У: Каким образом контроль дыхания становится средством контроля над умом?



*М:* Нет сомнения в том, что контроль дыхания является средством для контроля над умом, потому что ум, как и дыхание, является частью “воздуха”, потому что природа изменчивости – общая для обоих, потому что источник их одинаков и еще потому, что когда одно из них контролируется, другое также попадает под контроль.

## 26

*У:* Поскольку контроль дыхания приводит только к успокоению ума [*манолайя*], а не к его уничтожению [*манонаша*], то как можно говорить, что контроль дыхания является средством исследования, цель которого разрушение ума?

*М:* Священные тексты учат, что средства для достижения Само-реализации разделяются на две группы: Йогу, с ее восьмью ступенями [*аштанга-йога*], и знание, также с восьмью ступенями [*аштанга-джняна*]. Регулированием дыхания [*пранаяма*] или абсолютной его задержкой [*кевала кумбхака*], которое является одной из ступеней Йоги, ум становится управляемым. Если, не покидая достигнутого умом состояния, практиковать дальнейшие упражнения, такие как удаление ума от внешних объектов [*пратьяхара*], то цель – Само-реализация, которая является плодом исследования, наверняка будет достигнута.

## 27

*У:* Каковы ступени Йоги?

*М:* *Яма, нияма, асана, пранаяма, пратьяхара, дхарана, дхьяна и самадхи.* Из них –

(1) *Яма:* означает культивирование таких принципов правильного поведения, как ненасилие [*ахимса*], правдивость [*сатья*], неворовство [*астейя*], целомудрие [*брахмачарья*] и неприятие даров [*апариграха*].

(2) *Нияма:* означает соблюдение таких правил правильного поведения, как чистота [*шауча*], довольство [*сантоша*],

аскетизм [*тапас*], изучение священных текстов [*свадхья*] и преданность Богу [*Ишвара-пранидхана*]<sup>1</sup>.

(3) *Асана*: из различных поз основными являются семьдесят четыре. Из них четыре, а именно – *симха*, *бхадра*, *падма* и *сиддха*, являются главнейшими. Из них только *сиддха*<sup>2</sup> – самая важная. Так утверждают йогические тексты.

(4) *Пранаяма*: Согласно циклам, предписанным священными текстами, выдох жизненного воздуха есть *речака*, вдох – *пурака*, а задержка его в сердце – *кумбхака*. Что касается “меры”, то некоторые тексты гласят, что *речака* и *пурака* должны быть равными по продолжительности, а *кумбхака* в два раза дольше, в то время как другие указывают, что если *речака* имеет меру длительности единица, то *пурака* должна быть в два, а *кумбхака* в четыре раза более продолжительной. В качестве такой меры длительности принимается время однократного произнесения *Гаятримантры*. Такая *пранаяма* включающая в себя *речаку*, *пураку* и *кумбхаку*, должна практиковаться ежедневно согласно возможностям, неторопливо и постепенно. В результате этого у ума появляется желание оставаться без движения в достигнутом состоянии удовлетворенности. После этого следует практиковать *пратьяхару*.

(5) *Пратьяхара*: Это есть такое сдерживание ума, когда ему препятствуют уходить на внешние имена и формы. Тогда ум, который до этого был рассеянным, становится управляемым. Средствами этого являются:

- 1) медитация на *пранаве*,
- 2) сосредоточение внимания между бровями,
- 3) удержание взгляда на кончике носа,
- 4) размышление о *нада*.

---

<sup>1</sup> Цель *ямы* и *ниямы* – достижение всех настоящих Путей, открытых тем, кто может быть избран для *мокши*. За деталями следует обращаться к работам типа *Йога-Сутры* и *Хатхайога-прадипика*.

<sup>2</sup> *Сиддхасана*: Левая пятка должна помещаться над гениталиями и над правой пяткой. Фиксируя пристальный взгляд между бровей, следует держать тело неподвижным и прямым, словно трость.

Ум, который стал таким образом однонаправленным, сможет оставаться на одном месте. После этого следует практиковать *дхарану*.

(6) *Дхарана*: Это есть удержание ума в удобном для медитации месте. Местами которые особенно подходят для медитации, являются Сердце и *брахмарандхра* (“родничок” на макушке головы). Следует представлять себе, что в центре восьмилепесткового лотоса<sup>1</sup>, находящегося в этом месте, сияет, словно пламя божество, которое есть *А т м а н*, т. е. *Брахман*, и фиксировать ум там. После этого следует медитировать.

(7) *Дхьяна*: Это есть медитация посредством мысли “Я–Он”, мысли, что медитирующий не отличается от природы того пламени. Если таким же образом проводить вопрошание “Кто я?”, то, как утверждает Писание, – “*Брахман*, который везде, сияет в Сердце как *А т м а н*, являющийся свидетелем интеллекта”, и придёт осознание, что именно это есть божественное *Я*, сияющее в Сердце как “Я–Я”. Такой характер размышления является наилучшей медитацией.

(8) *Самадхи*: В результате практики вышеупомянутой медитации ум растворяется в объекте медитации без сохранения идеи “я такой и такой, я делаю это и это”. Это тонкое состояние в котором даже мысль “Я–Я” исчезает, и есть *самадхи*. Если так практиковать ежедневно, не поддаваясь действию сна, то Бог скоро дарует высочайшее состояние спокойствия ума.

## 28

*У*: Что имеется в виду, когда говорится, что в *пратьяхаре* следует медитировать на *пранаве*?

*М*: Смысл предписания медитировать на *пранаве* таков. *Пранав*а есть *Омкара*, состоящая из трех с половиной *матр*:

---

<sup>1</sup> Хотя на самом деле лотос в верхушке головы имеет тысячу лепестков, он может быть описан как восьмилепестковый, ибо каждый из этих восьми состоит из 125 подлепестков.

А, У, М и *ардха-матры*. Из них А относится к бодрственному состоянию, *Вишва-дживе*, и грубому телу; У – к состоянию сна со сновидениями, *Тайджаса-дживе*, и тонкому телу; М – к состоянию глубокого сна, *Праджня-дживе*, и причинному телу; *ардха-матра* представляет *туру*, которая есть А т м а н , или природа “Я”; то, что выше, есть состояние *туриятита*, или чистое Блаженство. Четвертое состояние, которое есть состояние природы “Я”, было упомянуто в разделе о медитации [*дхьяна*]; оно может быть описано по-разному как природа термина *аматра*, которая включает в себя три *матры* А, У, М, как *маунакшара* (слог молчания), как *аджапа* (произнесение без произнесения) и как *адвайта-мантра*, которая является сущностью всех *мантр*, таких как *панчакашара*. Для того чтобы постичь истинное значение этого, необходимо медитировать на *пранаве*. Эта медитация, являющаяся сутью преданности, заключается в размышлении над истиной А т м а н а . Плодом этого процесса является *самадхи*, которое дает Освобождение, являющееся состоянием непревосходимого Блаженства. Высокочитимые Гуру также говорили, что Освобождение достигается только преданностью, которая есть суть размышления над истиной А т м а н а .

## 29

У: В чем смысл наставления, что следует медитировать посредством мысли “Я – Он” на истине, что медитирующий не отличен от самосветящейся Реальности, которая сияет подобно пламени?

М: (а) Смысл наставления, что следует культивировать идею о неотличимости медитирующего от самосветящейся Реальности, следующий. Писания определяют эту медитацию такими словами:

“В центре восьмилепесткового лотоса Сердца, который есть природа всего и на который ссылаются как на Кайласу, Вайкунтху и *Парама-паду*, находится Реальность, которая имеет размер большого пальца, сверкает, как молния, и сияет подобно пламени. Медитацией над этим человек достигает бессмертия”.

Из этого следует понять, что при такой медитации практик сторонится изъянов: 1) мысли о различиях, имеющей форму: “я – отличен и то – отличается”; 2) медитации на том, что ограничено; 3) идеи, что Реальность ограничена и 4) что ОНА ограничена неким местом.

(б) Смысл наставления, что следует медитировать на мысли “Я–Он”, таков: *сах ахам, сохам*; *сах* означает Высочайший А т м а н , *ахам* – А т м а н , истинное Я, которое проявлено как “я”. *Джива*, которая есть *Шива-линга*, находится в лотосе Сердца – ее местопребывании в теле человека, городе *Брахмана*; ум, являющийся природой эгоизма, выходит наружу, отождествляя себя с телом и т. д. Теперь ум должен быть растворен в Сердце, т. е. следует избавиться от чувства “Я”, которое помещено в тело и т. п., когда таким образом вопрошают себя “Кто я?”, оставаясь в спокойствии, то в этом состоянии природа А т м а н а проявляется тонким образом как “Я–Я”. Эта природа А т м а н а есть все и тем не менее ничто, она проявляется как высочайший А т м а н повсюду, без разделения на внутреннее и внешнее, она сияет подобно пламени, как было сказано выше, воплощая истину “Я есть *Брахман*”. Если, не медитируя на тождестве Бытия с собой, человек представляет Бытие отличающимся, то неведение не будет оставлено. Поэтому и предписана медитация-Тождество.

Если без волнения, непрерывно в течение длительного времени медитировать на А т м а н е посредством мысли “Я – Он”, которая является способом размышления об А т м а н е , то мрак невежества, находящийся в Сердце, и все препятствия, которые являются не чем иным, как следствием этого невежества, будут устранены и будет достигнута безграничная Мудрость<sup>1</sup>.

Таким образом, осознание Реальности в пещере Сердца, которая находится в городе (*Брахмана*), т. е. в теле, есть то же самое, что осознание всесовершенного Бога.

---

<sup>1</sup> Если всегда практикуется медитация в форме “Я – Шива” [*Шивохам бхавана*], которая препятствует возникновению мыслей, то *самадхи* будет достигнуто. – Валлалар.

В городе с девятью воротами, который есть тело. Мудрый пребывает в Покое<sup>1</sup>.

Тело есть храм; *джива* есть Бог (Шива). Если поклоняться Ему с мыслью “Я–Он” будет достигнуто Освобождение.

Тело, состоящее из пяти оболочек, есть пещера; Высочайшее, живущее там есть владыка пещеры. Так провозглашают Писания.

Так как *А т м а н* представляет собой сущность всех богов медитация на *А т м а н е*, который есть медитирующий – величайшая из всех медитаций. Все другие медитации содержатся в этой. Все другие медитации предписаны для достижения этой медитации. Поэтому если она достигнута то в других нет необходимости. Знание *А т м а н а* есть знание Бога. Великие говорят, что отказываться от познания своего *Я*, *А т м а н а*, представляя, будто существует другое божество, размышляя о нем, это значит пытаться измерить длину своей тени переступая по ней ногами, или исследовать обычную раковину отбросив бесценную жемчужину, которой уже обладаешь<sup>2</sup>.

### 30

У: Хотя подходящим местом для медитации являются только Сердце и *брахмарандхра* нельзя ли медитировать, при необходимости, на шести мистических центрах [*адхары*]?

М: Шесть мистических центров и т. п., которые упоминаются как точки медитации – не что иное, как плоды во-

<sup>1</sup> В городе имеющем девять ложных ворот, Он обитает в форме Блаженства. – *Бхагавад-Гита*.

<sup>2</sup> Необходимо медитировать на том, что, существуя в форме личности является *атма-таттвой*, обладает лучезарностью и которое, находясь во всех живых существах, всегда говорит “Я”, “Я”. Искать Бога вовне, оставляя Бога, пребывающего в пещере Сердца, все равно что выбрасывать бесценную драгоценность ради поиска обычной бусинки. – *Йога Васиштха*.

ображения. Они имеют значение только для начинающих в Йоге. Относительно медитации на шести центрах Шива-йогины говорят: “Бог, который по своей природе недвойствен, безграничен, самосознателен, проявляет, поддерживает и растворяет нас всех. Величайший грех – расхищать эту Реальность посредством наложения на неё различных имен и форм, таких как Ганapati, Брахма, Вишну, Рудра, Махешвара и Садашива”, а ведантисты провозглашают: “Все это – только фантазии ума”. Поэтому если человек знает А т м а н – всезнающее сознание, – то он знает все. Сказано также Великими: “Когда это Единое познано каким ОНО есть в Себе, то все, что было неизвестно, становится известным”. Если мы, наделенные различными мыслями, медитируем на Боге, который есть А т м а н , то мы избавимся от всего множества мыслей с помощью одной этой мысли; и потом даже эта единственная мысль исчезнет. Именно это подразумевается в изречении, что знание А т м а н а есть знание Бога. Это знание есть Освобождение.

### 31

У: Как следует думать об А т м а н е ?

М: А т м а н – самосветящийся без темноты и света, самообнаруживающаяся Реальность. Поэтому не следует думать о Нём как о том или об этом. Всякая мысль приводит к узам. Смысл медитации на А т м а н е состоит в том, чтобы заставить ум принять форму А т м а н а . В середине пещеры Сердца чистый *Брахман* непосредственно проявляется как А т м а н (истинное Я, “Я есмь”) в форме “Я–Я”. Разве может быть большее неведение, чем думать об этом иначе, не зная упомянутого выше?

### 32

У: Было сформулировано что Брахман проявляется в Сердце как А т м а н (Я) в форме “Я–Я”. Можно ли дать дальнейшие пояснения чтобы облегчить понимание этого утверждения?

М: Разве не каждый знает по опыту, что во время глубокого сна, обморока и т. п. нет никакого знания, то есть ни знания себя, ни знания чего либо другого? Впоследствии, когда появляется опыт в форме “я пробудился от сна” или “я очнулся от обморока”, – то разве это не вид специфического знания, которое возникает из вышеупомянутого состояния, не имеющего различий? Это особое знание названо *виджняна*. *Виджняна* проявляется только в отношении к Я или не-Я, но не сама по себе. Когда *виджняна* относится к Я, то ее называют правильным знанием, знанием в умственной форме, чей объект есть Я, или знанием, имеющим для своего удовлетворения Нераздельное (А т м а н); когда же она относится к не-Я, ее называют неведением. Состояние этой *виджняны*, когда оно относится к Я и проявляется в форме Я, называется “Я”-проявлением\*. Это проявление не может иметь места как отдельное от Реальности (т. е. А т м а н а, истинного Я). Это такое проявление, которое служит признаком непосредственного опыта Реальности. Однако оно, само по себе, не содержит состояния бытия Реальности. То, в зависимости от чего имеет место это проявление, и есть собственно Реальность, которая также названа *праджняна*. Ведантический текст *Праджняна Брахма* учит той же истине.

Знай это также и как смысл Писания. А т м а н, самосветящийся, Свидетель всего, проявляется Сам как обитающий в *виджняна-коше*. Нераздельным умом захвати этот А т м а н как свою цель и наслаждайся Им как собой.

### 33

У: Что названо внутренним поклонением, или поклонением без атрибутов?

М: В таких текстах, как *Рибху-Гита*, поклонение без атрибутов разъяснено подробно (как отдельная дисциплина). Однако все дисциплины, такие как принесение жертв, благотворительность, аскетизм, соблюдение обетов, *джана*, Йога и *пуджа*, являются фактически видоизменениями

---

\* Здесь речь идет об ахам *спхуране*. См. с. 68–69, а также с. 123–124.



медитации на форме “Я есть *Брахман*”. В этом смысл поклонения без атрибутов.

### 34

У: Каковы восемь ступеней знания [*джняна-аштанга*]?

М: Это те же восемь ступеней, о которых говорилось выше, но они определяются иначе.

Вот они:

(1) *Яма*: Это управление совокупностью органов чувств, осознание дефектов, что присутствуют в мире, включающем в себя тело и т. п.

(2) *Нияма*: Это сохранение потока умственных видоизменений, относящихся к Я, и отклонение противоположных форм. Другими словами – это означает, что возникает непрерываемая любовь к высочайшему Я.

(3) *Асана*: То, с помощью чего непрерывная медитация на *Брахмане* становится возможной без труда, есть *асана*.

(4) *Пранаяма*: *Речака* (выдох) — это удаление двух нереальных аспектов – имени и формы – от объектов, составляющих мир, тело и т. п., *пурака* (вдох) – это осознание трех реальных аспектов Бытия, Сознания и Блаженства, которые постоянно присутствуют в тех объектах, а *кумбхака* есть удержание осознанных таким образом этих аспектов.

(5) *Пратьяхара*: Это предотвращение возврата в ум устранных представлений имени и формы.

(6) *Дхарана*: Это удержание ума пребывающим в Сердце, без блуждания наружу, и осознание себя *А т м а н о м*, который есть Бытие-Сознание-Блаженство.

(7) *Дхьяна*: Это медитация на форме “Я есть только чистое Сознание”. Таким образом, после оставления в стороне тела, состоящего из пяти оболочек, осуществляется вопрошание “Кто я?”, и, как следствие этого, вопрошающий пребывает как “Я”, которое сияет как Я (“Я–Я”).

(8) *Самадхи*: Когда “Я”-проявление также прекращается, имеет место (тонкое) непосредственное переживание. Это – *самадхи*.

Для *пранаямы* и т. п., детализированных здесь, такие дисциплины, как *асана* и т. п., относящиеся к Йоге, не являются необходимыми. Ступени Знания могут практиковаться где угодно и в любое время. Йоге или Знанию можно следовать – одним путем или обоими – по желанию, согласно обстоятельствам. Великие Учителя говорят, что забывчивость является корнем всякого зла и смертью для тех, кто ищет Освобождения<sup>1</sup>, поэтому следует успокоить ум в *Я* и никогда не забывать Себя: такова Цель. Если ум контролируется, все остальное будет управляемым. Различие между восьмичленной Йогой и Знанием с восьмью ступенями подробно изложено в священных текстах; поэтому здесь дана только основа этого учения.

### 35

У: Возможно ли практиковать в одно и то же время *пранаяму*, принадлежащую Йоге, и *пранаяму*, относящуюся к пути Знания?

М: До тех пор пока ум не успокоится в Сердце – или с помощью абсолютной задержки [*кевала кумбхака*], или посредством исследования, нужны *речака*, *пурака* и пр. Следовательно, *пранаяма* Йоги должна выполняться в течение обучения, а другая *пранаяма* может практиковаться всегда. Таким образом, они могут практиковаться обе. Достаточно, если йогическая *пранаяма* практикуется до овладения мастерством в абсолютной задержке.

### 36

У: Почему пути Освобождения следует учить по-разному?

М: *Веды* учат нескольким Путям, пригодным для различных степеней подготовленности искателей. Однако так как Освобождение есть не что иное, как разрушение ума, все усилия должны быть нацелены на контроль ума. Хотя различные виды медитации могут показаться отличающимися друг от друга, в конце концов они все приводят к

---

<sup>1</sup> Смерть, или *Кала*, есть отказ от размышления над *А т м а н о м* на этой Земле, которое не следует оставлять даже в минимальной степени. – *Вивекачудамани*.

одному виду. Нет необходимости сомневаться в этом. Каждый может принять Путь, соответствующий зрелости своего ума.

Контроль *праны*, который есть Йога, и контроль ума, который есть *джняна*<sup>1</sup>, – вот два основных средства для разрушения ума. Для одних более приемлемым кажется первый путь, для других – второй. Тем не менее *джняна* подобна умирению разъяренного быка задабриванием его зеленой травой, тогда как Йога – это сдерживание с помощью силы. Мудрые говорят, что из трех классов подготовленных искателей наилучшие достигают Цели утверждением своего ума в *А т м а н е* посредством определения природы Реального: они проводят ведантическое исследование и рассматривают себя и все вещи как природу Реального; заурядные – заставляя ум оставаться в Сердце с помощью *кевала кумбхаки* и длительной медитации на Реальности; низший класс – постепенной практикой контроля над дыханием и т. д.

Ум должен быть успокоен в Сердце, пока не произойдет разрушения “я”-мысли, которая является формой неведения, пребывающего в Сердце. Это и есть *джняна*; только это одно есть также и *дхьяна*. Всё остальное – только разница в словах и отклонения в Текстах. Так провозглашают Писания. Поэтому если достигается искусство удержания ума в *А т м а н е* с помощью того или иного средства, нет необходимости беспокоиться о чем-нибудь ином.

Великие Учители также учат, что безгранично преданный (стоит) выше, чем *йогины*<sup>2</sup>, и что средством для Освобождения является преданность, которая есть суть размышления над собственным\* Я<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Видение всего как Реальности в соответствии с Писанием: “Я есть *Брахман* – только Один без второго”.

<sup>2</sup> Из всех *йогинов* только он – пребывающий во Мне с непоколебимым умом и любовью, Мне дорог. – *Бхагавад-Гита*.

\* Начать надо с **себя**, познать **свою** истинную природу, найти **собственное Я**, сияющее в Сердце (Сердечном центре, **своём** и каждом) как “Я–Я”.

<sup>3</sup> Из всех средств Освобождения только *бхакти* (преданность) может быть названа высочайшим. Ибо *бхакти* есть постоянное размышление о собственном Я. – *Вивекачудамани*.

Итак, Путь осознания *Брахмана* называется по-разному: *Дахара-видья*, *Брахма-видья*, *Атма-видья* и т. д. Что можно к этому прибавить? Остальное следует понять интуитивно.

Писания учат в различных формах. Проанализировав все эти формы, Великие провозгласили этот путь кратчайшим и наилучшим средством

### 37

У: Занимаясь указанной выше практикой, можно избавиться от таких препятствий в уме, как неведение, сомнение, ошибки, и в связи с этим достичь неподвижности ума. Однако остается последнее сомнение. После того как ум растворен в Сердце, там имеется только Сознание, сияющее как безграничная Реальность. Когда, таким образом, ум принимает форму *А т м а н а*, *Я*, то кто будет исследовать? Такой вопрос приводит к почитанию *Я*. Это напоминает историю с пастухом, ищущим овцу, которая все время была у него на плечах!

М: *Джива* сама есть Шива; Шива Сам является *дживой*. Истинно, что *джива* есть не что иное, как Шива. Когда зерно — внутри оболочки, оно называется неочищенным, когда же оно очищено, его называют рисом. Подобно этому, пока человек связан *кармой*, он остается *дживой*, когда же цепи невежества разрываются, он сияет как Шива, как Божество. Так гласит священный текст. Соответственно *джива*, являющаяся умом, есть в действительности чистое *Я*, *А т м а н*; но, забывая эту истину, она представляет себя отдельной душой и оказывается связанной в форме ума. Поэтому ее поиск *А т м а н а*, который есть она сама, напоминает поиск овцы пастухом. Однако *джива*, которая забыла свое *Я*, не станет Собой посредством только промежуточного знания. Из-за препятствий, вызванных остаточными впечатлениями, накопленными в предыдущих рождениях, *джива* снова и снова забывает свое тождество *А т м а н у* и пребывает в заблуждении, отождествляя себя с телом и т. п. Станет ли человек высокопоставленным чиновником, просто посмотрев на него? Разве не постоянным усилием в этом направлении он может продвинуться по службе? Так же

и *дживе*, находящейся в оковах из-за умственного отождествления себя с телом и т. п., следует предпринять усилия в форме размышления об *А т м а н е*, постепенным и подкрепляющим способом, и когда таким образом ум будет разрушен, *джива* станет *А т м а н о м*<sup>1</sup>.

Постоянно практикуемое так размышление над *Я*, *А т м а н о м*, разрушит ум, а потом исчезнет и оно, подобно палке, используемой для перемешивания углей при сжигании трупa. Именно это состояние названо Освобождением.

### 38

У: Если *джива* по своей природе тождественна *А т м а н у*, что мешает ей осознать свою истинную природу?

М: Мешает забывчивость истинной природы *дживой*; она известна как сила вуализации.

### 39

У: Если это правда, что *джива* забывает о своей истинной природе, то как вообще может возникнуть переживание “Я”?

М: Вуаль не полностью скрывает *дживу*<sup>2</sup>; она только скрывает природу “Я”, которая есть *А т м а н*, и формирует представление “Я есть тело”, но она не скрывает существования *А т м а н а*, который есть “Я” и который реален и вечен.

### 40

У: Каковы особенности *дживанмукты* (освобожденного при жизни) и *видехамукты* (освобожденного после смерти)?

М: “Я – не тело; Я есть *Брахман*, который проявляется как *А т м а н*. Во мне, кто есть безграничная Реальность<sup>3</sup>,

---

<sup>1</sup> Хотя препятствий вызывающих цепи рождению, может быть множество, коренная причина всех таких изменений есть *ахамкара*. Эта коренная причина должна быть разрушена навсегда. – *Вивекачудамани*.

<sup>2</sup> Неведение не может скрыть основу “Я”. Но оно скрывает специфическую истину, что *джива* есть Высочайшее (*Я*, *А т м а н*).

<sup>3</sup> Может ли неведение сохраниться при наличии продолжительной медитации о том, что миры являются только призраками во мне – чистой Реальности?

содержится мир, состоящий из тел и т. п., которые являются только видимостью, подобно синеве неба”. Тот, кто осознал эту истину, – *дживанмукта*. Однако до тех пор пока его ум не растворен, для него могут возникать некоторые страдания из-за связей с объектами вследствие *праарабдхи* (*кармы*, начавшей плодоносить и чьим результатом является присутствие тела), а пока подвижность ума не прекращена, не будет также и опыта Блаженства. Опыт переживания *А т м а н а* (“Я есмь”) возможен только для ума, ставшего тонким и неподвижным в результате продолжительных медитаций. Тот, кто наделен тонким состоянием ума и имеет этот опыт *А т м а н а*, назван *дживанмукта*. Именно состояние *дживанмукти* определяется как *Брахман* без атрибутов, или как *турия*. Когда даже тонкий ум растворен и переживание себя прекратилось и когда искатель погружен в океан Блаженства, становясь единым с ним без какой бы то ни было разделенности существования, он называется *видехамуктой*. Именно состояние *видехамукти* определяется как трансцендентный безатрибутивный *Брахман* и как трансцендентная *турия*. Это есть конечная Цель. Вследствие наличия степеней счастья и несчастья, освобожденных – *дживанмуктов* и *видехамуктов* – можно подразделить на четыре категории *брахмavid*, *брахмavidвара*, *брахмavidварья* и *брахмavidвариш-тха*. Но это разделение возможно только при взгляде на них со стороны, в действительности, однако, нет различий в Освобождении, достигнутом посредством *джняны*.

### Поклонение

Да будут лотосы Стоп Раманы, Учителя,  
который есть Сам великий Шива в человеческой форме,  
жить вечно!



## Раздел третий

### ПИСЬМА

---

#### 4

#### К семье (1896)

*Написано старшему брату 29 августа 1896 года непосредственно перед уходом из дома к Аруначале (см. [3, с. 47–48]). Письмо начинается с двойственных выражений: “я” и “мой Отец” и формулировки о приказе и поиске. Но во втором предложении ссылка на пишущего изменяется с “я” на “это”. В самом конце вместо подписи стоит прочерк. Ведь эго нет...*

*Оригинал письма сохранился и приводится в настоящем издании.*

Я отправился на поиск моего Отца в соответствии с Его приказом. Это вступило на добрый путь, а поэтому не следует ни горевать, ни тратить деньги на поиски этого. Деньги за твой колледж не уплачены. Две рупии приложены здесь.



[illegible]

**Оригинал письма, оставленного Бхагаваном  
Его семье (1896)**



## 5

### К матери (1898)

*Написано в декабре 1898 года, когда Бхагаван жил в Павалаккунру, на восточном склоне Аруначалы, в качестве ответа матери, слёзно умолявшей Его возвратиться домой (см [3, с. 68–69]).*

Предопределяющий управляет жребиями душ в соответствии с их *прарабдха кармой*. Чему не суждено случиться – не случится, как ни старайся. Что предопределено – случится, несмотря на любые попытки это предотвратить. Здесь нет сомнений. А потому лучше всего – оставаться в молчании.



## К Ганапати Муни (1931)

*Кавьякантха Ганапати Муни, один из наиболее выдающихся учеников Бхагавана, в 1931 году написал Ему серию писем. Поскольку Бхагаван никогда не отвечал на письма, ответы составлялись руководством Ашрама, а Он только просматривал их содержание перед отправкой. Исключение составляет письмо, датированное 25 мая, где ученик просит разъяснить ему структуру эго. Учитель дал устный ответ, который был записан и послан Ганапати Муни. Этот ответ опубликован Шри Раманаширамом в 1980 году на тамильском языке в небольшой брошюре “Драгоценные слова и случайные стихи Махарши” [9]. Английский перевод, содержащийся в апрельском выпуске журнала Ашрама The Mountain Path (“Горный Путь”) за 1982 год [21], был использован для подготовки русского текста ответа, очень важного для духовной практики.*

Хотя Писания подобные *Йога-Васиштха* и говорят, что эго имеет три разновидности, следует считать, что на самом деле только “я”-мысль одна существует. Когда ум, который есть “я”-мысль, поднимается, он может подниматься лишь схватывая что-либо. Поскольку эго возникает между неодушевленным телом и Реальностью, оно (эго) получило такие имена, как *чит-джада-грантхи* (узел между сознанием и бесчувственным), *джива* (индивидуальная душа) и т. д.

Возникающая таким способом “я”-мысль появляется в форме трех гун, из которых аспекты *раджас* и *тамас*

цепляются за тело и отождествляются с ним. Остающийся аспект – чистая *саттва* – один является прирождённой характеристикой ума, и он твёрдо держится Реальности. Но в этом чистом *саттвическом* состоянии “я”-мысль более не является действительно мыслью, она есть Сердце само.

“Мудрый знает, что поверхностный смысл *праджняны* (сознания) – ум, а её истинный смысл – Сердце. Высочайшее есть не что иное, как Сердце”.

*Шри Рамана Гита, V, 18*

Когда ум, разграниченное знание, которое поднимается из неразграниченного состояния “Я”, прилепляется и отождествляет себя с *Я, Атманом*, он именуется истинным знанием. Его также можно назвать “знание, которое есть движение ума в форме Атмана” или “знание в целостной форме”. Состояние, в котором этот чистый *саттвический* ум сияет, держась истинного *Я*, называется *ахам спхурана*.

Эта *спхурана* сама по себе не может оставаться в стороне от Реальности, она является верным знаком, который указывает на приближающееся прямое переживание этой Реальности. Источник, которого только и держится эта *спхурана*, называется Реальностью, или чистым сознанием. В Веданте она выражена изречением “праджняна Брахма”, или абсолютная реальность чистого сознания. Когда чистый *саттвический* ум пребывает в этой *спхуране* и следит за её источником, это называется *упасана*, или медитация; когда человек прочно установился в этом состоянии, которое есть источник того ума, это называют *джняна*.

«Переживание естественного состояния в течение духовной практики называется *упасана* (медитация). Когда это состояние становится устойчивым и постоянным, оно называется “Знание” (*джняна*)».

*Шри Рамана Гита, I, 13*

В *Вивкачудамани*, в стихе 380 об этом целостном сознании сказано:

“Здесь вечно сияет *А т м а н*, самолучезарный Свидетель всего, имеющий *буддхи* Своим местопребыванием. Сделав этот *А т м а н*, который отличен от нереального, своей целью, медитируй на Нем как на твоём собственном *Я*, исключая все остальные мысли”.

Несуществование чувства ограниченности есть плод медитации.

Это действительно целостное переживание. Оно естественно для Бога и освобожденных душ.

Когда ум, имеющий своей характерной чертой чистую *саттву*, остается внимательным к *ахам спхуране*, которая есть знак приближающегося прямого переживания истинного *Я*, Сердце, обращенное книзу<sup>1</sup>, становится обращенным кверху, расцветает и остается в форме того *Я*. Поэтому вышеупомянутое внимание к источнику *ахам спхураны* одно есть Путь. При такой внимательности *Я*, *А т м а н*, Реальность, один останется, сияя в центре Сердца как “Я–Я”.



---

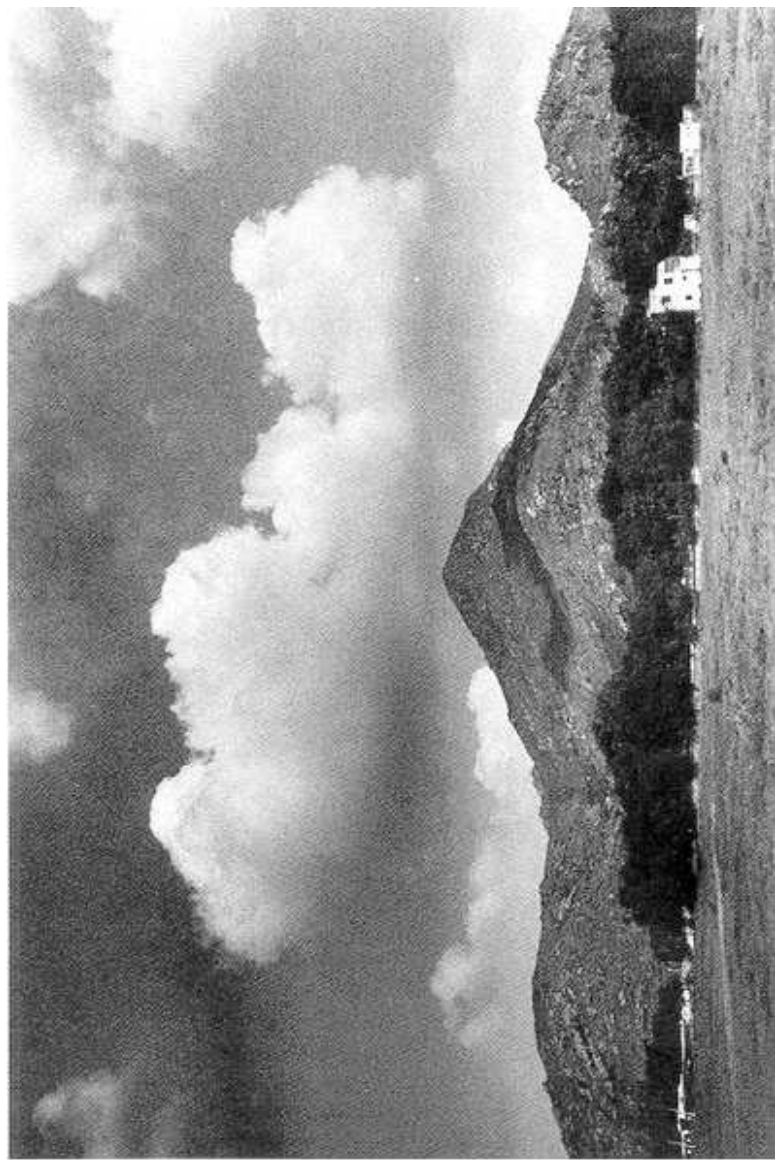
<sup>1</sup> См. стихи 18 и 19 из “Дополнения к Сорока стихам” на с. 148, ибо в середине этого предложения Бхагаван цитирует их полностью.

**Часть 2**

**ПОЭЗИЯ**







**Аруначала, южное лицо**





## Раздел первый

### УЧЕНИЕ (Знание)

---

#### 7

### Суть Наставления

*(Упадеша Ундийяр / Упадеша Сарам)*

*Эта поэма является четкой формулировкой практического руководства, даваемого Бхагаваном Шри Раманой Махарши. Это единственное произведение, которое Он написал “по некоторому плану, с определенной целью и за один присест”.*

*Выдающийся тамильский поэт и ближайший ученик Шри Раманы Муруганар сочинил большую поэму о группе аскетов, которые жили вместе в лесу Дарука. Они практиковали обряды ради достижения сверхъестественных сил. Этими же средствами они надеялись достичь конечного Освобождения. В этом, однако, они заблуждались, ибо действия могли дать результат только в действии, но не в его устранении; обряды могут дать силы, но не Покой Освобождения, который лежит за пределами обрядов, сил и всех форм действия. Шива, чтобы объяснить им их ошибку, появился перед ними в образе странствующего садху. Вместе с ним явился и Вишну в образе прекрасной женщины. Все аскеты, увидев эту женщину, воспылали к ней любовью и потому утратили равновесие. Более того, их жены которые жили с ними в лесу, все как одна, влюбились в странствующего садху. Обеспокоенные этим, аскеты магическими обрядами материализовали слона и тигра и бросили их на Шиву. Шива, однако, легко победил их и сделал из шкуры слона покрывало, а из шкуры тигра – подстилку. Осознав, что противник обладает большей силой, нежели они, аскеты*

склонились перед ним и попросили наставления. Тогда Шива объяснил им, что не действием, а отречением от действий достигается Освобождение.

Поэт Муруганар хотел написать 100 стихов на эту тему но смог подготовить лишь 70. Тогда ему пришла в голову мысль, что только Бхагаван может написать строфы касающиеся наставлений Шивы. Он попросил Бхагавана сочинить их, и Бхагаван сочинил тридцать стихов на томили (Упадеша Ундийяр), позднее Махарши сам перевел их на санскрит (Упадеша Сарам). Эти тридцать стихов Бхагаван перевел на телугу под названием Анубхути Сарам. Он же выполнил и перевод на малаялам. Санскритский текст — Упадеша Сарам — ежедневно пелся перед Ним вместе с Ведами и продолжает исполняться теперь перед Его храмом; т. е. текст трактуется как Священное писание. Бхагаван говорит о разных путях Освобождения и показывает, что наилучшим Путем является Само-исследование.

Существует множество комментариев на это небольшое по объему произведение. При подготовке русского комментария (см с 404—417) были использованы комментарии (на Упадеша Ундийяр и Упадеша Сарам) Его выдающихся учеников и почитателей, таких как Кавьякантха Ганапати Муни, Шри Садху Ом, Б. В. Нарасимхасвами, А. Р. Натараджан, а также Д. М. Шастри.

Ниже следует русский текст поэмы, при подготовке которого использовались семь различных опубликованных английских переводов и оригинал на тамили.

### **Текст**

1. Карма приносит плод,  
Как Предопределяющий постановил это.  
Как может карма быть Богом?  
Она бессознательна.

2. Плоды действий проходят, оставляя семена,  
Повергающие действующего в океан действий,  
И потому не дают Освобождения.
3. (Но) незаинтересованное действие,  
Посвященное Богу,  
Очищает ум  
И указывает Путь к Освобождению.
4. Несомненно, что почитание, повторение *мантр*  
и медитация  
Выполняются (соответственно) телом, голосом и умом  
(Являясь шагами), чья ценность  
Возрастает в том же порядке.
5. Почитание любой из восьми\* форм вселенной  
С мыслью, что все восемь форм — формы Бога,  
Является прекрасным почитанием Бога.
6. Повторение (Его) Имени лучше, чем восхваление.  
Еще лучше повторять не громко, а шепотом.  
Но лучше всего — повторение в уме:  
Это именуется медитацией.
7. Лучшей, чем прерываемая (мыслями) медитация,  
Является непрерывная медитация,  
Подобная потоку воды  
Или ниспадающей струе очищенного масла (*gхи*).

---

\* См. комментарий на с. 406.

- 
8. Чем рассматривать Его как Другого,  
Лучше держаться убеждения: “Он есть Я”,  
Которое является наилучшим  
Среди всех (различных видов медитации).
  
  9. Пребывание в состоянии чистого Бытия,  
Превосходящем медитацию,  
Посредством силы такой медитации (внимания к Я)  
Одно есть сущность настоящей преданности.
  
  10. Погружение в источник поднятия (“я”)  
(Когда эго восходит),  
Это есть карма и бхакти,  
Это есть йога и джняна.
  
  11. Как птица ловится сетью,  
Так и ум подчиняется  
Сдерживанием дыхания внутри.  
Это есть средство сдерживания (ума).
  
  12. (Ибо) ум и жизненное дыхание,  
Выражающиеся в мысли и действии,  
Хотя и расходятся, словно две ветви,  
Но произрастают из одного корня.
  
  13. Подчинение (ума) имеет две разновидности:  
Временное затишье и разрушение.  
Временно затихшее воспрянет вновь,  
(Но) умершее не возрождается.

- 
14. Когда ум подчинен сдерживанием дыхания,  
Его форма гибнет,  
Если его направить  
Только на Путь (познания Я).
  15. Для великого йогина, установившегося в Реальности  
Благодаря разрушению ума,  
Нет действий (для совершения),  
Ибо Он достиг Своей (истинной) природы.
  16. Когда ум, оставив внешние объекты,  
Познает только свою собственную форму Света  
(Себя, Я, А т м а н ),  
Это одно есть подлинное Знание.
  17. При непрерывном исследовании природы ума  
Обнаруживается,  
Что нет такой вещи, как ум  
Это прямой Путь для всех.
  18. Ум — это только мысли.  
Из всех мыслей мысль: “я” — коренная.  
(Поэтому) ум есть только “я”-мысль.
  19. Когда при подъеме “я”-мысли исследуется:  
«Откуда поднимается “я”?»,  
Это “я” исчезает.  
Таково Само-исследование.

- 
20. В том месте, где исчезает “я”,  
Самопроизвольно появляется Единое  
Как “Я—Я” (“Я есмь Я”).  
Оно само по себе есть Целостность [*пурнам*].
21. То (“Я—Я”) всегда есть суть слова “Я”,  
Ибо мы не перестаем существовать  
Даже в глубоком сне,  
Лишенном “я” (“я”-мысли, или ума).
22. Поскольку тело, ум, интеллект,  
Дыхание и темнота (неведения глубокого сна)  
Все бессознательны и нереальны,  
Они не есть “Я”, которое суть Реальность [*Сат*].
23. Поскольку нет другого сознания,  
Чтобы познать ТО-Которое-Существует [*Сат*],  
ТО-Которое-Существует есть Сознание [*Чит*],  
(И это) Сознание Само есть “Мы” (А т м а н , Я).
24. По своей сущностной природе  
Бог и живые души — только одна субстанция.  
Их различие лишь в восприятии атрибутов  
(Оболочек, или *упадхи*).
25. Познание себя, отбрасывая атрибуты,  
Есть само по себе познание Бога,  
Ибо Он сияет как Я  
(Собственная реальность человека, “Я есмь”)

26. Познать Себя значит быть С собой,  
Ибо нет двух Я (А т м а н недвойствен).  
Это (состояние) есть пребывание Реальностью.
27. Знание, свободное от знания и неведения,  
Только и есть (подлинное) Знание.  
Это — истина, (ибо в переживании Себя)  
Нет объекта для познания.
28. Если человек познал свою собственную природу,  
То он пребывает как Бытие без начала и конца  
В непрерывном Сознании-Блаженстве.
29. Пребывание в этом состоянии Высочайшего Блаженства,  
Лишенного уз и освобождения,  
Есть непоколебимость в служении Богу.
30. Осознание ТОГО (“Я—Я”), которое остается  
После изгнания всех следов “я”,  
Только и есть прекрасный *мапас*.  
Таково наставление Раманы.



## Сорок стихов о Реальности

*(Улладу Нарпаду)*

*Это поэма о природе Реальности (букв.: “Сорок о том, Что Есть”). Тамильское слово улладу является эквивалентом санскритскому Сат и означает Бытие, или Реальность.*

*Историю создания этого произведения Учитель рассказал Сам:*

*“Это было где-то в 1928 году Муруганар однажды сказал, что некоторые разрозненные стихи, сочиненные мною в разное время по различным поводам, не следует забрасывать, но, наоборот, их нужно собрать вместе, дополнить до традиционных сорока и таким образом подготовить поэму с подходящим названием. Поэтому он собрал около тридцати таких стихов и попросил меня написать еще десять. Согласно его желанию, я дополнительно писал стихи по различным случаям или когда ко мне приходило соответствующее настроение. После того как их число достигло сорока, Муруганар стал удалять, один за другим стихи из старой коллекции на том основании, что они не полностью отвечают предмету или в других отношениях не совсем подходят, и попросил меня написать вместо них новые. Когда этот процесс закончился и стало ровно сорок стихов обнаружилось, что в них ровно два стиха из старой коллекции.*

*Итак эти сорок стихов не были подготовлены ни по какой-то установленной схеме, ни за один присест, ни систематической работой. Я сочинял различные стихи*



по разным поводам, а Муруганар и другие упорядочили эти стихи так, чтобы мысли, выраженные в них, дали видимость связного и систематического изложения предмета, Реальности”.

За поэмой “Сорок стихов” последовало Дополнение из других сорока стихов. Ввиду полного равнодушия Бхагавана к авторству не все дополнительные стихи написаны Им. Около половины — переводы из Йога Васиштхи и других санскритских текстов. Стихи, исключенные из первоначальных сорока стихов, были включены в это Дополнение. В настоящем издании стихи Дополнения, заимствованные Бхагаваном, выделены курсивом.

“Сорок стихов о Реальности” вместе с Дополнением из сорока стихов — самое представительное изложение Учения Махарishi. Шри Раманаширам опубликовал эти восемьдесят стихов отдельным буклетом под названием Сад-видья, или “Открытая Истина”. Бхагаван перевел эти стихи прозой на телугу под названием Уннади Налупади и дал стихотворный перевод на малаялам — Саддаршанам (Видение Реальности).

“Сорок стихов” переведены на многие языки, к этому произведению написано несколько комментариев, ибо оно обладает “всеобщностью и сжато выраженной мудростью, которая требует толкования”. В настоящем, русском, издании “Собрания произведений” представлен не только текст поэмы, но и полный комментарий к ней (см. 417—437), принадлежащий С. С. Когану, близкому ученику Бхагавана, внесшему большой и важный вклад в литературу о Шри Рамане и Его Учении. При подготовке перевода “Сорока стихов” использованы лучшие английские переводы и оригинал на тамили.

### **Благословение**

1. Можно ли сознать Реальность, если Реальность не существует? Поскольку эта Реальность-Сознание сама свободна от мыслей, существует как источник всех мыслей, её именуют Сердцем. Как познать её? Пребывать как она (без мысли) в Сердце — значит познать Её.

2. Сильно страшась смерти находят прибежище у Стоп Высочайшего Господа, не знающего ни рождения, ни гибели. Может ли мысль о смерти возникнуть у тех, кто уничтожил их “я” и “моё” и стал бессмертным?

### *Текст*

1. Когда мы смотрим на мир, то видим, что существует Единство, подобное мощному стволу, — общая Причина (Бог), обладающая безграничными силами, чтобы проявляться как многообразие. Картина имён и форм, зритель, холст, освещение — всё это есть Он Сам.

2. Все религии принимают без доказательства фундаментальную триаду: Бог, душа и мир, хотя все трое являются проявлениями Единобожия. Убеждение, что эти трое остаются вечно тремя, сохраняется лишь до тех пор, пока “я”, или эго, сохраняется. Лучше всего уничтожить эго и пребывать в своём собственном истинном состоянии.

3. В чем польза от споров, реален мир или нереален, одушевлён или неодушевлён, приятен или неприятен? Уничтожение эго, выход за пределы мира, осознание Себя [*Тан*] — это состояние, которое дорого всем и свободно от чувства единства и двойственности.

4. Для имеющего форму мир и Бог тоже будут иметь форму. При отсутствии формы, кто будет видеть их формы и как? Можно ли что-нибудь увидеть без глаза? Поистине, истинное Я есть Глаз, безграничный Глаз.

5. Тело имеет форму, состоящую из пяти оболочек. Поэтому они включены в понятие “тело”. Существует ли мир в отсутствие тела? Не имея тела, видел ли кто-нибудь мир?

6. Видимый нами мир есть не что иное, как пятеричные объекты чувств, которые являются результатами пяти чувств. Так как ум воспринимает мир посредством чувств, существует ли мир в отсутствие ума? Отвечайте (мне).

7. Хотя находящийся перед нами мир и сознание его возникают и прекращаются одновременно, мир познается посредством сознания. Источник, из которого они оба восходят и в который они оба опускаются, всегда сияет без восхода или заката. Он один является Реальностью.

8. В каких бы именах и формах безымянное и бесформенное ни почиталось, здесь лежит путь Его осознания. Осознание своей собственной природы как истины той Реальности и погружение в Неё есть подлинная Реализация. Познайте это.

9. Диады и триады всегда зависят от основного — Единого. Если внутренне видится, что такое Единое, то они исчезают. Лишь увидевшие это увидели Истину. Знайте, что они никогда не будут в смятении.

10. Знание и неведение взаимосвязаны: одно не существует без другого. Исследование, для кого присутствует знание и неведение, и достижение их коренной причины, *Я [Тан]*, это и есть истинное знание.

11. Разве это не неведение — знать всё, кроме всезнающего *Я*? Когда Оно, подпочва и знания и неведения, познано, знание и неведение сами оба исчезают.

12. Истинное знание не является ни знанием, ни неведением. Знание объектов не есть истинное знание. Поскольку истинное *Я* сияет Само по Себе, не имеет второго, чтобы познавать или быть познанным, Оно есть Высочайшее Знание. Познайте, что Оно не есть пустота.

13. Только истинное *Я* [*Тан*] есть знание, только Оно есть Истина. Знание множественности есть неведение, есть ложное знание. Однако неведение не отделено от *Я*, которое есть знание. Разве (золотые) украшения отличаются от золота, которое только и реально?

14. При существовании “я” также существуют “вы” и “он”. Если при исследовании природы “я” оно исчезает, то “вы” и “он” также исчезнут и все воссияет как Единое. Это есть истинная природа человека.

15. Прошлые и будущее зависят от настоящего. Они также есть настоящее, когда они происходят. Существует только настоящее. Попытки познания прошлого и будущего без знания этой истины подобны попыткам вести счёт без использования единицы (счёта).

16. При рассмотрении пространства и времени возникает вопрос, что они представляют собой отдельно от нас? Если мы — суть наши тела, то мы оказываемся вовлечёнными во время и пространство, однако разве мы — тела? Мы одинаковы сейчас, завтра и в любое время, здесь, там и везде. Мы существуем, мы те, кто находится за пределами времени и пространства.

17. Для тех, кто не осознал Себя [*Тан*], а также и для тех, кто осознал, тело есть “Я”. Однако для тех, кто не осознал, “Я” ограничено телом. Для тех же, кто внутри тела осознал Себя, “Я” сияет как безграничное *Я*. Познajte, что такова действительная разница между ними.

18. Мир реален как для тех, кто осознал Себя, так и для тех, кто не осознал. Но для тех, кто не осознал, его реальность ограничена пространственными размерами мира, тогда как для осознавших Реальность бесформенна и сияет как основа мира. Познajte, что таково различие между ними.

19. Споры о том, что же превалирует — судьба или свободная воля, интересуют лишь тех, кто не знает истинного Я, которое есть основание и судьбы и свободной воли. Те, кто осознал это основание, свободны от обеих. Скажите, будут ли они пойманы ими вновь?

20. Без видения Себя видение Бога есть умственный образ. Сказано, что только видение Себя есть видение Бога. Полная утрата эго и видение Себя есть обнаружение Бога, ибо истинное Я, Я ЕСМЬ, есть не что иное, как Бог.

21. Писания заявляют, что видение Себя есть видение Бога. Будучи единым, как человек может видеть собственное Я? Если Себя невозможно увидеть, то как можно увидеть Бога? Быть поглощенным Богом и значит видеть Бога.

22. Может ли ум познать Господа, который посылает Свой свет уму и сияет внутри ума, иначе, нежели обращением ума вовнутрь и сосредоточением его на Господе?

23. (Будучи неодушевленным), это тело не может (само по себе) сказать “Я”. Никто не скажет: “В глубоком сне меня нет”. Когда возникает “я” (как “Я есть тело”), возникает все. Исследуйте проницательным умом, откуда поднимается это “я”.

24. Неодушевленное тело не говорит “Я”. Вечносущствующее Сознание не рождено (а потому не может говорить “Я”). “Я” размером в тело появляется между этими двумя (как “я”). Оно известно как *чит-джада-грантхи* (узел, связывающий вместе сознательное и бессознательное) — зависимость, личное бытие, эю, тонкое тело, *сансара*, ум и т. д. Познайте это.

25. Привязывая себя к форме (т. е. к телу), этот бесформенный призрак — эго, или “я”, — обретает существование. Привязывая себя к форме, он сохраняется. Привяз-

зывая себя к форме, он питается (восприятиями) и растет. Оставляя одну форму, он прикрепляется к другой. Но когда его ищут, он обращается в бегство. Познайте это.

26. Если эго существует, то все существует тоже. Если эго нет — ничто не существует. Действительно, эго — это все. Поэтому исследование того, что эго есть в действительности, предполагает отбрасывание всего. Познайте это.

27. Состояние, в котором “я” не возникает, это состояние бытия ТОГО. Без поиска места, из которого возникает “я”, как достичь угасания себя — не появления “я”? А без такого достижения как человеку пребывать как ТО — в своем истинном состоянии? Отвечайте (мне).

28. Подобно ныряющему в воду за потерянной вещью, человек должен глубоко погрузиться в себя, сдерживая речь и дыхание, с устремленным умом, и найти место, из которого возникает “я”. Познайте это.

29. Поиск источника “я” умом, повернутым вовнутрь, и без произнесения слова “Я” есть действительно путь Знания. Медитация на высказывании “Я не это, Я есть ТО” — помощь в исследовании, но не исследование само.

30. Когда ум, обращенный вовнутрь, вопрошает “Кто я?” и достигает Сердца, “я” (эго) гибнет. Тотчас истинное Я появляется (как “Я—Я”), которое хотя и проявляется как “Я”, есть не эго, но подлинное бытие.

31. Что еще нужно делать тому, кто, уничтожив себя (свое эго), остается погруженным в блаженство истинного Я? Он ничего не сознает, кроме истинного Я. Кто может понять его состояние?

32. Несмотря на то что *Веды* провозглашают: “Ты есть ТО”, сущим слабоумием является отказ от исследования своей природы и пребывания как истинное Я, чтобы

вместо этого\* продолжать мышление: “Я — не это, но — ТО”. Ибо ТО всегда сияет как Я.

33. Нелепо думать: “Я знаю себя” или: “Я не знаю себя”, таким образом допуская наличие двух “Я”, одно из которых является объектом для другого. То, что истинное Я только одно, является всеобщим опытом

34. Не пытаюсь осознать в Сердце ту Реальность, которая является истинной природой всего, и не стараюсь пребывать в Ней, заниматься диспутами, существует эта Реальность или нет, реальна Она или нет, — заблуждение, порожденное неведением

35. Искать и пребывать в том, которое всегда достигнуто, есть (подлинное) достижение. Все другие достижения, такие как *сиддхи* (сверхобычные силы), подобны обретаемым во сне и оказываются нереальными при пробуждении. Могут ли те, кто установился в Реальности и избавился от иллюзий, быть обманутыми ими? Познайте и будьте (Реальностью).

36. Мысль “Я не тело” помогает медитировать: “Я не это: я — ТО” и пребывать как ТО. Но почему следует беспрестанно думать “Я есть ТО”? Разве человеку нужно всегда думать: “Я — человек”? Мы всегда — ТО.

37. Представление “Двойственность при поиске и недвойственность по достижении” неверно. Кто еще един, кроме “десятого”<sup>1</sup>, и в процессе искреннего поиска Себя, и после осознания Себя?

---

\* См. комментарий на с. 432.

<sup>1</sup> Здесь подразумевается традиционная притча о десяти глупцах, которые после переправы через реку стали считать друг друга, чтобы установить все ли достигли берега. Каждый сосчитал девять других и не сосчитал себя. Тогда они решили, что десятый утонул и начали оплакивать его. Прохожий спросил у них что случилось и выслушав объяснения понял их ошибку. Тогда он стал наносить каждому по удару, наказав им считать удары. Таким образом они узнали что десятый среди них.

См.: Шри Рамана Махарши: Весть Истины и Прямой Путь к Себе Л., 1991, с. 81—83.

38. Пока человек чувствует себя делателем, он пожинает плоды своих действий. Но как только посредством исследования “Кто делатель?” он осознаёт Я, чувство делания умирает и утверждается свобода от трех видов кармы<sup>1</sup>. Это есть окончательное Освобождение.

39. Пока сохраняется мысль “Я — связан”, сохраняются мысли об оковах и Освобождении. Когда исследованием “Кто же связан?” осознаётся истинное Я, Оно только и остаётся — всегда достигнутое и вечно свободное. Мысль о рабстве исчезает, поэтому как можно мыслить об Освобождении?

40. Если (для искателей с различной зрелостью ума) сказано, что Освобождение бывает трех видов, с формой, без формы, а также одновременно с ней и без неё, то мы говорим, что Освобождение уничтожает все эти три (вида), а также и эго, которое делает различие между ними.



---

<sup>1</sup> Санчитя, агами и прарабдха.



**Дополнение**  
**к Сорока стихам о Реальности**  
(Улладу Нарпаду Анубандхам)

**Благословение**

1. *ТО, в Котором вся эта вселенная утверждена\*, Которому она принадлежит, из Которого она возникает, для Которого она существует, Которым обретает существование и Которым она действительно является, — ТО есть Само-существующая Реальность, Истина. Нежно возлюбим ТО в Сердце!*

**Текст**

1. *Общением с Мудрыми [дживанмукты] устраняется привязанность (к мирским вещам). После этого исчезают привязанности ума. Устранившие привязанности ума стали едиными с ТЕМ, которое не обладает движением. Они освобождаются даже при жизни. Ищи их общества.*

2. *То Высочайшее Состояние, которое достигается здесь общением с Мудрыми и постоянным обращением ума вовнутрь, не может быть получено от (просто) знающего учителя или пониманием смысла священных текстов, или как награда, или любыми другими средствами.*

---

\* В этой поэме все стихи, заимствованные Бхагаваном (из классических санскритских текстов), выделены курсивом.

3. При общении с Мудрыми нужны ли другие виды практики? Скажи-ка, если с юга дует приятный ветерок, в чем польза веера?

4. Жара спадает при прохладном свете луны, бедность устраняется деревом “исполнения желаний”, а грехи — (омовением) в Ганге. Однако все это исчезает при милостивом даршане (лицезрении) несравненных Мудрецов.

5. Ни святые воды, ни образы богов, сделанные из глины или камня, не могут равняться с теми Великими. Бесконечно долгий путь ведет к чистоте, но знай, что Мудрецы очищают просто взглядом.

6. — Кто есть Бог?  
— Тот, кто познал ум.  
— Мой ум познан мной — (тем), кто есть дух.  
— Тогда ты и есть Бог, ибо сказано в Писании [шрути] “Бог — един”.

7. — Что дает тебе свет?  
— Днём — солнце, ночью — лампа.  
— Каков свет, видящий этот свет?  
— Глаз.  
— Каков свет, освещающий глаз?  
— Интеллект.  
— Что есть то, знающее интеллект?  
— Это — “Я”.  
— Следовательно, ты и есть Свет света.

Когда учитель сказал это, ученик ответил:  
“Воистину, Я есть ТО”.

8. В глубине пещеры Сердца единый Брахман сияет Сам как “Я—Я”, как истинное Я (А т м а н). Обратись к Сердцу ныряя глубоко внутрь посредством Само-иссле-

дования или умирением ума при сдерживании дыхания. Так ты утвердишься в Сердце<sup>1</sup>.

9. *Знай, что осознание незагрязненного, неизменного Я в лотосе Сердца и утверждение в Нем дарует Освобождение уничтожением эго.*

10. Тело инертно и подобно горшку. Поэтому оно не имеет “я-сознания” и, следовательно, не может быть “я” в состоянии глубокого сна, когда в его отсутствие мы продолжаем существовать. Кто же это, создающий чувство “я”? Где он? В пещере Сердца тех, кто таким исследованием осознал себя, вездесущий Аруначала Шива сияет Сам по Себе как сознание “Я—Он”.

11. Родился лишь тот, кто после вопрошания “Где я рожден?” рождается в своем источнике, который суть *Брахман*. Познай, что он рожден навсегда и ежедневно новый. Он — высочайший Мудрец.

12. Оставь идею, что это отвратительное тело есть истинное Я. Осознай вечно блаженное Я. *Пытаться познать Себя, одновременно лелея это призрачное тело, такая же ошибка, как переправляться через реку на крокодиле, принимая его за бревно.*

13. Дары, аскёза [*тапас*], жертвоприношения, праведное поведение [*дхарма*], самоконтроль [*йога*], преданность [*бхакти*] богам, небо (расширение сознания), Мир, Бо-

---

<sup>1</sup> В 1915 году, когда Бхагаван жил в пещере Вирупакша, юный ученик Джагадишвара Шастри, написал на клочке бумаги санскритские слова *хридайя кухара мадхье* (В глубине пещеры Сердца), а затем вышел по какому-то делу. По возвращении он обнаружил к своему удивлению законченный стих на санскрите начинающийся этими словами и узнал что его написал Бхагаван. Позже стих был переведен Бхагаваном на тамили и включен в “Дополнение к Сорока стихам”.

жественная Милость, Тишина, Высочайшее Состояние, Смерть в Бессмертии, Знание, Отречение, Освобождение, Блаженство — знай, что все они — только отказ от сознания “Я-есть-тело”.

14. Исследование того, кто обладает *кармой*, *вибхакти* (недостатком преданности), *вийогой* (отделенностью) и *аджняной* (невежеством), составляет истинный путь *кармы*, *бхакти*, *йоги* и *джняны*. Оставаться как истинное Я, не имеющее указанных недостатков, и без этого, проводящего исследование, — вот действительно истинное состояние.

15. Глупцы, надеющиеся без осознания Силы, которая их оживляет, достичь различных сверхъестественных сил, уподобляются хромоту, сказавшему: “Если я удержусь на ногах, то устою против любого врага”.

16. Покой ума ненарушим в состоянии Освобождения, поэтому как могут те, чьи умы привязаны к сверхъестественным силам, которые не могут быть приобретены без активности ума, достичь блаженства Освобождения, где деятельность ума прекращается?

17. Господь несёт всё бремя мира Псевдо-Я, думающее, что это оно несёт бремя, подобно скульптурной фигуре (в основании башни храма), которой кажется, что именно она несёт (всю тяжесть башни). Чья это ошибка, если едущий на телеге кладёт свой багаж себе на голову — к собственному неудобству — вместо того, чтобы положить на телегу, которая и так везёт его?

18. *Посредине груди, ниже грудной клетки и выше желудка, находятся шесть органов, окрашенных в разные цвета. Из них один, похожий на бутон водяной лилии, расположен на два пальца правее средней линии груди. Это — (Духовное) Сердце.*

19. Он обращён книзу и в нем имеется крошечное отверстие, наполненное крошечной тьмой (невежеством),

желаниями и т. п. Все великие психические каналы тела [нади] зависят от него. Это местобитание жизненных сил [праны], ума и света (сознания).

20. Господь, пребывающий и светящийся в лотосе Сердца, почитаем как Гухеша (Господь Пещеры). Когда после длительных усилий убеждение “Я есть тот Гухеша” становится таким же прочным, как чувство “Я” в твоём теле, и ты станешь этим Господом, невежество в форме мысли “Я — смертное тело” исчезнет, как тьма при восходе солнца.

21. Рама как-то спросил мудреца Васиштху: “Пожалуйста, объясни мне, что это за великое зеркало, в котором отражаются все индивидуальности мира? Что есть сердце всех существ мира?” Тот ответил: “При размышлении об этом появляется знание, что сердце у всех людей в мире — двойное”.

22. “Слушай о признаках этих двух, из которых одно должно быть принято, а другое — отвергнуто. Орган, который называется сердцем и расположен в соответствующем месте груди физического тела, должен быть отвергнут. Сердце, являющееся формой сознания, — то, что должно быть принято. Оно одновременно и внутри и снаружи, однако не имеет ни внутренней, ни внешней стороны”.

23. “Это Сердце — важный (Духовный) центр. Все, что существует, размещено внутри него. Это зеркало всех вещей и вместилище всех богатств. Поэтому говорят, то лишь сознание является Сердцем всех существ. Это отнюдь не малая часть смертного тела, которое бесчувственно подобно камню”.

24. “В соответствии с этим, практика погружения эго в это чистое Сердце, обладающее природой сознания, приводит к успокоению жизненного дыхания [вайю] и скрытых впечатлений ума [васаны]”.

25. *“Посредством постоянной, непрерываемой медитации в Сердце: “То сознание, которое лишено всяких признаков, есть Шива, есть Я” из ума удаляются все привязанности”.*

26. *“Исследовав все разнообразные состояния ума и всегда твёрдо удерживаясь в Сердце за такое высочайшее состояние, которое превыше всяких умственных состояний и свободно от иллюзий, играй свою роль в жизни, как актёр на сцене. О герой! Познав в Сердце то, что лежит в основе всех явлений, никогда не забывай этого. Затем исполняй свою (предназначенную) мирскую роль, действуя так, словно ты привязан к ней”.*

27. *“Изображая усердие и радость, возбуждение и ненависть, инициативу и усилия, играй свою роль в этом мире без внутренней привязанности к ней, о герой! Получив освобождение от всех видов рабства, достигнув уравновешенности в любых ситуациях и совершая внешне действия в соответствии со своей ролью, о герой, исполняй свою мирскую роль так, как тебе это нравится”.*

28. *Тот, кто утвердился в Истине посредством знания А т м а н а и разрушил скрытые впечатления (пяти) органов чувств посредством этого же знания, есть огонь Знания, обладатель молнии Знания, разрушитель времени, герой, поборовший смерть.*

29. *Познай, что вдохновение, разумность и сила самопроизвольно развиваются в тех, кто осознал Истину, подобно тому, как с приходом весны красота и другие достоинства украшают землю.*

30. *Ум, чьи впечатления [васаны] разрушены, не занят деятельностью даже при совершении действий; это подобно тому, как рассеянно, без внимания, слушают рассказ. Ум, заполненный впечатлениями, активен даже в бездействии; это напоминает неподвижно лежащего (спящего), который во сне забирается на гору, а потом падает в пропасть.*

31. Для спящего в телеге её движение, остановка и выпрягание волов — все одно. (Подобным образом) для истинного Мудреца, спящего внутри грубого тела, деятельность, созерцание и сон — (одно и то же).

32. За пределами опыта бодрствования, сна и глубокого сна без сновидений существует состояние бодрственного сна, известного как *турия* (буквально “четвёртое”, что означает трансцендентальный опыт). Только это состояние реально, а остальные три нереальны. Поэтому *турия* сама и есть *туриятита* (состояние за пределами *турий*). Познайте это.

33. *Если говорят, что Мудрец свободен от накопленной кармы прошлых действий [санчита] и возникающей в настоящее время кармы [агами], но подвержен карме, которая должна быть отработана в этой жизни [праарабдха], то это просто отговорка. Знай, что подобно тому, как жёны после смерти мужа не могут остаться не овдовевшими, так и ни одна из этих трех форм кармы не может выжить, когда исчез делатель.*

34. *Жены, дети и другие составляют одну семью неучёного, но знай, что умы учёных содержат несколько “семейств” — книги, теории, мнения, которые служат препятствием в йоге.*

35. В чем польза от учёности для тех, кто не ищет источника своего рождения и не пытается стереть предназначения Судьбы?<sup>1</sup> Они подобны патефону. Скажи мне, Господь Сонагири (Аруначала), чему ещё можно их уподобить?

36. Неучёные избегают несчастной судьбы обретших учёность, но не смирение. Они спасены как от челюстей

---

<sup>1</sup> Это относится к представлению о судьбе человека, написанной на его лбу. Стереть эту запись — значит превзойти судьбу, или карму.

монстра гордости, так и от болезни блуждания мыслей и слов, а также от погони за славой и богатством. Познайте что они избавлены от многих зол.

*37. Можно отвергать все миры и знать назубок все Писания, но тому, кто очарован низкой куртизанкой — лестью, — трудно, увы, освободить себя от рабства.*

38. Кто существует кроме истинного Я? Какое имеет значение — возносят или обвиняют? Не делая различий между собой и другими и без отклонения от своего естественного состояния, следует всегда пребывать как Я.

*39. Всегда сохраняя в Сердце чувство недвойственности, но никогда не выражай его в действии. Сын мой, чувство недвойственности можно применять ко всем трем мирам, но только не к Гуру\*. Познай это.*

40. Я провозглашу подлинную суть выводов всех ведантических текстов. Она в том, что если эго умирает и “Я” становится ТЕМ (Брахманом), то остается только Я, имеющее форму сознания.



---

\* В противном случае ученик перестает быть учеником и не может получать наставления от Гуру. Фактически каждый настоящий *джняни* даже после Само-реализации демонстрирует высочайшее уважение, высочайшее *бхакти* к своему Гуру. Бхагаван Шри Рамана Махарши — наилучший пример этого. См. все Его стихи и гимны, адресованные Аруначале.



## *Раздел второй*

### **ПЯТЬ ГИМНОВ АРУНАЧАЛЕ (Преданность-Знание)**

---

*Пять гимнов Аруначале представляют собой самые ранние поэтические работы Махариши, исключая несколько коротких стихов. Они были написаны около 1914 года, когда Ему было 35 лет (Он родился в декабре 1879 года). Он ещё жил в пещере Вирупакша на Горе. Некоторые Его ученики — садху ежедневно ходили в город Тируваннамалай за пищей, собираемой как подаяние. Они попросили Его написать для них песню, чтобы они могли петь её по дороге. Сначала Махариши отказывался, заметив, что есть уже много песен, написанных древними шиваитскими мудрецами. Однако они продолжали просить, и Он начал сочинять песню с припевом, повторяемым после каждого куплета. Однажды Он направился на прогулку вокруг горы. Паланисвами шел позади Него. Спустя некоторое время Айясвами отозвал Паланисвами назад и дал ему бумагу и карандаш, сказав: “Вот уже некоторое время Свами ежедневно сочиняет строфу поэмы он может и сегодня заняться этим, так что тебе лучше иметь с собой бумагу и карандаш”. В тот же день Шри Бхагаван практически закончил “Свадебную гирлянду посланий”. Она в пылких символах говорит о любви и союзе между человеческой душой и Богом и находится в одном ряду с наиболее трогательными творениями мировой поэзии. Хотя сам написавший эти послания утвердился в Блаженстве нерасторжимого Единства, они написаны ради преданных последователей и выражают страстную позицию души, ещё стремящейся к цели.*

*Вторая третья и четвертая поэмы были написаны примерно в то же время и с той же позиции. Эти гимны*

Махарши проникнуты сильной эмоцией, выражающей состояние преданности и устремления, тогда как более поздние его поэмы носят скорее характер изложения доктрины. “Одиннадцать строф” и “Восемь строф” — это единственные гимны Махарши, которые были написаны совершенно непосредственно, без чьей-либо просьбы. Он сам говорит об этом так:

“Единственные поэмы, что пришли ко мне самопроизвольно и заставили меня, сами по себе, записать их без чьего бы то ни было побуждения, это “Одиннадцать строф Шри Аруначале” и “Восемь строф Шри Аруначале”. Вступительные слова “Одиннадцати строф” пришли ко мне однажды утром, и хотя я пытался избавиться от них, говоря: “Что же мне делать с этими словами?”, они не уходили, пока я не стал сочинять на них песню; остальные слова первого стиха текли легко, без всяких усилий. Остающиеся строфы, за исключением двух, были сочинены тем же путем.

Немного спустя пришел Нараяна Редди. Он в это время жил в Веллоре в качестве агента фирмы Зингер и время от времени посещал нас. Айясвами и Палани рассказали ему о поэмах, и он сказал: “Дайте их мне, и я их напечатаю”. Он уже опубликовал к этому времени несколько книг. Когда он стал настаивать на том, чтобы взять стихи, я согласился на публикацию первых одиннадцати стихов в форме поэмы; остальные стихи были написаны в другом размере, и их надо было опубликовать отдельно. Я тут же написал еще два стиха, и он взял все девятнадцать строф, чтобы опубликовать их<sup>1</sup>”.

Пятый гимн, Аруначала Панчаратнам, существенно отличается от первых четырёх. Известный поэт, писавший на санскрите, Кавьякантха Ганапати Муни, кото-

---

<sup>1</sup> См. Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь. СПб., 1995, с. 251—253.

рый был последователем Бхагавана, попросил Его написать поэму на санскрите. Бхагаван, смеясь, ответил, что одинаково плохо знает санскритские и несанскритские размеры. Ганапати Муни, однако, показал Ему размер и повторил свою просьбу. Бхагаван написал поэму, состоящую из пяти строф (две — в этот же вечер и три — на следующий день). Все они были написаны на безукоризненном санскрите. В гимне говорится о различных путях Реализации в сокровенной форме, и поэтому в перевод был включен комментарий. Этот гимн исполняется ежедневно во время Веда-парайяны.

Следует понимать, что во всех этих гимнах слово “Аруначала” означает Бога, и не менее того. Это слово в обычном смысле является названием горы в Южной Индии, где Бог специально открывался Махарии и Его ученикам. С древних времен различные духовные центры в Индии представляли различные духовные пути и доктрины; Аруначала представляла среди них доктрину адвайты и путь Само-исследования, поиска истинного Я. Путь, который рекомендует эта доктрина, является высшим и кратчайшим, однако на протяжении веков она не пользовалась большой популярностью, так как слишком сурова и трудна для большинства людей. Махарии достиг Реализации через самопроизвольный акт Само-исследования, не имея Гуру в человеческой форме. Махарии согласен со всеми другими Учителями в том, что Гуру необходим, добавляя, однако, что Гуру не обязательно должен иметь человеческую форму. Когда Он юношей оставил дом, будучи уже Мудрецом, Аруначала влекла Его, как мощный магнит. Он пошел прямо туда и оставался там всю жизнь. Именно Аруначалу Он рассматривал как своего Гуру, и эти гимны адресованы Аруначале, Гуру, Богу Проявленному, Абсолюту.

Могущественной Милостью Бхагавана Шри Раманы Махарии путь Само-исследования сделан доступным мужчинам и женщинам этого века, он представлен в виде нового Пути, которому можно следовать анонимно в условиях современного мира, без любых обрядов и ритуалов, внешне ничем не отличаясь от окружающих. Создание

нового пути, удовлетворяющего запросы века, сделало Аруначалу духовным центром всего мира. Сейчас как никогда, после того как Он оставил свое физическое тело и стал единым с Аруначалой, Милость и Руководство, которые исходят от Него к тем, кто обратился к Нему и ищет Его помощи, сконцентрированы у Аруначалы. Это святое место, и оно притягивает многих: тех, кто были учениками Махариши при Его жизни, и тех, кто стали ими позже.

Прежде чем перейти к гимнам, мы сначала публикуем стих, который Бхагаван посвятил Шри Ганеше как богу-покровителю, поддерживающему поэтов. Далее идёт стих, который написал Шри Муруганар о значении Аруначалы, и стих Бхагавана о значении сигнального огня, возжигаемого ежегодно на её вершине в праздник Дипам. После этого дана выдержка из Сканды Пураны в прославление Аруначалы, которую Шри Бхагаван перевёл на тамили в стихах. Только после этого следуют пять гимнов.

## ПОСВЯЩЕНИЕ ШРИ ГАНЕШЕ

Однажды в 1912 году в пещеру Вирупакиша пришел горшечник и принёс изготовленное им изображение Шри Ганеши, которое подарил Бхагавану. Один ученик предложил написать по этому поводу стихотворение, и Бхагаван написал следующее:

Родителя Своего Ты сделал нищим,  
Потом ребенком Ты везде скитался,  
Чтоб напитать Свою обширную утробу  
Я тоже как ребенок.  
О Божественное дитя, стоящее в этой нише!  
Остается ли Твое сердце каменным,  
Когда Ты видишь того, кто родился после тебя?  
Я умоляю Тебя взглянуть на меня!

## ЗНАЧЕНИЕ АРУНАЧАЛЫ

Внезапное появление сияющей колонны Аннамала<sup>1</sup>  
Перед Брахмой и Вишну  
И их неспособность познать ее  
Есть символ *спхураны* Сердечного Центра  
Как действительного Источника интеллекта и эго.

## ЗНАЧЕНИЕ СИГНАЛЬНОГО ОГНЯ

Освобождение от мысли “Я есть тело”  
И погружение ума в Сердце для осознания истинного Я  
Как недвойственного Бытия и Света всего\*  
Является истинным смыслом *даршана* сигнального огня,  
Возжигаемого на Аннамалае —  
Центре вселенной.

ШРИ АРУНАЧАЛА МАХАТМИЯ<sup>2</sup>  
(Прославление Аруначалы)

Нанди<sup>3</sup> сказал:  
“Это святое место! Из всех святынь Аруначала  
самая святая!  
Это сердце мира!  
Познай же, что она — сокровенный и святой  
Сердечный Центр Шивы!  
Именно здесь Он пребывает вечно  
Как славная Гора Аруны!”

День, в который древний и чудотворный лингам Аруначалы появился перед Брахмой, отмечен появлением созвездия Ардры в месяц *Маргажи*. А день, в который Вишну и другие божества поклонялись Господу в форме света, называется *Махашиваратри*.

---

<sup>1</sup> Аннамалай — другое (тамильское) имя Аруначалы.

\* То есть Бога души и мира.

<sup>2</sup> Выдержки из *Сканда Пураны*.

<sup>3</sup> Нанди — наиболее преданный поклонник Шивы, всегда пребывающий перед ним.

Шива сказал:

“Хотя Моя действительная сущность — огненность,  
Это Мое не столь сверкающее проявление в виде горы  
Есть следствие Милости и любовной заботы  
о поддержании мира.

Здесь Я пребываю как великий Единый [*сиддха*].  
Помни, что внутри Моего Сердца  
есть трансцендентальная слава.

Вмещающая также все радости мира.  
Эта славная Аруначала такова, что одного взгляда на нее  
Достаточно, чтобы устранить все пороки,  
Которые дробят Бытие  
В множество эго и конечные миры.

То, что не может быть приобретено без бесконечных  
усилий — истинный смысл Веданты,  
Легко постигается всеми,  
Кто может непосредственно взглянуть на эту Гору  
Или даже думать о ней издалека.  
Я установил, что присутствия внутри круга  
Радиусом в три *йоджаны*<sup>1</sup> около этой горы  
Достаточно, чтобы сжечь все недостатки  
И достичь союза с Высочайшим  
(Даже при отсутствии посвящения)”.

Дэви сказала:

“Здесь всегда пребывают благочестивые поклонники.  
Делающие же зло другим  
здесь воспримут это зло сами и погибнут.  
В мгновение ока здесь нечестивцы  
будут лишены способности делать зло.  
Не попадайте же в пламя гнева Господа Аруначалы,  
Принявшею форму горы огня”.



---

<sup>1</sup> *Йоджана* — 10 миль.

## Свадебная гирлянда посланий Аруначале (Аруначала Акшара Мана Малай)

*Эта радостная Свадебная гирлянда посланий, напоминающая сияние лучей восходящего солнца, была пропета великим мудрецом Раманой, океаном сострадания, с целью устранения заблуждений учеников, искавших Его Милости. Те, кто считает Аруначалу своим единственным прибежищем, осознают внутри себя, что они есть Аруначала и будут царствовать в мире Шивы<sup>\*1</sup>.*

### Благословение

Славный Ганапати!<sup>2</sup> Твоей (любящей) рукой благослови меня, чтобы эта свадебная гирлянда посланий была достойной Шри Аруначалы, Жениха!

---

<sup>\*</sup> Поэма — гирлянда любовных Посланий, которую юная невеста, душа, хочет подарить своему возлюбленному Жениху — Богу, Аруначале — в день Свадьбы. Перевод поэмы выполнен с использованием английских переводов, содержащихся в [6, 11, 18, 22]. Глубже прочувствовать аромат поэмы, написанной языком мистицизма свадьбы, должен помочь комментарий к ней, основанный на комментариях [11, 22]; см. с. 437—450.

<sup>1</sup> Этот абзац сочинил Шри Муруганар.

<sup>2</sup> Другое имя Шри Ганеши.

**Рефрен**

Аруначала Шива! Аруначала Шива!  
Аруначала Шива! Аруначала!  
Аруначала Шива! Аруначала Шива!  
Аруначала Шива! Аруначала!

1. О Аруначала! Ты искореняешь эго у тех, кто думает: “Я есть, воистину, Аруначала!”

2. Да будем Ты и я едины и неразделимы, как Алагу и Сундарам<sup>1</sup>, о Аруначала!

3. Войдя в мой дом и заманив меня (к Себе), почему Ты держишь меня в заточении в пещере Твоего Сердца, о Аруначала?

4. Для Твоего ли удовольствия или ради меня Ты похитил меня? Если сейчас Ты отвернёшься от меня, то весь мир будет порицать Тебя, о Аруначала!

5. Избегни же этого обвинения! Почему Ты тогда заставляешь меня тосковать по Тебе? Как я могу теперь оставить Тебя, о Аруначала!

6. Ты гораздо добрее, чем родная мать. И это тогда Твоя любовь, о Аруначала?

7. Постоянно пребывай в моем уме, чтобы он не мог ускользнуть, обманывая Тебя, о Аруначала!

8. Яви Твою красоту, чтобы этот изменчивый ум всегда видел Тебя и покоился (в Тишине), о Аруначала!

9. Если сейчас Ты не обнимешь меня, уничтожая моё девичество, то где же тогда Твоя мужественность, о Аруначала?

10. Разве можешь Ты спать, когда другие уводят меня от Тебя? Разве это Тебе к лицу, о Аруначала?

---

<sup>1</sup> Тамильское слово “алагу” и санскритское “сундара” имеют одинаковый смысл — “красота”. Алага и Сундара — это также имена матери и отца Шри Раманы.



11. Когда воры, пять чувств, вторгаются в моё сердце, разве Тебя нет в нём, о Аруначала?

12. Ты — один ЕСТЬ, без второго; кто же тогда может проникнуть ко мне, кроме Тебя? Это действительно Твое плутовство, о Аруначала!

13. Сущность *ОМ*, несравнимый, непревзойденный, кто может постичь Тебя, о Аруначала?

14. Это Твой долг, как Матери, давать мне Свою Любовь и заботиться обо мне, о Аруначала!

15. Ты ЕСТЬ Глаз глаза! Кто может увидеть Тебя, видящего без глаз? Взгляни на меня, о Аруначала!

16. Как магнит притягивает железо, так Ты должен привлечь меня и быть единым со мной, о Аруначала!

17. Океан сострадания, принявший форму Горы, будь милостив ко мне, о Аруначала!

18. Жемчужина света, сияющая внизу, вверху и везде! Уничтожь низость в моём сердце, о Аруначала!

19. Сияя как форма моего Гуру, полностью уничтожь мои грехи и заботься обо мне, о Аруначала!

20. Спаси меня от острых силков жестоких обманщиков, дай мне Твою Милость и будь единым со мной, о Аруначала!

21. Хотя я прошу, но Ты бессердечен и не делаешь снисхождения. Я молю Тебя сказать мне: “Не бойся!”, о Аруначала!

22. Не будучи просим, Ты — Даятель; Это — Твоя непреходящая слава. Не противоречь Своему имени, о Аруначала!

23. Сладкий плод в моих руках, позволь мне обезуметь от экстаза, упиваясь Блаженством Твоей сущности, о Аруначала!

24. Как могу я выжить, обнявшая Тебя, прославленного убиением своих преданных, о Аруначала!

25. Ты, безгневный по природе! Какое преступление я совершила (что могла разгневать Тебя), о Аруначала?

26. Чудесная Гора Любви, прославленная Гаутамой<sup>1</sup>, направь на меня Твой милостивый взгляд и спаси, о Аруначала!

27. Ослепительное Солнце, которое поглощает всю Вселенную Своими лучами! Открой лотос моего Сердца, о Аруначала!

28. Позволь мне, Твоей добыче, предаться Тебе, поглощаться Тобой, так обрести Мир, о Аруначала!

29. О Луна Милости, Твоими (холодными) лучами, словно руками, открой (внутри меня) источник нектара, и пусть мое сердце радуется, о Аруначала!

30. Удали мои одежды, обнажи и затем облачи меня в Твою любящую Милость, о Аруначала!

31. Чтобы разлилось море радости, речь и чувства исчезли, оставайся тут (в моём Сердце), о Аруначала!

32. Перестань испытывать меня и вводить в заблуждение; яви вместо этого Твою светящуюся форму, о Аруначала!

33. Удостой видения Твоей подлинной природы, чтобы я могла избежать обманчивого мирского знания, о Аруначала!

34. Если Ты не соединишься со мной, я утону в слезах отчаяния, о Аруначала!

---

<sup>1</sup> Имеется в виду не Будда, а индусский Мудрец, жившим на Аруначале.

\* Считается, что Гаутама, упоминаемый здесь, жил также и в Тиручули — месте, где родился Бхагаван Шри Рамана.

35. Если Ты скажешь: “Нет” и презрительно оттолкнёшь меня, *праабдха* будет жечь меня<sup>1</sup>. На что мне тогда надеяться, о Аруначала?

36. В Тишине Ты говоришь. “Пребывай в Молчании!” и Сам стоишь безмолвен, о Аруначала!<sup>2</sup>

37. Если я сплю в совершенной тишине, наслаждаясь блаженством Бытия, то какое ещё спасение есть, скажи, о Аруначала!

38. Ты показал Свою доблесть, и поскольку неведение уничтожено, Ты остаёшься неподвижен, о Аруначала!

39. (Собака может учуять своего хозяина); чем я хуже собаки? Постоянно буду искать Тебя и достигну Тебя, о Аруначала!

40. Одари меня мудростью, молю Тебя, чтобы я перестала чахнуть из-за любви к Тебе, пребывая в неведении, о Аруначала!

41. (Лотос распускается в солнечном свете); как можешь Ты, Солнце солнц, летать вокруг меня, подобно цветочной пчеле, говоря: “Бутон ещё не открылся”, о Аруначала?

42. Хотя не знаю Первопричины, но Ты стал достижим. Что за милостивая Первопричина, о Аруначала!

43. Открой Своей собственной природой, что каждый есть Сама Реальность, о Аруначала!<sup>1</sup>

44. “Обратись вовнутрь и непрерывно ищи Себя внутренним глазом. Тогда *Я* будет найдено”. Так Ты нацелил меня, о Аруначала!

---

<sup>1</sup> *Праабдха* — часть судьбы, зависящая от прошлых действий (*кармы*), которая приносит плоды в настоящей жизни.

<sup>2</sup> Молчание — это высочайшая и наиболее совершенная форма наставления, которое может дать Гуру. По своей природе оно наиболее близко к существу цели такого наставления, которой является осознание учеником невыразимого и непередаваемого словами Абсолюта.

45. Разыскивая Тебя в бесконечном Я, я снова обретаю Себя, о Аруначала!

46. Какова ценность этого рождения без чистого Знания? Приди и наполни им, о Аруначала!

47. Будь милостив и позволь мне погрузиться в Твою истинную форму, где пребывают только чистые умом и речью, о Аруначала!

48. Когда я нашла убежище у Тебя как у моего единственного Бога, Ты разрушил меня целиком, о Аруначала!

49. Сокровище великодушия и святой Милости, пришедшее ко мне без поиска, покончи с замешательством моего ума, о Аруначала!

50. В смелом поиске Твоей истинной природы моя лодка опрокинулась, и я тону. Пощади меня, о Аруначала!

51. Если Ты не коснёшься меня рукой Твоей Милости и не обнимешь, я погибну. Будь сострадателен, о Аруначала!

52. О Неосквернённый, соединишь со мной в сердце, чтобы там вечно пребывала только радость, о Аруначала!

53. Не смейся надо мной, ищущей Тебя! Будь справедлив и укрась орнаментом Твоей Милости, а потом взгляни, о Аруначала!

54. Когда я добровольно приблизилась, чтобы стать единой с Тобой, Ты стоял словно столб. И Тебе не стыдно, о Аруначала!

55. Прелей дождь Своей Милости, прежде чем Твоё пламя сожжёт меня, превращая в пепел, о Аруначала!

56. Крепко обними меня, так, чтобы разделение “Я — Ты” исчезло, дай мне состояние вечной радости, о Аруначала!

57. Когда же волны моих мыслей исчезнут, чтобы я могла соединиться с Твоим тонким бытием в эфире Сердца, о Аруначала?!

58. Даруй Твою Милость мне, неразумной, даже не знающей Писаний, уничтожая моё ошибочное понимание, о Аруначала!

59. Когда я растаяла и слилась с Тобой, моё Прибежище, Ты Сам стоял обнажённым, о Аруначала!

60. Пробудивший во мне, не любившей Тебя, страсть к Тебе, пожалуйста, не обмани меня, о Аруначала!

61. Перезревший и гнилой плод бесполезен; ешь и наслаждайся им в его спелости, о Аруначала!

62. Не Ты ли безболезненно взял меня, отдавая Себя (ибо моя индивидуальность утрачена)? Ты поистине — смерть для меня, о Аруначала!

63. Взгляни на меня! Подумай обо мне! Коснись меня!<sup>1</sup> Доведи до зрелости! Сделай меня единой с Тобой, о Аруначала!

64. Пусть Твоя Милость пропитает меня, прежде чем яд *майи* завладеет мной и, достигнув головы, убьёт меня, о Аруначала!

65. Милостиво взгляни на меня и рассея иллюзию! Если не Ты, то кто ещё заступится за меня, о Аруначала?

66. Безумием ради Тебя Ты освободил меня от безумия (мира); даруй мне теперь лекарство от всякого безумия, о Аруначала!

67. Бесстрашно я ищу Тебя, Само Бесстрашие! Почему же Ты боишься взять меня, о Аруначала!

68. Где есть неведение и где Мудрость, скажи, если Ты милостиво обнимаешь меня, о Аруначала!

69. Полностью возьми меня, молю Тебя, и пусть этот ум, сейчас отданный миру, сочетается с Полнотой, о Аруначала!

---

<sup>1</sup> Эти призывы относятся соответственно к трем видам посвящения взглядом, мыслью и прикосновением.

70. Когда я просто подумала о Твоем имени, Ты схватил и притянул меня к Себе. Кто может измерить Твое Величие, о Аруначала!

71. Ты овладел мной, неизгоняемый дух, и свел с ума (по Тебе), так что я могу перестать быть душой, блуждающей в мире, о Аруначала!

72. Будь Ты моей опорой и поддержкой, чтобы я не сникла, беспомощная, словно нежное ползучее растение, о Аруначала!

73. Ты парализуешь мои способности чарующим порошком<sup>1</sup>, затем крадешь у меня разум и открываешь знание Твоего Я, о Аруначала!

74. Покажи мне битву Твоей Милости в Открытом Поле, где нет ни приходящих, ни уходящих, о Аруначала!

75. Избавленной от привязанности к физическому телу, составленному из (пяти) элементов, позволь мне всегда созерцать Твое Величие и быть единой с ним посредством Твоей Милости, о Аруначала!

76. Ты дал мне лекарство от заблуждения, так почему я должна оставаться обманутой? Будь сияющим как милостивая Гора-лекарство, о Аруначала!

77. Уничтожая эго тех, кто приходит к Тебе с привязанностью, Ты сияешь самоотверженно, без тщеславия, о Аруначала!

78. Я — неразумная, которая молится только подавленная страданием. Однако не оставляй меня, о Аруначала!

79. Защити меня, чтобы я не напоминала корабль без рулевого, швыряемый штормом, о Аруначала!

---

<sup>1</sup> Здесь ссылка на блуждающих аскетов таинственно похищающих детей в ученики, чаруя их щепоткой священного пепла.

80. Ты разрубил узел, который скрывал Тебя (неограниченное Я). Подобно матери, не должен ли Ты завершить Твою задачу, о Аруначала?<sup>1</sup>

81. Не будь зеркалом, отражающим мои уродства, но подними (из глубины моего падения) и обними, о Аруначала!

82. На ложе из нежных цветов ума, во внутренней святыне тела, сольёмся в одно истинное бытие, о Аруначала!

83. Как случилось, что Ты прославился Своим постоянным союзом с бедными и смиренными, о Аруначала?

84. Ты снял слепоту неведения мазью Твоей Милости и сделал меня воистину Твоей, о Аруначала!

85. Ты начисто обрил мою голову и стал танцевать в Открытом Пространстве моего Сердца. Что за чудо, о Аруначала!

86. Удаляя мою обманчивую привязанность (к объектам чувств), Ты привязал меня к Себе, но почему Ты не удалил эту привязанность, о Аруначала?

87. Истинная ли это Тишина — покоиться, подобно камню, инертному и безответному, о Аруначала?

88. Кто был тот, кто забил мне рот грязью и лишил меня средств к существованию, о Аруначала?<sup>2</sup>

89. Кто был тот, никому не ведомый, притупивший мой ум и похитивший мои чувства, о Аруначала?

90. Я сказала это Тебе, потому что Ты — мой возлюбленный. Не обижайся, но приди и дай мне счастье, о Аруначала!

---

<sup>1</sup> Разрушение узла, привязывающего человека к иллюзии, соответствует достижению *нирвикальпа самадхи*; завершение задачи отвечает состоянию *сахаджа самадхи*.

<sup>2</sup> Более глубокий смысл: “Кто был тот, кто индивидуализировал меня и лишил моего совершенного Бытия?”.

91. Насладимся друг другом в Доме Чистого Пространства, где нет ни дня, ни ночи, о Аруначала!<sup>1</sup>

92. Избрав меня целью, Ты выпустил стрелу Милости, а теперь живьём поглощаешь меня, о Аруначала!

93. Ты — высочайшее приобретение, а я — ничто и в этом и в другом мирах. Что же Ты, бесконечность, приобрёл с приобретением меня, нуля, о Аруначала?

94. Не Ты ли просил меня прийти? Я пришла. Теперь отмерь мне (мое содержание). Тяжела же Твоя участь, о Аруначала!

95. В тот момент, когда Ты призвал меня, вошёл в моё Сердце и даровал Свою Жизнь, я утратила мою индивидуальность. Такова Твоя Милость, о Аруначала!

96. Благослови меня, чтобы, умирая, я вспоминала Тебя, иначе несчастье — (моя судьба), о Аруначала!

97. Тайком вытаскивая меня из моего дома, Ты вошёл в мое сердце и мало-помалу открыл его как Твой дом, о Аруначала!

98. Я выдала Твои (тайные) действия. Не обижайся! Покажи сейчас открыто Твою Милость и спаси меня, о Аруначала!

99. Милостиво даруй мне сущность *Вед*, сияющую в Веданте как Один-без-второго, о Аруначала!

100. Даже мои наветы трактуй как хвалу, возьми меня под защиту Твоей Милости и не отвергай, молю, о Аруначала!

101. Так же как снег — в воде, пусть я как любовь растворюсь в Тебе, Кто есть сама Любовь, о Аруначала!

---

<sup>1</sup> Намёк на “пещеру Сердца”, находящуюся за пределами времени и пространства.



102. Я подумала о Тебе как Аруначале, и Ты поймал меня в ловушку Твоей Милости! Может ли сеть Твоей Милости когда-либо ослабеть, о Аруначала?

103. Решив заманить меня, Ты, как паук, разбросал Свою сеть Милости, обвинил меня и, заточив, поглощаешь, о Аруначала!

104. Пусть я буду предана почитателям тех, кто с любовью слышит Твое имя, о Аруначала!

105. Вечно сияй как любящий Спаситель беспомощных просителей, подобных мне, о Аруначала!

106. Ты слышишь сладкие песни тех, кто без остатка растворился в любви к Тебе; услышь и мои убогие стихи, о Аруначала!

107. Гора Терпения, вытерпи мои посредственные стихи, принимая их как изящные восхваления. Да будет воля Твоя, о Аруначала!

108. О Аруначала! Мой Любящий Господь! Брось Твою гирлянду на мои плечи и укрась Себя этой моей гирляндой, о Аруначала!

### ***Благословение***

Будь благословен, Аруначала!  
Будьте благословенны Его почитатели!  
Да будет благословенна  
эта Свадебная Гирлянда Посланий!



**Ожерелье**  
**из девяти драгоценностей**  
**Аруначале**  
*(Аруначала Наваamani Малай)*

1. Во дворце (Чидамбарама) Шива, хотя и неподвижный по природе, танцует (в восторге ) перед Своей Шакти, стоящей в безмолвии. Знай, что в Аруначале Он стоит, исполненный торжественности, а Она скрывается в Его Неподвижном Я.

2. “А”, “Ру”, “На” означают *Сат*, *Чит* и *Ананда* (Бытие, Сознание и Блаженство), или Высочайшее Я, индивидуальное “я” и их единство, как единый Абсолют, выраженный в *махавакье*<sup>1</sup> “Ты есть ТО”, “Ачала” — означает Совершенство. Итак, почитай Аруначалу, сияющего золотой славой. Простое памятование о Нем обеспечивает Освобождение.

3. Те, кто обрёл убежище у лотоса Стоп Высочайшего Господа Милости, правящего на Аруначале, — их умы освобождаются от привязанности к деньгам, собственности, родственникам, касте и пр.<sup>2</sup>, очищаясь поиском Твоей Благотворной Милости, — избавляют себя от (несчастья) невежества и в неизменном свете Твоей всезащищающей Ми-

---

<sup>1</sup> *Вакья* — изречение *Вед*; четыре великих изречения [*махавакьи*] выделены особо, одно из них — *Тат Твам Аси*.

<sup>2</sup> То есть четыре стадии жизни [*ашрамы*].

лости, сияющей подобно золотым лучам восходящего Солнца, пребывают счастливыми, погруженными в Океан Блаженства.

4. Аннамалай!<sup>1</sup> Не подумай позволить мне зачахнуть с умом, не исполненным Тобой (ибо Ты — всегда в моем уме), я не должен обратиться в прах, ошибочно принимая это гнусное тело за Я. Обрати ко мне Твой снисходительный и освежающий взгляд, Глаз моих глаз! Не обмани моих надежд, Господь, Кто есть Само Сознание, ни мужчина, ни женщина. Ты живи в моем Сердце!

5. Господь! Ты, кто есть Само Сознание, царствующее на величественной Сопагири<sup>2</sup>, прости все тяжелые заблуждения этого бедного “я” и Твоим Милостивым Взглядом, благотворным, как дождевая туча, снова спаси меня от гибели в этой унылой пустыне, иначе я не смогу перейти этот зловещий поток всеобщего проявления. (Ты — Всеобщая Мать)<sup>3</sup>; что может сравниться с материнской заботой о своем дитяти?

6. “Убийца Камы”<sup>4</sup> — так называют Тебя Твои почитатели Господь Аруначала! Сомневаюсь, подходит ли Тебе этот титул. Если он подходящий, то как может Кама, пусть даже мощный, невидимый, непрекращающийся, смелый и доблестный, прокрадываться в ум, нашедший убежище у Стоп Того, Кто его Убийца?

7. О Аруначала! Как только Ты позвал меня, мои тело и душа стали Твоими. Что я ещё могу желать? Ты есть одновременно достоинство и недостаток, о Жизнь моя! Я не могу думать о них вне Тебя! Делай, что хочешь, мой Возлюбленный, только пожалуй мне все возрастающую любовь к Твоим Стопам!

---

<sup>1</sup> Аруначала.

<sup>2</sup> Аруначала.

<sup>3</sup> Ср. “Свадебная гирлянда посланий”, 14.

<sup>4</sup> Кама — Амур; его искушение Шивы, пребывавшего в *танасе*, закончилось тем, что Шива испепелил Каму гневным взглядом третьего глаза. Из сострадания к его безутешной вдове, Рати, Шива даровал Каме существование в тонком теле.

8. Чтобы избавить меня, рождённого от добродетельных Сундара и Сундари в святом месте Тиручули, у Бхуминатешвары, от страданий жалкой мирской жизни, Он поднял меня до Своего состояния. Теперь Его Сердце может возрадоваться, неизменно присутствующий Шива сиять и далее, а истинное *Я* — расцвести! Таков Аруначала, знаменитый во всей вселенной!

9. Рождая и направляя меня в мир в форме моих отца и матери, Ты пребывал в моем уме, и прежде, чем я упал в глубокое море *джаганмайи*<sup>1</sup> и был утоплен, Ты привлек меня к Себе, Аруначала, Само Сознание, — таково чудо Твоей Милости!



---

<sup>1</sup> *Джаганмайя* — всеобщая иллюзия.

## Одиннадцать строф Аруначале (Аруначала Патикам)

1. Теперь, когда Ты призвал меня по Своей Милости, что случится со мной, если Ты не проявишь Себя мне и я, тоскующий по Тебе и изведенный темнотой мира, погибну? О Любовь в форме Аруначалы, может ли лотос цвести без солнечных лучей? Ты — Солнце солнц! Ты — источник изобилия Милости, льющийся как поток!

2. Аруначала! Ты — сама Милость! Однажды призвав меня, хотя я и не любил, как можешь Ты теперь допустить мою гибель и не наполнить меня Любовью, чтобы я непрерывно страдал о Тебе и таял, подобно воску над огнем? О Нектар, изливающийся в сердце поклоняющихся, Приют моего прибежища! Пусть Твое удовольствие будет моим, ибо это путь моей радости, о Господь моей жизни!

3. Поймав меня на удочку Твоей Милости, хотя я не имел даже смутной мысли о Тебе, Ты решил уничтожить меня раз и навсегда. В чем мое преступление, что Ты бросил меня на полдороге?<sup>1</sup> Почему Ты мучаешь меня так, сохраняя во взвешенном состоянии между жизнью и смертью? О Аруначала! Осуществи Твое желание и живи вечно, только Ты, О Господь!

---

<sup>1</sup> *Альтернатива:* Какой *танас* (незаконченный в предшествующих рождениях) завоевал Твое особое расположение? Что еще осталось мне приобрести или исполнить?

4. В чем польза Тебе вырвать именно меня из борющихся в *сансаре*<sup>1</sup>, спасти моё беспомощное “я” от гибели, держать меня у Своих Стоп? Господь Океана Милости! Даже мысль о Тебе стыдит меня. (Долгой) жизни Тебе! О Аруначала, позволь мне в молитве склонить перед Тобой голову и почитать Тебя!

5. Господь! Ты захватил меня украдкой и все эти дни держишь у Своих Стоп! При вопросе о Твоей Природе<sup>2</sup> Ты заставляешь меня стоять, повесив голову, бессловесным, словно отражение. Господь! Соблаговоли помочь мне, изможденному, борющемуся, как олень в западне. Господь Аруначала! Какова Твоя воля? (Однако) кто я такой, чтобы понять Тебя?

6. Господь моей жизни! Я вечно у Твоих Стоп, словно лягушка, которая цепляется за стебель лотоса; сделай меня медоносной пчелой, собирающей сладкий мед Чистого Сознания (с цветка Сердца), после этого я должен достичь Освобождения. Если же я, ухватившийся за лотос Твоих Стоп, погибну, то это будет позором для Тебя, о Пылающий Столп Света, именуемый Аруначала! О (широкое) Пространство Милости, более тонкое, чем эфир!

7. О Чистое Единство! Если пять элементов, живые существа и все проявленное есть не что иное, как Твой всеобъемлющий Свет то как тогда могу я (сам) быть отделенным от Тебя? Поскольку Ты — светящееся в Сердце, единое Пространство без двойственности, то как могу я стать отдельным? Яви Себя, выращивающим Лотосы Твоих Стоп на голове моего всплывающего эго.

8. Ты утаил от меня все знание постепенных достижений в миру и дал успокоение, такая забота — действительно счастье и безболезненна для каждого, ибо умереть для

---

<sup>1</sup> *Сансара* — всеобщий поток проявления.

<sup>2</sup> *Альтернатива*: При вопросе о Твоей природе Ты заставляешь меня оставаться в напряжении подобно натянутому луку.

мира — воистину славно<sup>1</sup>. Пожалуй мне расточительность и безумие (в Любви к Тебе) — наилучшее средство пребывать у Твоих Стоп!

9. О Превосходящий! Я — первый из тех, кто не имеет высшей Мудрости припасть к Твоим Стопам свободным от привязанности. Распорядись, чтобы моя ноша превратилась в Твою и свобода моей воли изгладилась, ибо, воистину, что может быть ношей для Тебя — Поддерживающего вселенную? Высочайший Господь! У меня достаточно плодов несения (бремени) этого мира на моей голове, отделенной от Тебя Аруначала, Высочайшее Я! Не думай более держать меня на расстоянии от Твоих Стоп!

10. Я увидел нечто новое! Эта Гора, Путеводный камень живущих, задерживает движения всякого, кто только подумает о Нем, становится с Ним лицом к лицу, неподвижный, как Он, чтобы питать свою душу, созревшую таким образом. Что удивительнее этого? О души, остерегайтесь Его и живите!<sup>2</sup> Таков разрушитель живых — Великолепный Аруначала, который сияет внутри Сердца!

11. Много ли разрушенных, подобно мне, размышлением об этой Горе как о Высочайшем?<sup>3</sup> О люди, которые, испытав в этой жизни сильные страдания, ищут средства отказаться от тела, есть на земле редкое лекарство, которое, в действительности не убивая, уничтожит каждого, кто о нём подумает. Знайте, что Оно — не что иное, как этот Аруначала!



---

<sup>1</sup> *Альтернатива:* Ты лишил меня способности зарабатывать на жизнь в миру и сделал из меня никудышного человека; такие условия жалки и несчастливы — лучше умереть, чем жить в таком позоре.

<sup>2</sup> *Альтернатива:* О души! Думайте о Нём и будете спасены!

<sup>3</sup> *Альтернатива:* Много ли тех, кто утратил это размышлением об этой Горе как о Высочайшем?

## Восемь строф Аруначале (Аруначала Аштакам)

Та гора, которая влечет к себе тех,  
кто богат *джняна-тапасом*<sup>1</sup>,  
есть эта Аруначала.

Из “Аннамалаи Венба” Гуру Намашивая,  
ученика Гухи Намашивая

1. Слушайте, Он стоит как неодоушевленная<sup>2</sup> Гора. Его действие таинственно, недоступно человеческому пониманию<sup>3</sup>. С детских лет в моем уме сияло сознание, что Аруначала был чем-то исключительно величественным, но даже когда я узнал от других, что Он — то же, что и Тируваннамалай, то не осознал Его значения. Когда Он привлёк меня к Себе, успокаивая мой ум, я подошел близко и увидел Его стоящим недвижимо<sup>4</sup>.

2. “Кто есть зрящий?” Когда я искал внутри, то наблюдал исчезновение видящего и то, что пережило его.

---

<sup>1</sup> То есть тех, кто всегда погружен в приобретение мудрости.

<sup>2</sup> Это прилагательное также имеет значение “искореняющая (объективное) знание”.

<sup>3</sup> “Увидеть Чидамбарам, родиться в Тируваруре, умереть в Бенаресе или только думать об Аруначале — гарантия Освобождения”. Это двустипише распространено в брахманских семьях Южной Индии.

<sup>4</sup> *Альтернатива*: я осознал, что Он означает Абсолютное Безмолвие.



Мысль “я увидел” не возникала, как тогда могла подняться мысль “я не вижу?” Кто властен выразить это словами, когда даже Ты (предстающий как Дакшинамурти) мог выразить это в древности лишь молчанием? Только чтобы передать Тишиной Твоей (Трансцендентное) Состояние, Ты стоишь как Гора, сияющая от небес до земли.

3. Когда я приближаюсь, приветствуя Тебя как имеющего форму, Ты стоишь как Гора на земле. Тот, кто ищет Твою (сущностную) форму как бесформенную, подобен путешествующему по земле в поисках (всегда присутствующего) эфира. Пребывание без мысли в Твоей (безграничной) природе должно уничтожать индивидуальность, как куклу из сахара, погружаемую в океан (нектара). И когда я осознаю, кто я, с чем ещё мое тождество (кроме Тебя), о Ты, стоящий как вздымающаяся Гора Аруны?

4. Искать Бога помимо Тебя, кто есть Бытие и Сознание, все равно, что с лампой искать темноту. Только чтобы сделать Себя известным как Бытие и Сознание, Ты пребываешь в различных религиях под разными (именами и) формами. Если (еще) люди не приходят узнать Тебя, то они воистину слепцы, не знающие Солнца. О Великий Аруначала, Ты — несравненная Драгоценность. Ты пребываешь и сияешь как моё истинное Я, Один без второго!

5. Словно нить в ожерелье драгоценностей, Ты в Твоем Единстве пронизываешь все разнообразие существ и религий. Если, подобно драгоценности, когда она режется и полируется, (нечистый) ум обрабатывается колесом (чистого) ума для освобождения от изъянов, то он заимствует свет Твоей Милости (и пылает) подобно рубину, чей огонь не затрагивается никакими внешними объектами. Когда светочувствительная пластинка экспонирована на Солнце, может ли она запечатлеть что либо после этого? О милостивая и ослепляющая Гора Аруны, есть ли что-нибудь отдельное от Тебя?

6. Ты есть Сам Единое Бытие, всегда осознаваемое как Самосветящееся Сердце! В Тебе присутствует таинственная Сила [*шакти*], которая без Тебя — ничто. Из неё происходит иллюзия ума, испускающего свои скрытые тонкие темные

туманы, ум освещенный Твоим Светом (Сознанием), отражается в них проявляясь внутри как мысли, кружащиеся в водоворотах *праарабдхи* позже развивающиеся в физические слова и проецируемые вовне как материальный мир, преобразованный в конкретные объекты, которые увеличены исходящими чувствами и двигаются подобно кинокадрам. Видимая или невидимая, о Гора Милости без Тебя они — ничто!

7. Пока присутствует “я”-мысль другой мысли не будет. До тех пор пока поднимаются другие мысли, вопрошание “К кому?” вызовет в дальнейшем ответ “Ко мне”. Кто внимательно выполняет это, спрашивая «Что есть источник “я”?» и, погружаясь вовнутрь, достигает местообитания ума внутри Сердца, тот приходит к Высочайшему Господу вселенной<sup>1</sup>. О безграничный Океан Милости и Лучезарности, именуемый Аруначала, недвижимо танцующий в пространстве Сердца! Здесь уже нет (любых) мыслей о таких двойственностях, как внутреннее и внешнее, справедливость и несправедливость, рождение и смерть, удовольствие и страдание, свет и темнота.

8. Воды поднимаются из моря как тучи, а затем ниспадают дождем и в реках возвращаются к морю; ничто не может удержать их от возвращения к своему источнику. Подобным образом дух, происходящий от Тебя, не может не слиться снова с Тобой, хотя он поворачивается многими водоворотами на своем пути. Птица, которая взлетает с земли и парит в небе, не найдёт отдыха в воздухе и должна вновь вернуться на землю. Так действительно все должны возвратиться своим путём, и, когда дух найдет дорогу назад к своему источнику, он погрузится в Тебя и будет поглощен Тобой о Аруначала, Ты — Океан Блаженства!



---

<sup>1</sup> Буквально: Высочайший Господь под тенью зонтика единственности.

## Пять драгоценностей Аруначале (Аруначала Панчаратнам)

1. Океан Нектара, полный Милости,  
освещающий вселенную Своим Великолепием!  
О Аруначала, Высшее Бытие!  
Будь Ты Солнцем  
и открой Лотос моего сердца в Блаженстве!

*Эта начальная строфа Панчаратны в форме стотры (восхваление Бога) содержит суть Высочайшего знания, рождаемого Реализацией. Говорят, что она подобна сутре, очень краткой, но содержащей крайне глубокое значение.*

*Аруначала — Аруна (Свет) и Ачала (гора) — обозначает теджолингам (символ света) Шивы. Её значение для человека заключается в том, что, когда его внимание находится за пределами сознания, направленного на тело, внутреннее Я сияет чистым и ясным светом.*

*Обычно потеря сознания тела, как это бывает в шоковых состояниях, приводит только к потемнению сознания, тогда как потеря сознания, вызванная добровольно для цели Само-реализации, приводит к Просветлению исключительно по Милости Бога.*

*Такое просветление разрушает эго вызывая полное его предание Господу, Господь — Вечность; чувство Вечности — это Блаженство (Нектар).*

*Как бутон лотоса растущего в заболоченных прудах, распускается на рассвете так и сердце находящееся за нечистым умом, начинает светиться по Милости Бога,*

который суть истинное Я всех “я” и который внешне виден как Аруначала. Однако это солнце, после того как оно поднялось никогда уже не садится, и Сердце осознавшей души находится в цветущем вечно.

2. О Аруначала! В Тебе создается, поддерживается  
и растворяется картина вселенной,  
Это — великая Истина.  
Ты есть внутренний А т м а н ,  
который танцует в Сердце как Я.  
“Сердце” — Твое имя, о Господь!

*Эта строфа относится сначала к Богу — Творцу, Охранителю и Разрушителю, потом же — к Богу, осознанному Просветленным.*

Освобожденные говорят, что “как Бог — опора вселенной, так Сердце — это опора человека. Часть должна иметь природу целого”; Целое (Бог) есть Бесконечность. Поэтому нет различия между Сердцем и Богом.

Бог это Сознание, а также — Сердце. Содержащийся в Атмане и Возвышенный, Он проявляет Себя как личность совместно с индивидуализирующей силой, воспринимаемой как “эго”, или “я”. Освобожденные говорят, что если вернуться к источнику появления эго, то там становится заметной вибрация, исходящая из Сердца, выражающая подлинное Я.

3. Тот, кто обращается вовнутрь с успокоенным умом,  
Чтобы найти, откуда восходит сознание “я”,  
Осознает истинное Я и пребывает в Тебе,  
О Аруначала,  
Подобно реке вливающейся в океан.

*Этот стих, относится к джняна марге — Пути Знания по которому идут исследователи и искатели Истины. Это один из трех или даже четырех Путей Реализации Атмана. Эти Пути: джняна, Йога, бхакти и карма.*

*Вода океана, вмещающего все воды, испаряется и образуются облака, из которых, идет дождь, дающий начало рекам, которые беспокойны уже с истока. Воды рек стремятся к своему источнику — океану, лишь в нём они успокаиваются. Точно так же и душа человека, исходящая из Сердца беспокойна и постепенно обретает стремление найти свой источник. Путь — прослеживание “эго” вплоть до Сердца.*

4. Устраняя внешний мир, сдерживая ум и дыхание,  
Медитируя на Тебе внутри,  
Йогин видит Твой свет,  
О Аруначала!  
Он находит в Тебе вечное удовлетворение.

*Эта строфа касается йога-марги, описанной в Йога-сутрах Патанджали.*

*В то время как джняни ищет внутри себя источник эго и освобождается, прослеживая его вплоть до Сердца, йогин, в страстном желании увидеть Славу Бога, отвращается от мирских занятий и сосредоточивается на Нем (на форме или имени Аруначалы). Гора, хотя и имеет вполне материальное внешнее проявление, становится исполненной жизни и ощущается в трансцендентальном видении йогина как Вселенский Свет Славы, что суть то же, что А т м а н .*

5. Посвятивший свой ум Тебе и видящий Тебя,  
Всегда созерцает вселенную как Твой образ;  
Кто всё время прославляет Тебя  
и любит Тебя только как А т м а н а ,  
Тот не имеет соперника  
И, оставаясь наедине с Тобой,  
О Аруначала,  
Он утрачивает себя в Твоем Блаженстве!

*Первая часть этой строфы относится к бхакти-марге. Прославляя Бога с горячим чувством любви, человек*

проходит через сансару и достигает счастья при погружении в Него. Это — бхакти. Трансцендентальное видение открывает смысл Аруначалы как личного Учителя и при повторении такого переживания воспринимается имманентность Бога. После этого наступает полный отказ от “я”, остается только всепроникающее, всегда присутствующее Чудесное Бытие-сознание. Трансцендентальность сметает имена и формы, результируясь в Бесконечности, Вечности.

Вторая часть строфы относится к карма-марге. Ощущая всюду присутствие Бога, человек рассматривает себя не как делателя, а как инструмент для служения Богу в своей среде.

Существуют три аспекта Бога в соответствии с характером Реализации Сат (Бытие), Чит (Сознание) и Ананда (Блаженство).

Аспект Сат относится в основном к Пути джняны, последователь которого после непрерывного поиска Сущности Бытия покоится в ней, а его индивидуальность растворяется в Высочайшем.

Аспект Чит является основным для практиков Йоги, концентрирующих свои усилия на контроле дыхания для успокоения ума, в результате чего они видят Славу (сознание Бытия) Бога как Единый Свет, излучаемый во всех направлениях.

Аспект Ананда предназначен почитателям Бога, опьяненным нектаром любви к Богу и теряющим свою индивидуальность в переживании экстаза блаженства. Не желающие покидать это состояние, они остаются всегда погруженными в Бога.

Четыре Пути — карма, бхакти, Йога и джняна — не исключают друг друга. В то же время каждый из них в отдельности описан в классических работах, чтобы точнее передать идею соответствующего аспекта Бога для устремлённого, предрасположенного к тому или иному пути. Несмотря на свою краткость данная стотра может быть значительно расширена в толкованиях, что представит интерес также для философов и ученых.

### ***Поклонение***

Аруначала Рамана — это Высочайшее Бытие, проявляющееся в лотосе сердца всех существ, начиная с Хари, в форме Сознания. Если человек с сердцем, исполненным преданности, входит в чертог, в котором сияет Высочайшее Бытие, то открывается его Глаз Знания и он становится Самим Сознанием. Истина становится для него ясной.

Да будет великое имя божественного Аруначалы славным вовеки! Да будут эти пять Гимнов, названные в честь Него, звучать вовеки! Да будут стопы великого Раманы, из уст которого вырос этот цветок, жить вечно! Да будут благочестивые почитатели, ищущие прибежища у этих стоп, жить вечно.



*Раздел третий*  
**СТИХИ ПО ОСОБОМУ ПОВОДУ**

---

**14**

**Песнь об *аппаламе***

*В 1914—1915 годах Бхагаван жил в пещере Вирупакиша со своей матерью, которая готовила ему пищу. Сам Бхагаван умел хорошо готовить и часто помогал ей. Однажды мать готовила аппалам — тонкую круглую лепешку из темной муки и попросила Его помочь ей. Он, однако, вместо этого написал стихотворение, в котором дал наставление на духовном пути, используя символику приготовления аппалама.*

1. Нет нужды скитаться в мире  
И предаваться унынию,  
Приготовь *аппалам* в своем доме,  
Согласно рецепту: “Ты есть ТО”,  
Не пользуясь речью, чтобы произнести “ТО” —  
Неразличимое слухом слово Тишины<sup>1</sup>.  
Тишина не нарушается Им,  
Мудрецом, Великим Святым,  
Чье вечное наследие есть Бытие-Сознание-Блаженство.  
  
Готовь *аппалам* и, поджарив ешь,  
Удовлетворяя свои стремления.

---

<sup>1</sup> То есть Тишина — это парадоксальная речь Вечного Духа.



- <sup>1</sup> Учения индийской философии признают существование тонких тел человеческого существа, каждое из которых функционирует в более высокой сфере. Пять оболочек упомянутых в тексте входят в состав трех человеческих тел: грубого, тонкого и причинного. Эти оболочки: физическая, витальная, ментальная, интеллектуальная, а также — блаженства. Описание их см. в *Вивекачудамани*.

И теперь непрерывно меси его тяжёлыми толчками  
Утверждения “Я—Я”,  
Вырабатываемого крепким пестом  
внутри обращённого ума  
Постепенно ум перестанет оказывать сопротивление,  
Тогда раскатай тесто скалкой успокоения  
на плите *Брахмана*.  
Так трудись непрерывно, энергично, стремительно.  
Готовь *аппалам* и, поджарив, ешь,  
Удовлетворяя свои стремления.

5. Сейчас *аппалам* души готов,  
чтобы опустить его в очищенное свежее масло  
Высочайшего  
Для приготовления Единого бесконечного знака  
Великого Безмолвия.  
Теперь начинай нагревать его до тех пор,  
пока не зашипит.  
Жарь *аппалам*, “Я”, как ТО  
На самосветящемся пламени Мудрости,  
Обладая всем только как Тожеством,  
Блаженство которого — всегда наша цель.  
Готовь *аппалам* личности и затем ешь,  
Тогда ты насытишься Совершенным Покоем.



## Познание А т м а н а (Атма-видья)

*Однажды один из преданных, выдающийся поэт Муруганар, дал Учителю лист бумаги, на котором он в стихах написал, что Самопознание, познание Себя, А т м а н а — самая лёгкая вещь, и попросил Его завершить стихотворение. Приведенные ниже пять строф — ответ Бхагавана на эту просьбу.*

Познание Атмана — лёгкая вещь,  
Легчайшая вещь из существующих.  
Истинное Я — нечто вечно реальное  
даже для наиболее обычных людей,  
И плод *нелли*<sup>1</sup> в руке, можно сказать,  
иллюзия в сравнении с Ним.

1. Истинное Я, сияющее, как Солнце, внутри Сердца,  
Реально и всепроникающе.  
ОНО обнаруживает Себя, как только уничтожена  
ложная мысль

---

<sup>1</sup> Фрукт *нелли*, упоминаемый в тамильском тексте, широко произрастает в Индии, но неизвестен в Европе. Он более или менее прозрачен, а потому выражение “ясно, как плод *нелли* в руке” на тамили эквивалентно выражению “кристально ясно”.

И ни одной крапинки ее не остается,  
 Ибо эта мысль — причина появления ложных форм,  
 Тела и мира,  
 Которые кажутся реальными вопреки истинному Я,  
 Твердо стоящему,  
 Всегда неизменному, прочному, как Истина сама.  
 Когда А т м а н сияет, то тьма рассеивается,  
 несчастья исчезают  
 И остается только Блаженство.

2. Мысль “Я — тело” есть нить,  
 на которую нанизаны различные мысли,  
 словно бусы.  
 Следовательно, при глубоком погружении  
 С вопросом “Кто я и откуда?” мысли исчезнут  
 И осознание Я вспыхнет как “Я — Я”  
 В пещере Сердца каждого искателя.  
 И это — Небеса,  
 Это — то Безмолвие, обитель Блаженства.
  
3. В чем польза от знания иного, нежели истинное Я?  
 Что ещё остается познать, когда истинное Я познано?  
 При осознании в себе А т м а н а —  
 самолучезарного Единого в мирадах “я” —  
 Свет истинного Я ясно сияет внутри.  
 Это, действительно подлинное проявление Милости,  
 Смерть эго  
 И раскрытие Высочайшего Блаженства.
  
4. Для того чтобы пути судьбы и их следствия  
 были окончательно развязаны  
 А также для освобождения от круговорота  
 рождения и смерти  
 Этот путь гораздо легче других,

Поэтому сохраняйте спокойствие  
и храните внутреннюю Тишину —  
В речи в мыслях в движениях.  
Тогда Лучезарный А т м а н откроется внутри.  
Это — Высочайший Опыт.  
Страх исчезнет.  
Это — беспредельное море  
Совершенного Блаженства!

5. Аннамалай!<sup>1</sup> Трансцендентальное Единство,  
Что есть Глаз превосходящий глаз ума,  
который познает зрение и другие чувства,  
которые, в свою очередь освещают Небо  
и все другие элементы.  
Что есть Небо Духа, в котором появляется небо ума,  
Что сияет внутри Сердца,  
совершенно свободного от любой мысли,  
И с фиксированным внутрь взглядом пребывает как ТО;  
Аннамалай, свечение лучезарного Я.  
Но Милость<sup>2</sup> необходима больше всего.  
Поэтому будь предан истинному Я  
И придешь к Блаженству.



---

<sup>1</sup> Это имя на тамильском языке означает “непреодолимая вершина” и здесь используется для обозначения Внутреннего Я, лежащего за пределами слова и мысли.

<sup>2</sup> Милость, приходящая от Просветленного, или Мудреца, необходима как предварительное условие получения такого просветляющего переживания.

### Пять стихов об Атмане

*Это последние стихи, сочиненные Бхагаваном. Они были написаны по просьбе преданной почитательницы, Сури Нагаммы, автора “Писем из Шри Раманаширама”.*

*Бхагаван написал их сначала на телугу, но в тамильском стихотворном размере, именуемом “венба”, а затем перевел стихи на тамили. Так как уже существовало сочинение Шанкарачарьи, названное Атма Панчакам, то Бхагаван решил назвать стихи — Экатма Панчакам.*

1. Забывший об Атмане, по ошибке принимающий физическое тело за Него и проходящий через бесчисленные рождения, подобен тому, кто блуждает по миру во сне. Таким образом, осознание Атмана будет напоминать пробуждение от блужданий во сне.

2. Тот, кто спрашивает себя “Кто я?” и “Где я?”, существуя все это время как Я, подобен пьяному, справляющемуся, кто он такой и где он.

3. Поскольку в действительности тело находится в Атмане, думающий, будто Атман пребывает внутри бесчувственного тела, похож на того, кто считает ткань киноэкрана содержащейся в проецируемой на нее картинке.

4. Существует ли украшение отдельно от золота, из которого оно изготовлено? Где тело, отдельное от А т м а н а ? Полагающий тело собой — невежественный. Тот, кто рассматривает себя как А т м а н , — Просветленный, осознавший Себя.

5. Вечно существует только Единое Я, Единственная Реальность. Когда даже древний Учитель, Дакшинамурти, открывал ЕГО красноречием Безмолвия, Кто еще может выразить ЕГО речью?



## Другие стихи

### НА ПРАЗДНОВАНИЕ ДНЯ РОЖДЕНИЯ БХАГАВАНА

*Бхагаван родился 29 декабря 1879 года. По тамильскому (солнечному) календарю Его рождение приходится на месяц Дханумаса, когда луна находится в созвездии Пунарвасу. В соответствии с западным календарем этот день бывает в конце декабря — начале января. В такой день в Ашраме обычно бывал (как и сейчас) большой праздник. Когда в 1912 году впервые предложили отметить эту годовщину, Бхагаван возражал и по этому поводу сочинил следующее стихотворение. Но ученики начали этот день праздновать.*

1. Вы, кто желает праздновать день рождения,  
Отыщите сначала, откуда произошло ваше рождение.  
Истинное рождение человека происходит тогда,  
Когда он проникает в ТО,  
Которое превосходит рождение и смерть, —  
Вечное Бытие.
  
2. В свой день рождения следует, по крайней мере,  
Только оплакивать вступление в этот мир [сансара],  
Славить и праздновать этот день —  
Все равно, что украшать труп и восторгаться им.  
Искать Себя [Тан] и погружаться в Я:  
Это — Мудрость



## ДЕВЯТЬ КОРОТКИХ СТИХОВ

*Многолетний ученик Бхагавана Сомасундара Свами как-то попросил написать ему в записную книжку хотя бы одну букву [акшара]. Акшара также означает “неразрушимость” и обозначает Брахмана. Бхагаван сочинил короткий стих о том, как трудно написать такую акшару. Это стихотворение — первое из приведенных ниже. Остальные были написаны Бхагаваном в разное время и включались в некоторые поэмы Муруганара. Порядок стихов, следующих ниже, предложен Бхагаваном.*

1. Один слог вечно сияет в Сердце как истинное Я [Тан].  
И есть ли где-нибудь тот, кто может записать его?
2. Повторением мантры достигать источника звука —  
Лучший метод для тех, кто ещё не утвердился в Сознании,  
Которое и есть источник “я”.
3. Тот, кто в качестве истинного Я принимает тело,  
выделяющее испражнения,  
Хуже родившегося свиньей,  
поедающей эти испражнения
4. Непрерывный поиск А т м а н а [Анма]  
мы называем Высочайшей любовью к Богу,  
Ибо Он один пребывает как А т м а н  
внутри Сердца всех (и каждого).
5. То, что направленный вовнутрь ум называет покоем,  
вовне появляется как сила;  
Обнаружившие и познавшие эту Истину  
познали и их Единство.
6. Тот, кто довольствуется своим жребием,  
свободен от зависти,  
уравновешен в счастье и несчастье.  
Он не связан действием.

7. Других людей может освободить лишь тот,  
кто сам спас себя.  
Помощь остальных — помощь слепца, ведущего слепого.
8. Вопрос и ответ относятся к речи,  
их сфера — двойственность;  
Невозможно в монизме их обнаружить нигде.
9. Нет ни творения, ни разрушения,  
ни судьбы, ни свободной воли,  
Ни пути, ни достижения;  
Такова конечная Истина.

### ЖАЛОБА ЖЕЛУДКА

*Однажды в Ашраме состоялось праздничное угощение. Многие участники расстроили желудки большим количеством вкусной пищи. Кто-то процитировал следующую жалобу на желудок тамильской поэтессы-святой Аввар: “Ты не можешь и дня обойтись без пищи, в то же время ты не хочешь набрать пищи сразу на два дня. Ты представления не имеешь, как я страдаю из-за тебя! О скверный желудок! Невозможно поладить с тобой!”*

*Бхагаван тотчас же ответил на это пародией, содержащей жалобу желудка на эго.*

Ты не даёшь даже часа покоя мне, твоему желудку.  
День за днем, каждый час, ты ешь не переставая.  
Ты даже не представляешь, как я страдаю!  
О эго, творящее беды!  
Невозможно поладить с тобой!

## ИЗВИНЕНИЕ ОСАМ

*Однажды Бхагаван при подъёме на Гору нечаянно наступил на осиное гнездо, и осы сильно покусали Его за ногу. Он чувствовал раскаяние за то, что побеспокоил ос. Когда Бхагавана спросили, почему осы так круто обошлись с ним, хотя он сделал это совершенно случайно, Махариши ответил:*

Я был укушен осами за ногу в отместку за оплошность  
так, что нога воспалилась,  
Хотя совершенно случайно наступил на их гнездо,  
закрытое кустом.  
Какова же будет их совесть, если они, по крайней  
мере, не сожалеют  
о таком несправедливом возмездии?

## ОТВЕТ МАТЕРИ

*Когда Бхагаван 29 августа 1896 года покинул дом, родственники пытались Его найти, но поначалу безуспешно. Лишь через несколько лет, в 1898 году, они обнаружили Его в Тируваннамалае. Его Мать, тогда ещё не созревшая для отречения от мира и присоединения к Нему, пыталась уговорить сына вернуться домой. В то время Бхагаван хранил молчание, поэтому Он кратко написал, что предназначенное судьбой должно свершиться (см. с. 121 настоящего издания). Поэтический перевод Его ответа дан ниже.*

Все судьбы душ предопределены Богом  
В соответствии с их деяниями.  
То, что определено судьбой как недостижимое,  
Не будет никогда достигнуто никем,  
Каковы бы ни были старания.  
То, что должно произойти,  
Однажды обязательно произойдет,  
Как бы мы ни пытались этого избежать.  
И это — несомненно.  
В конце концов мы сами убедимся,  
Что самое лучшее для нас — хранить Молчание.

## ДЛЯ ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ МАТЕРИ

*В 1914 году мать Бхагавана ненадолго приехала к. Нему в Тируваннамалай. Здесь с ней случился сильный приступ лихорадки; некоторые думали, что это — тиф. Состояние было отчаянное, и для её выздоровления Бхагаван сочинил следующие ниже стихи. Надо ли говорить — мать выздоровела. Через два года она приехала снова, чтобы навсегда поселиться в ашраме Бхагавана на Горе.*

О Господь, Гора моего прибежища,  
Наилучшее лекарство от повторяющихся рождений,  
Только Ты можешь излечить болезнь моей матери.

О Господь, убивающий смерть!  
Прояви лотосы Твоих стоп  
В лотосе Сердца той, которая родила меня,  
Чтобы я нашел прибежище у лотосов Твоих стоп,  
И защити её от смерти.  
Что такое смерть, если разобраться?

Аруначала, Ты — сияющий огонь Знания!  
Укрой мою мать Твоим Светом  
И сделай её единой с Тобой.  
Где тогда необходимость кремации?<sup>1</sup>

Аруначала, Рассеиватель иллюзии!  
Почему Ты медлишь рассеять бред<sup>2</sup> моей матери?  
Есть ли иной, кроме Тебя, наблюдать  
подобно Матери  
За тем, кто ищет прибежище в Тебе,  
И спастись от тирании кармы!

---

<sup>1</sup> В Индии тело Мудреца после смерти подлежит захоронению, тогда как остальные кремируются. Мудрец при жизни проходит через огонь и ему нет необходимости делать это снова после смерти. Как и было предсказано в этом стихотворении, Мать достигла Освобождения при жизни и была похоронена.

<sup>2</sup> Под бредом здесь понимается не только физический жар, но и иллюзия “Я-есть-тело”.

## АРУНАЧАЛА РАМАНА

*Один из почитателей по имени Амританатха Яти написал на бумажке стих на языке малаялам, умоляя Бхагавана сказать, кто Он — Хари (Вишну), Шива-гуру (Субраманья), Ятивара (Шива) или Вараручи. Бхагаван написал свой ответ тем же малаяламским размером, на том же листке.*

В тайниках лотосоподобных сердец всех, начиная с Вишну,  
Сияет как чистый интеллект (Абсолютное Сознание)  
*Параматман*,  
Кто есть то же самое, что и Аруначала Рамана.

Когда ум тает от любви к Нему  
и достигает глубочайшего тайника Сердца,  
Где Он пребывает как возлюбленный,  
Тонкий глаз чистого интеллекта открывается,  
И Он проявляет Себя как Чистое Сознание.

## ИСТИННОЕ Я В СЕРДЦЕ

*Это — поэтическая версия восьмой строфы “Дополнения к Сорока стихам”. Обстоятельства, при которых она была написана, изложены в подстрочном примечании к той строфе.*

В сокровенной сущности, в Сердце,  
Сияет как *Брахман* только,  
Как “Я — Я”,  
Сознающее Я.  
Проникни глубоко в Сердце  
Поиском Себя  
Или глубоко погружаясь  
с помощью контроля дыхания.  
Таким образом пребывай всегда в А т м а н е .

(Шри Рамана Гита, гл. 2. стих 2)

## КОРОВА ЛАКШМИ

*Корову Лакшми подарили Бхагавану в 1926 году. Она была необычайно предана Ему, и Бхагаван тоже выказывал ей совершенно исключительную Милость. 18 июня 1948 года, когда Лакшми умирала, Он дал ей Освобождение. Махариши сам написал эпитафию, подтверждающую это.*

В пятницу, пятого Ани, в год Сарвадхари,  
На двенадцатый день ущербной луны,  
Находящейся в созвездии Вишакша,  
Корова Лакшми достигла мукти.

## АРУНАЧАЛА СТОТРА

*Ганапати Муни однажды попросил Бхагавана написать три стиха на языке малаялам, и Он написал гимн Аруначале, состоящий из трех строф, который был впоследствии опубликован в сборнике “Драгоценные слова и случайные стихи Махариши”<sup>\*</sup>.*

1. О первейший Бог из Богов,  
имеющий форму непрерывного знания,  
слава чьих Стоп известна только Ведам,  
Упразднитель грехов своих почитателей,  
Господь, поддерживающий этот мир,  
Соблаговоли бросить Свой сострадательный взгляд  
на меня,  
Так чтобы я смог не умереть, словно животное  
(которое родится вновь).

---

<sup>\*</sup> Свами Шантананда Пури любезно сделал английский перевод с оригинала (см. [9, с. 17]) специально для настоящего русского издания.

2. О Аруначала, носитель восьмеричной формы,  
(Образующей этот мир, состоящий из пяти элементов,  
солнца, луны и души),  
Для полного оставления всего опыта страданий  
Я желаю разрушить ошибочное понимание,  
проистекающее от узла,  
Что привязывает меня к этой деревянной колоде  
(телу).
3. Тот, кто распевает этот гимн,  
являющийся квинтэссенцией *Вед*,  
Будет избавлен от гордости, привязанности, гнева,  
заблуждения, желания и алчности.  
Постоянно размышляя о святых Стопах  
Господа Аруначалы,  
Он, несомненно, станет Освобожденным.



*Раздел четвертый*

**РАЗНЫЕ СТИХИ**

---

**18**

**Тиручули**

Шива — единственный,  
Высочайший Свет,  
Сияющий непрерывно в благочестивом Тиручули,  
Истинное Я, танцующее в ненарушимом блаженстве  
В сердцах преданных,  
Даруй мне Твою Милость  
И сияй как Сердце в моём сердце.





## 19

### Другие стихи

#### ПЕЩЕРА ВИРУПАКША

Бесформенное и непреходящее Реальное  
Проявлено в моей Горе Аруне,  
Воплощенном Присутствии трехглазого Бога.  
Так как пещера, именуемая Вирупакша,  
Поддерживает самых преданных,  
Пребывающих в пещере Сердца этого Бога,  
Мы вполне можем назвать её Матерью

#### О СУБРАМАНЬЕ

*Один из почитателей (Т. К. Сундареша Айяр) желал иметь тамильскую версию строфы о Боге Субраманья с замещением имени Бога — Раманой. Шри Бхагаван написал следующее:*

Разрушитель темноты неведения в добродетельном,  
Пребывающий в пещере,  
Неизмеримый Единый, исполненный Света,  
Вечное Солнце,  
Владелец копья Сознания,  
Этот Рамана в пещере Сердца,  
Давайте поклоняться Ему.

## РАМАНА АШТОТТАРА

*Две строфы, которые образуют вступление к гимну 108 имен адресованному Шри Бхагавану (Рамана Аштоттара Сатанамастотра), были превращены в следующие стихи:*

Давайте медитировать в сердце на Рамане,  
Безграничном океане Бытия-Сознания-Блаженства,  
В котором вселенная — лишь одинокая волна,  
На непоколебимом Едином,  
Твердо утверждённом в глубинах пещеры Сердца,  
Свободном от отвлекающих мыслей.

Тебе, кто достиг нового рождения,  
Вспоминая стопы Аруначала-Шивы,  
И, уничтожаемый громадным,  
нарастающим приливом  
Его божественной Милости,  
Стал Самим Собой,  
Тебе, кто пребывает в Сердце  
как абсолютный монарх,  
Очищая мир постоянным *танасом*,  
Тебе, Шри Рамана,  
Свет, превосходящий мир,  
Мы приносим преданность.

## ВИШНУ

Когда *дхарма* рушится и просыпается *адхарма*,  
Ты возрождаешься для поддержания добродетели  
и добродетельных,  
Для низвержения всех безнравственных  
Так Ты обновляешь ход земной жизни,  
Таинственный Единый.  
Кто тогда из нас может постичь Твою форму?

## ДИПАВАЛИ

*Следующие два стиха поясняют значение Дипавали (празднества огней).*

День, в который Нараяна перемалывает до смерти  
Эго-нараку в мельнице знания,  
Вопрошая, откуда возникает “я”-нарака,  
Чтобы править миром-наракой,  
Этот день — фестиваль огня Нарака-Чатурдаси.

Искать и поразить грешника, эго-нараку,  
Развращенного мыслью, что человек есть форма-нарака,  
Ложное жилище-тело,  
И сиять как истинное Я [Тан],  
Это и есть Дипавали в действительности.

## ИЗ ХАМСА ГИТЫ

*Одна шлока Хамса Гиты была переведена на тамили Бхагаваном.*

Вне зависимости от подъемов и спадов,  
Приходов или уходов, пронизывающих действие,  
Тело — бренно.  
Осознавший Себя *сиддха* забывает о теле,  
Подобно пьяному, забывшему об одежде.

## ИЗ РАМА ГИТЫ

*26 января 1944 года Бхагаван перевел с санскрита на тамили одну шлоку из Рама Гиты.*

Даже фокусник обманывает мир, но не себя.  
Как было бы странно, если бы *сиддха* сам был обманут  
И увеличивал иллюзию мира.

## ПРИЧИНА И СЛЕДСТВИЕ

Он, чье действие есть природа мужчин, женщин  
И остальных живых существ,  
Он, чей взгляд есть Первопричина мира,  
Обитатель ума Богов,  
Господь, уничтожающий и творящий вселенную,  
Этот Господь рассматривается как Хари.

## ГЛУБОКИЙ СОН ПРИ БОДРСТВОВАНИИ

Глубокий сон может быть достигнут  
при бодрствовании  
Поиском Себя.  
Продолжай поиск Я без перерыва,  
В состояниях дремоты и бодрствования,  
Пока их пропитывает неведение глубокого сна.

## ЧУДО ДАКШИНАМУРТИ

Что за юный Гуру под древом баньяна?  
Старейшие — ученики, ищущие его.  
Речь статного учителя — Безмолвие.  
Прояснены всех учеников сомненья.

Под удивительным древом баньяна  
Юный Гуру сияет.  
Старые возрастом ученики приходят к нему.  
Тишина — речь этого Учителя.  
Рушатся сомненья в умах учеников.

*Эти строки были написаны Шри Бхагаваном в последние дни пребывания в теле.*

Как после еды человек выбрасывает лист  
(служивший ему тарелкой),  
Так Видящий сбрасывает своё тело.

## Я ЕСМЬ

Если человек осознает  
Свою истинную природу  
Внутри собственного Сердца,  
То это — полнота Бытия-Сознания-Блаженства  
Без начала и конца.

*Ишваре Свами, желавшему узнать имена родителей  
Шри Бхагавана и Его родного города (1922 год).*

Ум и сердце истинно видящего  
Не могут уходить, а могут только всплывать  
Из Единого, цвета заката.  
Тем не менее моим отцом был Сундара  
Из окруженного деревьями Тиручули,  
А моей матерью была Алагамма,  
Почитательница Его Святых Стоп.

*К вопросу Ишвары Свами об именах Хари (Шивы) и Умы  
(Его жены) в местном храме Тиручули.*

Танцующее божество в Тиручули на Павахари  
Это Бхумиша (Господин Земли) и Его супруга Сахаямба.

*К вопросу Ишвары Свами, почему знаки Муруги невидимы в Рамане\*.*

Копье, светлая восточная гора, молоко Милости Матери,  
Двенадцать орудий, большой синий павлин  
обманщика ума,  
Все они присутствуют здесь в той мере,  
В какой кто-либо живет в мире страха Матери Раманы  
(в страхе матери Раманы).

---

\* Кавьякантха Ганапати Муни считал Бхагавана *аватаром* Муруги, или Субраманьи — младшего сына Шивы. В стихотворении сначала перечисляются атрибуты Муруги, они нужны только тем, кто отождествляет себя с телом и живет в страхе в том числе и перед *шакти*.

## ОСВОБОЖДЕНИЕ

Голубь, вырвавшийся из рук охотника,  
Говорят,  
Устремляется также из леса.  
Когда охотник,  
Охотящийся за “я”,  
Обретает свободу,  
Лес становится домом\*.

## МОЛЧАНИЕ

Состояние Милости — это речь,  
Возникающая в сердце Молчания.

## ЕДИНАЯ БУКВА

Все буквы в этой книге складываются в единую,  
непреходящую Букву.  
Это — как записано — вы прочли.  
Единая буква вечно сияет Своим собственным светом  
внутри Сердца.  
Кто может надеяться записать её?



---

\* В лесу самый опасный враг зверей — охотник. Если уйти от него, то это уже не лес, а свобода. Самый главный враг человека — его эго, его “я”. Если *садхак*, охотящийся за своим “я”, уничтожает “я”, то он достигает свободы, а “лес”, в котором он жил, становится домом.

**Книга II**

**ОБРАБОТКИ  
И ПЕРЕВОДЫ**





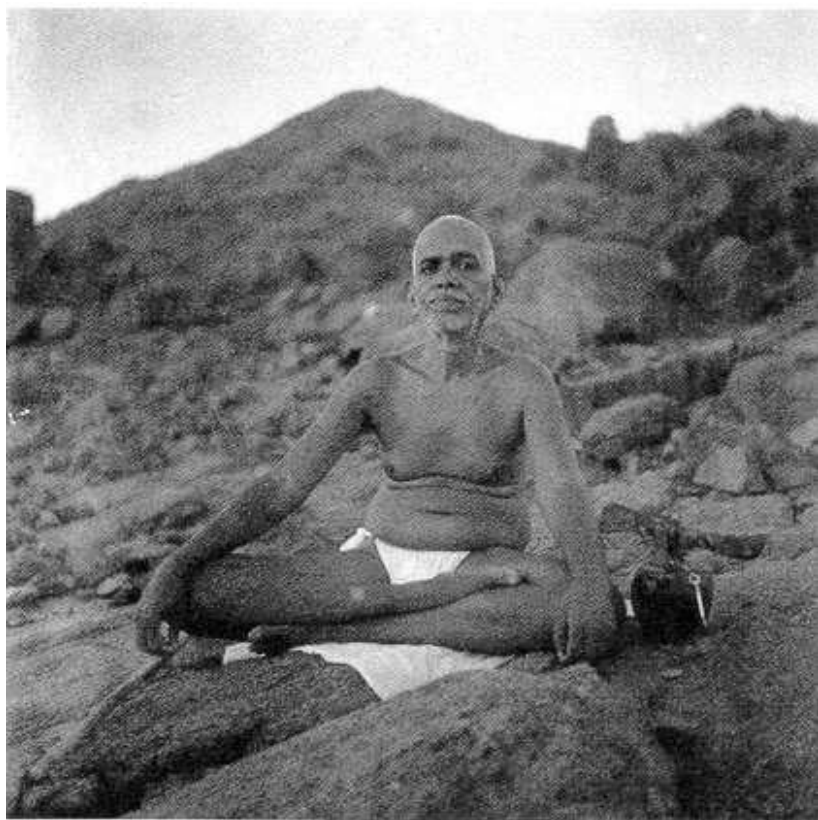


**Часть 1**

**ОРИГИНАЛЬНЫЕ ТЕКСТЫ**  
**НА САНСКРИТЕ**







**Шри Бхагаван и Аруначала**



## Суть Бхагавад-Гиты (Гита Сарам)

*Однажды, когда Бхагаван говорил с посетившим Его пандитом о великих достоинствах Бхагавад-Гиты, один из преданных заметил, что удержать в памяти все 700 стихов очень трудно, а потому попросил отметить один стих, который следовало бы запомнить как квинт-эссенцию Гиты. Бхагаван указал 20-й стих из десятой главы.*

**Я есть А т м а н , о Гудакеша,  
в Сердце каждого существа Я пребываю;  
Я есть начало и середина, а также конец всех существ.**

*Позднее Махарши выбрал 42 стиха и расположил их в порядке, который может служить общим руководством искателю Истины в его садхане. Он же дал переводы этих стихов на языки тамили и малаялам.*

### Благословение

Пусть то воплощение Милости охраняет нас,  
Кто, в колеснице Партхи<sup>1</sup>,  
Надлежащими словами развеял его горе.

---

<sup>1</sup> Партха (сын Притхи) — одно из имён Арджуны, любимца матери.

*Текст*

Санджая сказал:

1. Ему (Арджуне),  
преисполненному сострадания и отчаяния,  
потрясенному горем, рыдающему,  
Эти слова сказал Мадхусудана<sup>1</sup>:

II:1

Благой Господь сказал:

2. Это тело, о сын Кунти<sup>2</sup>, названо *кшетра* (поле);  
Того, кто его познаёт, Мудрецы именуют  
*кшетраджня* (Познающим поле).  
XIII:1

3. Знай Меня также как Познавшего Поле во всех полях,  
о Бхарата<sup>3</sup>,  
Знание Поля и Познавшего Поле  
считаю Я истинным Знанием.  
XIII:2

4. Я есть А т м а н , о Гудакеша,  
в Сердце каждого существа Я пребываю;  
Я есть начало и середина, а также конец всех существ.  
X:20

5. Смерть не избежать рожденным,  
неизбежно умерших рождение;  
Так не горюй ты о том, что предотвратить невозможно.  
II:27

---

<sup>1</sup> Эпитет Шри Кришны как убийцы демона затмения Мадху.

<sup>2</sup> Эпитет матери Арджуны.

<sup>3</sup> То есть сияющая душа.

6. Он никогда не рождается, не умирает,  
не прекращается Он никогда, не возникнув:  
Нерожденный, Пребывающий, Вечный,  
Первобытный —  
гибели нет для Него, когда тело убито.  
II:20
7. Не рассекаем Он, Он не сжигаем, не увлажняемый,  
Он также неиссушаем.  
Он — Пребывающий, Всепроникающий, Стойкий,  
Непоколебимый и вечный.  
II:24
8. Познай — неразруσιμο ТО, посредством чего все это  
пропитано;  
Невозможно разрушение этого Неизменного.  
II:17
9. Отсутствует существование у нереального  
и нет прекращения для Реальности.  
Истина обоих этих утверждений зрима Провидцами  
Сущности.  
II:16
10. Как всепроникающий эфир  
не загрязнен вследствие своей тонкости,  
Так и А т м а н , пребывающий везде, не загрязнен  
в теле.  
XIII 32
11. Ни солнце, ни луна, ни огонь не освещают ЭТО;  
И откуда достигшим нет возврата, то  
есть Моя Высочайшая Обитель.  
X:6
12. Это названо Непроявленным, Непреходящим;  
Высочайшим провозглашено Состояние,  
из которого, раз достигнув, не возвращаются;  
То — есть Моя Высочайшая Обитель.  
VIII:21

- <sup>1</sup> Эпитет Арджуны — “победитель всех врагов”.



19. Тем кто владеет собой  
и кто почитает Меня с любовной преданностью,  
Я даю ту *буддхи-иогу*<sup>1</sup>,  
посредством которой они достигают Меня.  
X:10
20. Из сострадания к ним, пребывая в их Сердце  
Я рассеиваю сверкающим Светочем Знания  
их темноту, порожденную Невежеством.  
X:11
21. В тех, в ком Незнание уничтожено *джняной*,  
Эта *джняна*, как солнце освещает Высочайшее ТО.  
V:16
22. Великими, говорят они, являются чувства,  
*манас* — выше чувств, а выше *манаса* — *буддхи*,  
Но пребывающий выше *буддхи* — А т м а н .  
III:42
23. Так зная Того, пребывающего выше *буддхи*,  
утвердив себя посредством А т м а н а ,  
Рази врага, о мощнорукий, в форме желания,  
столь труднопреодолимого.  
III:43
24. Как возгоревшееся пламя превращает  
топливо в пепел,  
о Арджуна,  
Так и пламя *джняны* превращает в пепел все *кармы*.  
IV:37
25. Его, чьё каждое начинание лишено желания или мотива,  
чьи *кармы* сожжены в Пламени *джняны*,  
Знающий именуется Озарённым.  
IV:19

---

<sup>1</sup> То есть Единение с Богом посредством Интеллекта, под которым здесь понимается способность, включающая в себя и духовное Понимание и Интуицию.

26. Вокруг великих подвижников,  
свободных от желания и гнева,  
покоривших свой ум и осознавших Себя,  
Сияет Блаженство *Брахмана*.  
V:26
27. Мало-помалу следует достигать спокойствия  
стойко обузданным *буддхи*,  
Установив ум пребывающим в А т м а н е  
и ни о чём не помышляя.  
VI:25
28. Куда бы ни ускользал ум — в изменчивости  
и колебаниях, —  
Отовсюду его следует извлекать,  
лишь А т м а н у приводя в подчиненье.  
VI:26
29. *Муни*, искренне ищущий Освобождения,  
обуздавший чувства, ум, интеллект,  
Без желания, страха или гнева —  
действительно свободен навеки.  
V:28
30. А т м а н , пребывающий во всех существах,  
и все существа пребывающими в А т м а н е  
Видит устойчивый в йоге, зрящий на всё  
Беспристрастно.  
VI:29
31. Я укрепляю и защищаю благополучие тех,  
кто, медитируя на Мне,  
Почитает Меня одного, всегда пребывая в настрое  
Преданности.  
IX:22

32. Из них — *джняни*, с Божественным вечно единый,  
чья преданность сосредоточена в Едином,  
является наиболее превосходным;  
Ибо для *джняни* Я бесконечно дорог и он дорог  
Мне.  
VII:17
33. После многочисленных жизней  
*джняни* обретает убежище во Мне,  
осознав, что Васудэва<sup>1</sup> есть всё,  
Очень труднонаходим подобный *Махатма*<sup>2</sup>.  
VII:19
34. Когда человек оставляет, о Партха,  
все ума вожделенья,  
радуясь полностью только в Себе и Собою  
Его именуют в Мудрости стойким.  
II:55
35. Тот достигает Мира, кто, прочь все желанья отбросив,  
Остаётся бесстрастным, лишённым “я” и “моё”.  
II:71
36. Кем мир не беспокоится и чей покой не нарушаем  
миром,  
Свободный от ликования, нетерпения,  
страха, волнения —  
он Мне дорог.  
XII:15
37. Равный к почести и бесчестию, к другу и недругу  
равный,  
Отрёкшийся от всех начинаний,  
он именуется превзошедшим *гуны*.  
XIV:25

---

<sup>1</sup> Имя Шри Кришны по отцу.

<sup>2</sup> *Махатма* (санскр.) — “великая душа”.

38. Для того, кто насыщается здесь и теперь только  
А т м а н о м ,  
А т м а н о м удовлетворен  
и только на А т м а н е сосредоточен  
нет обязанностей.  
III:17
39. Для него в этом мире нет цели  
ни в деятельности, ни в ее оставлении;  
Здесь нет существа от которого он зависит.  
III:18
40. Удовлетворенный приношением случая,  
превзошедший двойственность,  
от зависти свободный,  
Уравновешенный в успехе и неудаче,  
он не связан, хотя и действует.  
IV:22
41. Господь в Сердце каждого существа пребывает,  
о Арджуна,  
Как на (гончарном) колесе вращая все существа  
силой Своей *майи*.  
XVIII:61
42. Только Ему отдайся о Бхарата, всем своим существом,  
Его Милостью ты получишь Высочайший Мир и  
Вечную Обитель.  
XVIII:62



## Переводы из Агам

Агамы — это традиционные индуистские священные книги, считающиеся не менее авторитетными и аутентичными, чем Веда. Они, подобно Ведам, считаются Божественным откровением и не приписываются никакому автору. Храмовые богослужения основываются главным образом на них.

Имеется 28 основных Агам. Среди них Сарва Джнянатара и Дэвикалоттара считаются особенно важными, так как выражают точку зрения чистой адвайты, или Недвойственности. Атма Сакшаткара является наиболее существенной частью Сарва Джнянатары.

Махарishi по собственной инициативе перевёл обе эти Агамы на тамили; перевод Дэвикалоттары выполнен в ранний период, когда Он жил в пещере Вирупакиша, а Атма Сакшаткара переведена в 1935 году, когда Он жил в Ашраме у подножия горы. Обе представляют собой наставления в Пути Знания, данные Господом Шивой; последняя из них адресована Его сыну по имени Гуха (другое имя Господа Субраманья), а первая — Его жене Парвати.

В стихах 70—72 Дэвикалоттары указывается на запрещение нанесения вреда даже растениям, что не следует рассматривать как правило на Пути джняны. К следующим по этому Пути не предъявляются какие-либо чрезмерные требования в отношении их поведения или практики. Действительно, в целом ряде мест этих двух Агам отмечается что вопросы дисциплины, ритуалов и поведения для этого Пути являются гораздо менее существенными, чем для других Путей, так как путь Знания воздействует непосредственно на Сердце, пробуждая духовное знание.

**АТМА САКШАТКАРА***(Всеобъемлющее Знание)***Благословение***(Шри Бхагавана)*

Эта *Атма Сакшаткара*, которая была преподана *Ишварой*, истинным Я (всего) (его сыну) Гухе, теперь излагается на тамили тем же Господом, живущим внутри меня, Древним и Высочайшим.

**Текст**

1—2. Я изложу тебе, о Гуха, метод, при помощи которого может быть ясно осознан даже бескачественный, неосязаемый, тонкий и всепроникающий Абсолют, достигший этого осознания становится самим Шивой. Ранее об этом не говорилось никому. Теперь слушай!

3. Этот метод передается по линии Гуру, но еще не получил толкования в различных философских системах. Его цель — спасти человека от уз *сансары*. Он трансцендентален и пригоден для всех.

4—5. “Я есть Он, кто является присутствующим во всех, душой всего, находящейся везде, природой основных принципов, непредставимым, правящим всеми, превосходящим основные принципы, превосходящим речь и ум, не имеющим имени”. Так следует поклоняться удерживая в то же время ум в полном покое.

6—7. Тот который не имеет качеств, абсолютное Знание, вечный устойчивый, бесконечный, невыразимый, не имеющий формы, не являющийся следствием никакой причины, тот, для которого невозможно найти аналогию, немумирающий, спокойный, лежащий за пределами чувств, непроявленный и при этом совершенно достоверно обнаруживающий себя, и есть Я Сам.

8. Истинно, Я есть Высочайший Бог составляющий суть всех *мантр* и превосходящий их, находящийся за пределами творения и разрушения.

9. Я пропитываю все это — видимое и невидимое, движущееся и недвижимое; истинно, Я есть Господь всего и от Меня все получает свет.

10. Эта Вселенная, включающая в себя миры и разделенная на различные формы — от *шакти* до Земли, вся — во Мне.

11. Все, что может быть видимо или слышимо во Вселенной — внутри и снаружи, пропитано Мной.

12. Тот, кто, поклоняясь, мыслит, что он есть А т м а н , изолированный от Шивы, Высочайшего, поступает так вследствие неведения и сам никогда не сможет стать Шивой.

13. Отказывайся от изолированного отождествления себя как отдельного от Шивы и постоянно медитируй на недвойственном единстве: “Я есть Он, кто известен как Шива”.

14. Тот, кто утвердился в созерцании недвойственного единства, будет пребывать в истинном Я каждого и осознает имманентного, всепроникающего Единого. Это — несомненно.

15. Тот обладает совершенной Мудростью, кто есть йогин, неизбежно утвержденный в недвойственности и свободный от мыслей.

16. А т м а н , который описан в священных книгах как нерожденный Господь, не имеющий формы и качеств, есть мое истинное Я. Это — несомненно.

17. Тот, кто не сознает А т м а н , — животное, подверженное творению, сохранению и разрушению, в то время как тот, кто постоянно сознает, — есть Шива, вечный и чистый. Это — несомненно.

18. Тщательно различая трансцендентное от банального, тонкое от грубого, следует постоянно исследовать Себя и осознать при непрерывной бдительности.

19. Трансцендентное есть Высочайшее и также *нирвана*, тогда как банальное подвластно творению. *Мантры* представляют грубое, а медитация — тонкое.

20—21. О Шаданана (Шестиликий Бог)! Что пользы излагать Твою Суть обилием слов? Многообразие форм существует только в А т м а н е и формы проецируются

вовне сбитым с толку умом; они творятся как объекты одновременно с мыслями о них.

22. Итак, тебе вкратце изложено Знание истинного Я, познанием которого осознается, что все есть только А т м а н .

23. Тогда не остается места для богов, Вед, жертвоприношений или даров. Утверждайся в Реализации истинного Я, чистого и всеобъемлющего.

24. Для тех, кто погружен в Океан судьбы и желает защиты, нет иного прибежища, кроме Познания Истинного Я.

25. Тот, кто утверждается как истинное Я и ясно осознает Его, освобождается без усилий со своей стороны, даже если он и занят деятельностью.

26. Нет приобретения большего, чем истинное Я. Осознай это истинное Я, которое находится за пределами эго.

27. Истинное Я есть ни прана, ни апана, ни любой орган или чувство. Медитируй на истинном Я, которое вечно, совершенно и всеведуще.

28. Сосредоточивай ум ни внутри, ни снаружи, ни далеко, ни близко, но на чистой Трансцендентности.

29. Осознай А т м а н [Анма], всегда находящийся ни сверху, ни внизу, ни справа, ни слева, ни снаружи, ни внутри, но вечный и сияющий за пределами возвышенной пустоты.

30. Осознай А т м а н как проникающий и покоящийся на пустоте и на не-пустоте, как отличающийся от пустоты и от не-пустоты, ни как промежуточное звено между ними, ни как часть пустоты и не-пустоты.

31. Осознай А т м а н — незагрязненный, безопорный, за пределами каст, расы, имени или формы, неоскверненный и лишенный качеств.

32. Осознай А т м а н пребывающим без местообитания, без опоры, неизмеримым, бесподобным, чистым по своей сути и вечным.

33. Отрешившись от любой деятельности, без желаний и привязанностей, пребывая в А т м а н е , следует медитировать на А т м а н е , с А т м а н о м и в А т м а н е .



34. Пусть мудрый медитирует на А т м а н е , полностью освободив себя от идей места, касты и относящихся к нему обязанностей.

35. Это — *мантра* для повторения; это — *дзвата* для поклонения, это медитация, это — епитимья; *искорени все мысли и ищи А т м а н* .

36. Сделав медитацию абстрактной и лишенной физического основания, сосредоточив ум на А т м а н е , оставайся неподверженным воздействию мыслей.

37. Это ни то, о чем можно подумать, и ни то, о чём подумать нельзя, это как мысль, так и не-мысль. Осознай А т м а н , который никак не привязан.

38—39. Не позволяя уму цепляться к чему-либо, всегда сосредоточивайся на том, что превосходит мысль. Такое счастье, какое обретается в состоянии пустоты и чистоты, также присуще А т м а н у — не рассеиваемое, невообразимое, не являющееся результатом какой-либо предшествующей причины; оно также и беспримерное. Оно названо лучшим, высочайшим и несравненным.

40. Не отвлекаемый чувствами, освободи ум от его обязанностей. Когда он превзойдет себя, проявится высочайшее блаженство.

41. Йогу следует практиковать непрерывно, где бы то ни было. В *джняне* нет различий ни по касте, ни по общественному положению личности.

42. Подобно тому как молоко всегда одинаково бело, хотя и взято от коров разной масти, так же и Реализация является одинаковой для всех людей, вне зависимости от их вероисповедания.

43. *Брахман* везде, присущ всему и всепроникающ. Здесь нет ограничений. Поэтому следует не обращать внимания на частности, но сосредоточиваться на Абсолютном *Брахмане*.

44. Для того, кто пребывает в Высочайшем Я, не остается ничего для совершения, поэтому он не пожинает плодов своих действий и не обязан быть деятельным; для него нет особой касты, символа веры или кодекса поведения.

45—46. Чем бы ни занимался и в каком бы окружении ни был, он, установленный в А т м а н е , всегда в покое, и он, довольный А т м а н о м , всегда чист.

47. “Хотя и двигаюсь, Я не прихожу и не ухожу, ибо нет движения для Меня. Я не был рожден и не буду рождаться снова, ибо Я не обеспокоен тем, что относится к телу”.

48. “Действия относятся к телу и тело есть результат действий Я никак не действую и Я не связан с телом”. Так думает совершенный, дваждырожденный.

49. “Тело более не является ограничением для Меня, ибо Я вечно свободен; физические проявления никак не могут повлиять на истинное Я”.

50. Как свет сияет, рассеивая тьму, так же сияет и Высочайшее Я, рассеивая неведение.

51. Как лампа сама гаснет, если не заправляется маслом, так эго умирает, если непрерывно медитировать и становиться погруженным в А т м а н . Нет достижения более высокого, нежели истинное Я.

52. Когда горшок перемещают с места на место, то пространство внутри него кажется тоже движущимся, однако движение относится лишь к горшку, но не к пространству внутри него. То же происходит и с душой, которая соответствует пространству в горшке.

53. Когда горшок разбивается, то внутреннее пространство сливается с внешним пространством; точно так же со смертью грубого тела Дух погружается в Абсолют.

54. Такова Истина, авторитетно изложенная всезнающим и компетентным Учителем. Так освободи себя от рабства и преобразись во Всезнание и Бесконечность.

55. Отвернись от всех Писаний, занимайся чистой йогой Само-реализации; будучи убежденным, что нет ничего выше этого Высочайшего Знания, удерживай ум от блужданий.

56. Практикуя этот путь, мудрый погружается навсегда в неосязаемую Реальность; он становится всепроникаю-

щим, достигает Освобождения, постоянно существует во всем — внутри и вовне — и скитается, где пожелает.

57. Становясь эфирным и чистым, он сливается с Шивой — Всезнанием, удовлетворенностью, вечным сознанием, независимостью и вечной, не гибнущей и бесконечной энергией.

58—59. Не связывают его такие правила, как молитвы, богослужения, омовения, жертвенный огонь или другие предписанные действия; он не пожинает плодов действий — добродетельных и иных; для него нет почитания предков; он не нуждается в соблюдении постов по определенным дням или случаям; ему нет необходимости беспокоиться об отречении, хозяйстве, целомудрии и их обязательствах.

60. Пей нектар божественного Знания Шивы и веди себя как ты пожелаешь. Ты — одно с Шивой по бессмертию и чистоте.

61. Всё это истина и не что иное, как Истина. О Гуха! Это — конечная Истина. Не существует больше ничего, что должно быть познано.

62. Тот, кто чист умом, интеллектом и эго, чувствами и их восприятиями, воистину чист и так же все находит чистым.

63. Тебе не надо бросаться в огонь или глубины вод (чтобы покончить с телом). Пей нектар Высочайшего Знания Шивы и оставайся, как Господь, вечно и во всей чистоте. Оставив все представления об отдельной индивидуальности, иди к своему покою.



## ДЭВИКАЛОТТАРА

### **Введение**

(Шри Бхагавана)

Эта работа\* — одна из малых *агам*, и она объясняет высшую мудрость, достигаемую зрелыми душами, и их образ жизни, изложенные высочайшим Господом Шивой Богине Парвати. Здесь — сущность всех *агам* по вопросам духовного знания. Это воистину лодка, которая может спасти смертных, тяжело борющихся, погружающихся и всплывающих, в полном горя океане *сансары*, бесконечном цикле рождений и смертей, и доставить их прямым путем к берегу Освобождения. Пусть все серьезные искатели Истины, сбитые с толку, утратившие свои Пути, вместо нащупывания дороги в темноте примут помощь этого прямого Пути и достигнут высочайшего состояния Блаженства и Мира.

### **Благословение**

Медитируйте в Сердце на Господе Ганеше — безмолвном, недвойственном, всеобщем Свидетеле, — кто является нектаром Божественного Блаженства и полон Милости, сияя как обильный духовный расцвет стремящихся, следующих путем духовной мудрости, открытой в *Дэвикалоттаре*, что передана Господом Ишварой в ухо Богине Ишвари.

### **Текст первый**

(Редакция Артура Осборна)

1. *Дэви*: О Господь Божественных! Будь так милостив и научи меня средствам Освобождения, *джняне* и поведению *джняни*, слушая о которых все могут достичь Освобождения.

---

\* В настоящем издании дается в двух дополняющих друг друга редакциях текст 1 и текст 2 соответственно.

2. *Ишвара*<sup>1</sup>: О прекрасная! Я опишу тебе, как ведут себя *джняни*, благодаря чему они избавляются от всех грехов и освобождаются от *сансары*.

3. Даже миллионы книг не могут дать правильного знания тем, кто неспособен найти его в *Кала Джняне* (этой *Агаме*).

4. Поэтому пусть мудрый будет бесстрашен, лишен сомнений, свободен от желаний, искренен, решителен, упорен в *джняне*, как объяснено здесь.

5. Пусть ради Освобождения ученик становится на путь добрых и бескорыстных действий, помогает всем, налагает на себя аскёзу и изучает эту *Агаму*.

6. Он — Брахма, он — Дэва, он — Вишну, он — Индра, он — шестиликий Сканда, он — Гуру всех богов (Брихаспати), он — Йогин, и он один богат *мапасом*.

7. Лишь тот обладает знанием, лишь тот счастлив и удачлив, чей ум больше не растекается как воздух, а удерживается незыблемым.

8. Это — путь к Освобождению, это — высшая добродетель, это — Мудрость, это — сила, это — заслуга ищущих.

9. Лишь стабилизация беспокойного ума является истинным паломничеством, правильным принесением милостыни и единственной аскёзой.

10. Ум, направленный наружу, — *сансара*, устойчивый — *мокша* (Освобождение). Поэтому пусть ум будет твердо удержан посредством высочайшей Мудрости.

11. Где есть ненарушимое счастье (в одиночестве), там есть Бесконечность. Есть ли мудрец не насыщающийся в непоколебимой, абсолютной Реальности?

12. Тот, кто отвратился от чувственных удовольствий и посвятил себя чистой, незапятнанной мудрости, уверенно достигает вечной *мокши*, даже если он и не ищет её сознательно.

---

<sup>1</sup> Имя “Ишвара” означает “Бог” и может следовательно, использоваться, как здесь, вместо “Шива”.

13. Простое сознание бытия как Сознание есть сама *шакти*, и весь этот мир есть проекция этой *шакти*. Истинное Состояние Знания есть то, в котором ум не привязан к этой *шакти*.

14. Признание мира как проявления *шакти* есть поклонение *шакти*. Чистое знание, не связанное с объектами, является абсолютным.

15. Не трать времени, медитируя на *чакрах*, *нади*, *падмах*, *мантрах* божеств или их формах.

16. Если ты жаждешь вечной *мокши*, не занимайся практикой Йоги, *джаны* или чем-либо ещё такого рода.

17. Нет поклонения или молящегося, или *джаны*, или медитации. Нет ничего, что должно быть познано, кроме А т м а н а .

18. Умы, обращённые вовне, сами себе куют звенья оков. Контроль ускользающего ума избавляет от несчастий в этом мире.

19. Нет ничего внутри или вовне, вверху или внизу, на полпути или по сторонам. То, что совершенно, находится во всех формах, но само не имеет определённой формы и сияет в них собственным Сознанием.

20. Пока на всё, что человек видит, о чем думает и ищет для своей деятельности, влияет его судьба, пусть он медитирует на том, что превыше восприятия и даже воображения.

21. Поистине нет причины, нет результата и нет действия; всё это химеры. Нет мира и нет живущего в нем.

22. Вселенная не имеет внешней опоры, непознаваема извне; она становится такой, какой ты её делаешь.

23. Тот, кто не медитирует на эфирной всепроникающей Пустоте, сам запутывается в *сансаре*, словно шелковичный червь в собственном коконе.

24. Как бы ни были благоприятны условия, в которых человек рождается в мире, есть бесконечные стра-

дания для личности, снова и снова, в каждом рождении; чтобы отвратить их, следует медитировать на бесконечной Пустоте.

25. Путь предписан только для достижения Знания. Оставь любые виды йоги, включающие действия, и медитируй на Пустоте.

26. Только те герои, кто со стрелой Пустоты пронзили все сферы от высочайшей до низжайшей, признаны Знатоками этой Пустоты.

27. Сосредоточением блуждающего ума (даже более непослушного, чем обезьяна) на абсолютно пустой Пустоте достигается *нирвана*.

28—29. Тот может радоваться блаженству, кто осознаёт Высочайшее, блаженное, бесформенное Единое, кто всепроникающ, как эфир, проявлен в самих *таттвах* (первозлементях), но отделен от тела и восприятий “я есть”, кто есть чистое всеохватывающее Знание.

30. Как огонь гаснет сам по себе, если не подбрасывать в него топлива, так ум умирает, если не питать его мыслями.

31—32. Откажись от сомнения, неведения, иллюзии, сна со сновидениями, глубокого сна, от бодрствования, ибо Высочайшее отлично от грубого тела, от тонкой *праны*, от мысли, или интеллекта, или эго. Медитируй на *Чит* (Сознании) и становись единым с ним.

33. Ум часто блуждает в мечтаниях или впадает в сон; будь бдительным и возвращай его к первичному состоянию снова и снова.

34. Когда однажды ум становится устойчивым, то следует оставить его в спокойствии, ни о чем не следует помышлять, только ум должен быть стабилизирован в его подлинном состоянии.

35. Ум ищет привязанность, и это заставляет его блуждать. Разрушь его привязанности так, чтобы повернуть его вовнутрь, и стабилизируй его там. Не беспокой ум теперь.

36. Точно так же как пространство не загрязнено контактом с элементами, так же и Первичное Состояние человека не загрязнено контактом с объектами. Медитируй на этом.

37. Лишь после этого цель жизни достигнута. Только Чистое Знание способно удержать изменчивый ум в равновесии.

38. Ум не следует фиксировать на понятиях “выше”, “ниже”, “снаружи” и “внутри”; он должен постоянно оставаться непривязанным.

39. Пробуждай спящий и успокаивай возбужденный ум, если ум не спит и не возбужден, не беспокой его.

40. Когда ум, предоставленный самому себе, ни к чему не цепляется, ничего не захватывает и совершенно освобожден от мыслей, это означает *мукти*

41. Избавляя ум от качеств, делай его чистым и сосредоточивай на Сердце. Только то сознание, которое отчетливо проявляется после этого, должно быть целью и завоевываться.

42. Те, кто медитирует на абсолютной Пустоте и практикует до конца, утверждают в том невыразимом состоянии, которое превосходит рождение и смерть.

43. Боги и богини, достоинства, недостатки и их плоды, знание поддержки и поддерживаемого — все является знаками уз в *сансаре*.

44. Качества — это пары противоположностей; отвернись от них и достигнешь высшей реализации. Такой *йогин* является *дживанмуктой* при отбрасывании тела он становится *видехамуктой*.

45. Мудрому не следует относиться к телу с отвращением, оно само умрет когда истощится *праабдха карма*.

46. В Сердце находится бесконечное Сознание “Я—Я”, которое и чисто и постоянно; при искоренении эго оно проявляется и ведет к *мокше*.

47. Такое *Я* есть ТО лежащее за пределами ограничений и вечное как Сознание. Созерцай непрерывно это “Я — Я” как Шиву, стряхнув пыль привязанностей.



48. Отключись от всех отношений к стране, статусу, касте, их обязанностям и думай постоянно о своем собственном естественном состоянии.

49. Есть только Я, и нет ничего моего, и Я не принадлежу ничему; Я не нахожу ни чей Я, ни кто мой.

50. Я есть Высший *Брахман*! Я есть Господь Вселенной! Таково твердое убеждение *мукты*; любой другой опыт ведет к зависимости.

51. Когда истинное Я ясно осознано отличным от тела, осознавший это достигает Мира и освобождается от всех желаний.

52. Тот, кто в священных текстах описывается как нерожденный, вечно существующий Господь всего, тождествен невоплощенному бескачественному истинному Я в каждом. Несомненно — Я есть Он.

53. Я есть Сознание чистое и простое, Я вечно свободен, Я неопределим и неопишем. Никому не схватить, ни кому не утратить МЕНЯ. Поэтому Я есть *Брахман* и всегда в Блаженстве.

54—55. Я есть то, что покрыто с головы до ног, внутри и снаружи, вплоть до обтягивающей кожи, но в то же время является особым, будучи бессмертным, живущим, со знательным, всегда присутствующим истинным Я. Я есть Господь всего, неподвижный и движущийся. Я — отец, мать и предки. Именно МЕНЯ созерцают стремящиеся к *мукти* утвердившиеся в четвертом состоянии (т. е. состоянии *турия* — глубинной основе состояний бодрствования, сна со сновидениями и глубокого сна).

56. Я один достоин почитания среди богов и людей, змей, божественных существ, жертвоприношений и т. п., и все поклоняются только МНЕ.

57. Все творения пребывают во МНЕ и Я есть их Бытие. Все поклоняются МНЕ, выполняя очищение и принося различные дары.

58. Я есть не грубое, не тонкое и не пустое; Я есть живое Сознание и единственное Прибежище во вселенной; Я —

вечный чистый Господь всего, не связанный сном и другими состояниями, но превосходящий все творения.

59—60. Различай на каждом шагу, что Я есть всё, что безначально, сознательно, не рождено, первично, пребывает в пещере Сердца, не запятнано и превосходит мир, всё, что чисто, ни с чем не сравнимо, лишено желаний, лежит за пределами зрения или других чувств или даже ментального понимания. Все, что вечно, — есть *Брахман*. Тот, кто непоколебим в такой уверенности, наверняка станет *Брахманом* и будет бессмертным.

61. Прекрасная! Так было изложено здесь Знание для достижения Освобождения. Теперь слушай, каково поведение Просветленного.

62. Ему не нужны ни омовения, ни молитва, ни почитание, ни *хома* (почитание огня), ни другая дисциплина. Он не нуждается в почитании чего-либо или занятиях чем-то еще.

63. Он не связан кодексами поведения, частым посещением храмов, ему не нужно выполнять *шраддху* или отправляться в паломничество, или соблюдать обеты.

64. Он не пожинает плоды действий, мирской ли активности или религиозных ритуалов; наоборот, он освобождается раз и навсегда от любых действий и норм поведения.

65. Пусть ученик откажется от общепринятых обычаев и традиционных практик как звеньев его оков.

66. Пусть он отвергнет любые чудотворные силы или амулеты, даже когда они прямо предложены ему.

67. Ибо все они подобны веревкам для опутывания зверя и будут безусловно тащить вниз. Высшее Освобождение не достигается на этом пути. Его не найдешь нигде, кроме как в Бесконечном Сознании.

68. Должно упражняться в йоге всеми средствами по мере сил, вне зависимости от иных занятий. Празднеств следует избегать, даже если они проводятся в храмах или других священных местах.

69. Духовное продвижение не допускает нанесения даже малейшего вреда червю, ящерице, насекомому, дереву или жизни в любой форме.

70. Поэтому пусть не только не уничтожается растительность, но не повреждается даже лист на дереве. Не следует причинять боль любому творению — существу или вещи. Даже цветы не следует срывать.

71—72. Даже поклонение следует совершать лишь с теми цветами, которые сами опали с деревьев. Не следует интересоваться вредоносными молитвами, такими как *марана* и т. п. (вызывание смерти или боли для врагов, или получение благосклонности от великих, или любви от возлюбленного). Почитание изображений не должно быть самоцелью.

73. Откажись от поклонения священным местам и образам, от выполнения религиозных обрядов, занимайся только медитацией на всеобщем *Чит* (Сознании).

74. Бесстрастие есть уравновешенность в удовольствии и страдании, среди друзей и врагов, с простым камнем и с золотом.

75. Йогин не должен управляться желаниями и приносить удовлетворение чувствам. Ему следует обретать экстаз только в *А т м а н е*, свободном от желания и страха.

76. Должно всегда сохранять уравновешенность — в почести и бесчестии; одинаково относиться должно ко всем существам, не производя различия между собой и другими.

77. Ревность, злословие, напыщенность, страсть, зависть, любовь, гнев, страх и страдание должны постепенно искореняться до полного исчезновения.

78. Следует уклоняться от споров, мирских обществ и спор. Даже духовным диспутам не следует предаваться — вне зависимости от их оценки.

79. Если человек свободен от пар противоположностей и живет в одиночестве, то совершенная мудрость воссияет в нем даже в этом теле.

80. Так как Освобождение — результат Знания, то чудотворные силы совершенно бесполезны; их желает только ученик, еще жаждущий мирских удовольствий.

81. Если только душа узнает своего истинного Учителя, Освобождение становится несомненным, вне зависимости от наличия сверхъестественных сил.

82. Тело состоит из пяти элементов, и Шива пребывает в них; от Шивы вниз — до Земли — всё является проявлениями Шанкары<sup>1</sup>.

83—84. Серьезные искатели, поклоняющиеся Просветленным при встрече — ароматом, цветами, водой, плодами, фимиамом и пищей или словом, делом и мыслью, — будут здесь же прощены после этого. Восхвалением Просветленных они разделяют их заслуги, а злословием — разделяют их недостатки.

85. Я изложил в целом Путь Знания и, кроме того, относящееся к нему поведение, как ты пожелала. Что более этого ты желаешь знать?

### ***Текст второй***

*(Шестое, пересмотренное и исправленное,  
английское издание “Собрания произведений”)*

1. *Дэви*: О Господь всех божественных существ! Я жажду познать тот путь высшей мудрости и кодекс поведения, приняв которые можно получить Освобождение, так чтобы всё человечество могло достичь Спасения. Я прошу Тебя просветить меня в них, будь милостив.

2. *Ишвара*: О царица среди женщин! Так, чтобы каждый мог достичь Знания, я ясно объясню тебе сегодня высшее Знание и дисциплину, следуя которой различающие ученики достигнут Освобождения, незапятнанного и труднеописуемого.

---

<sup>1</sup> Имя Шивы.

3. О прекрасноликая! Пойми, что тот, кто не способен осознать Истину в своем Сердце знанием духовной мудрости, известным как *Кала Джняна*, никогда не достигнет её, даже изучая неисчислимые сонмы Писаний, *шастр*, раскинувшиеся, словно небо.

4. Поэтому отбрось все страхи (следования по этому Пути) и оставь все сомнения. Отказываясь от привязанности и желания чего-либо, будь пылкой в поиске окончательного Знания, с искренней преданностью и ясным умом (лишенным любого следа смущения).

5. Не претендуя на что либо как “мое”, исполненная сострадания, защищая все живые существа так, чтобы ни одно творение не страшилось тебя, жаждущая Освобождения, погруженная в йогу, изучай эту *Дэвикалоттара* и следуй, искренне и непоколебимо, единственному пути, показанному в ней.

6—7. Тот, кто может подчинить контролю свой ум, спокойный и бурный, словно ураган, и удерживать его в состоянии спокойствия, есть поистине Брахма, Шива и Вишну. Он — Индра, царь *дэвов*, и Господь Субраманья; он — Брихаспати, Гуру всех богов; он — высочайший йогин и тот, кто достиг результата своей аскёзы, он — великий *пандит* и *Махатма*; он — тот, кто достиг истинно духовной Цели.

8—9. Средство, которым этот ум, беспокойный и движущийся быстрее ветра, может быть подчинен контролю, есть в действительности средство достичь Освобождения; (спокойствие ума) — это единственное Благо для ищущих неизменной Реальности; это само по себе — чистое Сознание и состояние непоколебимости; более того это одно — праведный долг для следования распознающим искателям; это одно — Милостыня, это одно — Аскёза. Познай, что тут нет сомнений.

10. Когда ум движется пусть в малейшей степени это — *сансара*, когда ум твёрд и недвижим это — *мукти*. Освобождение. Это несомненно. Поэтому познай, что мудрый искатель должен твёрдо удерживать свой ум высочайшим сознанием А т м а н а .

11. Счастье, достигнутое в этом Одиночестве, есть высочайшее, безграничное Блаженство. Какой подготовленный искатель не будет наслаждаться этой высочайшей Реальностью, где абсолютно нет действий? Ответь мне.

12. Оставив мирское знание, великий герой, овладевший чистой мудростью, в которой нет объектов чувств, всепроникающей, лишённой всякой формы, непременно достигнет неизменной *мокиши*, даже при отсутствии желания добиться Освобождения.

13. Сознание, *чайтанья*, связанное с аспектом “ЕСМЬ”, называется *шакти*. Вселенная сияет её Светом. Все творение есть мысль *шакти*. Состояние (ума), полностью лишённое всех привязанностей, — чистая Мудрость, которая должна быть достигнута.

14. Пустота, которая суть бесконечное и всеобъемлющее Единое-Целое-без-второго, которая есть именно сияние чистой Мудрости, полностью лишённой видимых феноменов и состоящей из аспекта “Я” — это зерно, что плодоносит как Освобождение, даруя Спасение, создавая возможность соединиться с Высочайшим.

15. Никогда не размышляй, даже в наименьшей степени, о *чакрах*, *нади*, божествах, связанных с местонахождениями *чакр*, *мантрокшарах* (священных слогах для почитания этих божеств) и разнообразных *мандала мурти*, ибо это отвлекает от прямого Пути Знания.

16. Те, кто ищет вечного Освобождения, не нуждаются в попытках практиковать повторение неисчислимых различных *мантр* и в методах Йоги, таких как *пранаяма*, задержка дыхания и концентрация.

17. Здесь нет места для совершения *пуджи*, *намаскарам*, *джапы*, *дхьяны* и так далее. Услышь от меня, что высочайшая Истина, провозглашенная в *Ведах*, может быть познана только посредством *джняны*; следовательно, нет абсолютно никакой необходимости знать что-либо, кроме себя самого.

18. Для тех, чьи умы постоянно расширяются, цепляясь к внешним объектам, движущие силы всегда будут возникать, вызывая увеличение уз. Познай, что если ум,

блуждающий вовне, повернут вовнутрь ради пребывания в естественном состоянии, то человек уже не будет подвержен любым страданиям в мире.

19. Соединяйся с той единой Всеобщностью, которая всепроникающа, не имеет внешнего или внутреннего, лишена всех представлений о направлениях, таких как верх, низ, между, которая принимает все формы при творении, но, однако, сама бесформенна, которая может быть познана только Сама по Себе и которая светит Своим собственным Светом.

20. Люди совершают действия, имея собственные цели в уме, и соответственно пожинают последствия своих действий при достижении этих целей. Поэтому не вовлекайся в такие действия, что несвободны от изъянов (ведущих к зависимости). Полностью отведи внимание от внешних объектов и концентрируйся только на том, которое не может быть видимо.

21. В нашем естественном состоянии действия, причина и результат таких действий и все различные теории, пропагандируемые (в Писаниях), не существуют. Фактически даже разнообразный мир не существует. Как таковой даже мирской человек, привязанный (различными приванками) к миру, также не существует.

22. Эта вся вселенная есть не что иное, как *нираламба* (Реальность, существующая без какой-либо поддержки). Далее, она\* сияет, освещенная этой *нираламбой*. Йогин (с умом, обращенным вовнутрь) сливается с этим единственным Целым, с *нираламбой*, делая каждый объект этого мира единым с Ней. Познай это.

23. Если человек не медитирует на этой великой всепроникающей Пустоте — пространстве Сознания, *чит-акаше*, то он будет *сансари* (т. е. мирским), в вечной зависимости от земных привязанностей, подобно шелковичному червю в собственном коконе.

24. Все живые существа, независимо от вида, сильно страдают, снова и снова Слушай меня. Чтобы отвратить

---

\* Вселенная.

все эти страдания и печали медитируй на великой Пустоте постоянно, без перерыва.

25. Добродетельные действия и правильное поведение предписаны искателю только при подготовке к Пути Знания. Поэтому, оставив даже *саламба йогу*, в которой объект медитации (такой как *мантра* или форма Бога) — в уме твердо пребывая в своем подлинном состоянии [*сахаджа сварупа*], в котором внешний мир не воспринимается.

26. Тот, кто может уничтожить все *таттвы* (принципы) — от *паталоки* (самого низшего из миров) до *шакти* (одной из самых высоких *таттв*) стрелой Пустоты, — человек великой доблести. Он достиг последней Мудрости которая выше Материи.

27. Ум, стремящийся к мирским вещам, еще более беспокоен, чем обезьяна. Если его удерживать от блуждания к внешним объектам и держать в Пустоте не-Материи, то Освобождение достигается непосредственно.

28. Полное Сознание [*пурна чат*], которое есть не что иное, как истинное значение слова “Я”, будучи одинаковым во всех *таттвах* и будучи иным нежели чувство “Я есть тело”, является всеобъемлющей Реальностью.

29. Эта совершенная Целостность охватывает изнутри и снаружи все творения, подобно эфиру, сливаясь с ними, сама являясь бесформенной. Дорогая, те, кто погружен в это высочайшее Блаженство, сами становятся тем высочайшим Блаженством. Видишь, как замечательно!

30. Расширяющийся вовне ум достигает Мира, успокаиваясь самотеком, если ему запретить держаться за что-либо, так же как огонь постепенно гаснет, если не подбрасывать в него топливо.

31. Ты должна осознать, что четыре состояния: слепого увлечения, иллюзии обморока и сновидений, так же как глубокий сон и бодрствование, — все должны быть разогнаны.

32. Если медитировать что единое Сознание [*Чит*] отлично от *праны* (жизненной силы) которая тонко привязала себя к этому грубому телу, от ума, от интеллекта и от этого, то достигнется пребывание в этом Сознании.



33. Благодаря сну и мыслям, ум всегда утрачивает свою остроту, его глупость растет, и он идет к гибели. Пробуждая этот ум с усилием и не позволяя ему блуждать устанавливай его в состоянии *А т м а н а*. Упорствуй в этом усилии, закрепляя ум снова и снова в его естественном состоянии.

34. Когда однажды ум становится устойчивым, не следует как то беспокоить его. Нет нужды думать о чем-либо ещё, даже чуть-чуть, питая какие либо сомнения. Прочно закрепив ум в этом состоянии (само-сознания), сохраняй его спокойным.

35. Побуждай ум, который постоянно цепляется за некую опору (привязываясь к объектам чувств), избегать всех таких поддержек. Сделав свой ум, всегда беспокойный в прилипании к внешним поддержкам, неподвижным, не нарушай этого спокойствия даже на самую малость.

36. Медитируй на несравненном *А т м а н е*, который наполняет Собой разнообразные формы, оставаясь, однако, незапятнанным (будучи не затронут ими), так же как эфир, охватывающий все творения, созданные из пяти элементов, остается незапятнанным при их растворении.

37. Когда искатель принимает *садхану*, посредством которой его ум, беспокойный, словно ветер, делается навечно неподвижным, тогда цель рождения (его) как человеческого существа достигнута. Это также знак подлинного знатока Писаний.

38. Не практикуй медитацию, закрепляя ум на шести центрах, *адхара чакрах*, — вверху, внизу, посередине или где либо еще. Оставь все такие медитации, делай ум всегда свободным от любой поддержки (внутри или вовне).

39. Если ум засыпает, пробуждай его. Если ты достигла состояния, где нет ни сна, ни движения ума, пребывай спокойно в нем — естественном (подлинном) состоянии.

40. Состояние в котором ум лишен возможности цепляться к любой поддержке, всегда безупречный и чистый, свободный от мирских привязанностей есть природа Освобождения, достигнутого посредством Знания. Хорошо за помни это.

41. Полностью разгоняя все привязанности и закрепляя тот ум прочно в Сердце, всегда упорствуй в своей практике, чтобы усилить сознание, которое затем воссияет с большей лучезарностью и ясностью.

42. Познай, что тот, кто медитирует на высочайшей Пустоте, становится пребывающим в Ней посредством силы постоянной практики и определённо достигнет великого состояния, превосходящего рождение и смерть.

43. Боги и богини, достоинства, недостатки и их плоды, подобные *анье* (различию), объекты привязанности и знание этих объектов — всё это ведет к зависимости в могущественной *сансаре*.

44. Говорят, что все объекты привязанностей — пары противоположностей. Когда человек поднимается над этими парами, то осознаёт Высочайшее. Такой йогин — *дживанмукта*, освобождённый от зависимости. После сбрасывания тела он становится *видехамуктой*.

45. Разумному не следует оставлять тело из отвращения к нему. Познай, что как только *праарабдха карма*, ответственная за творение тела, исчезнет, телесная ноша самопроизвольно спадёт.

46. Сознание, сияющее как *Я* в лотосе Сердца, — чистое и совершенно спокойное. Уничтожением эго, которое поднимается (из этого Сознания), то Сознание Само дарует высочайшую радость Освобождения. Будь уверена в этом.

47. Постоянная медитация: “Я есть тот Шива, форма единого Сознания, что всегда не запятнана наложениями”, проводимая с огромной преданностью, развеет все твои привязанности.

48. Отбросив все представления о стране, касте, незапятнанной общине, *аширамах* и связанных с этим вопросах, придерживайся и практикуй всегда медитацию на *А т м а н е*, твоём собственном естественном состоянии.

49. Я один есть. Мне не принадлежит никто, и Я не принадлежу никому. Я не вижу никого, кто мог бы называть меня своим, и Я не вижу никого, кто — мой. Я совершенно один.

50. Познай, что человек, переживающий твердое убеждение: “Я есть высочайший *Брахман*! Я есть Учитель и Господь Вселенной”, — подлинный *мукта* и что следующий Путиями, противоречащими этому, — в зависимости.

51. Когда человек способен увидеть себя внутренним зрением как не-тело, все его желания исчезают и он переживает совершенный Мир.

52. Тот, кто в священных Текстах описан как нерождённый и Господь, Я есть Он, А т м а н (*Я*), тот всегда без форм или качеств. В этом абсолютно нет сомнений.

53. Я есть чистое Сознание, незапятнанный, полностью освобождённый и всегда присутствую везде. Я неопределим. Никто не может схватить или покинуть Меня. Я свободен от печали. Я есть всегда природа *Брахмана*.

54. Я есть А т м а н , который суть Сознание, абсолютная Полнота, Бессмертие и Самодостаточность, который иной, нежели это бесчувственное тело, зажатое между верхушкой головы и подошвой ноги, внешне ограниченное кожным покровом, а внутренне — *антахкаранами* (внутренними инструментами, такими как ум и интеллект).

55. Думая: “Я — Господь всех творений, движущихся или неподвижных, Я остаюсь как отец, мать и предки для Вселенной”, стремящиеся к *мукти* с концентрацией и рвением размышляют только обо Мне, кто есть то великое состояние *турия* (субстрат состояний бодрствования, сна и глубокого сна).

56. Я есть тот, кого жертвами и аскёзой почитают все божественные существа, начиная с Брахмы (Творца): небесные девы, которые сами под присмотром, смертные, *якши*, *гандхарвы*, *наги* и другие группы сверхчеловеческих существ, а также многие иные. Познай, что каждый поклоняется только Мне.

57. Многими видами редкой аскёзы и благотворительности каждый почитает только Меня. Познай, что это обширное творение, движущееся и неподвижное, и все объекты — суть не что иное, как *Я*, бесконечное Единое.

58. Я не являюсь ни грубым, ни тонким телом. Я также и не причинное тело. Я — любимец Вселенной. Я есть Единое — природа трансцендентального Знания. Я, кроме того, — вечное Единое, Господь, беспримесное Единое, Единое, которое лишено состояний (бодрствования, сна и глубокого сна), Единое, которое лишено Вселенной.

59. Безначальное Сознание — Нерождённое, Целое и всегда пребывающее в своём естественном доме — пещере Сердца, не имеет формы, мира или Нечистоты. Оно — за пределами сравнения и полностью непривязанное. Его нельзя постичь умом, нельзя увидеть или прочувствовать.

60. Неоднократно сознавай так. “Я есть Он, вечная вездесущая Реальность, которая есть *Брахман*”. Кто бы так ни пребывал невозмутимо, медитируя длительное время, станет высочайшим *Брахманом*, этим достигая Бессмертия.

61. Объяснив таким образом природу Знания, дающего возможность каждому достичь Освобождения, которое всегда доступно, я сейчас перейду к описанию поведения, предписанного искателям. Прекрасная, слушай его внимательно.

62. О царица среди женщин! Познай, что купание в святых водах, повторение священных имен или слогов, ежедневное совершение *хомы*, почитание, другие жертвоприношения в огне или любые иные средства [*садханы*], которым следуют после интенсивного изучения, никогда не требуются для него (серьезного практика, ищущего Освобождение).

63. *Ниямы*, почитание божеств в святых местах, почитание божеств повторением святых имен, жертвы ради предков, паломничества к святым местам, распространившимся по Земле, и соблюдение великих обетов — всё это не для него (серьезного практика, ищущего Освобождение).

64. Он не пожинает плоды действий, хорошие они или плохие. Важные даты и специальные ритуалы, усердно выполняемые в миру, — не для него. Отбрось все действия и все типы мирских кодексов поведения.

65. Отрекись полностью от всех религиозных предписаний и дисциплин. Поскольку все виды действий кончаются узами, оставь все действия — планы, конфликты ума и привязанность к обязанностям своего круга.

66. Даже если устремленный овладевает многими видами сверхъестественных сил и магическими силами, такими как видение погребенных в землю, и может демонстрировать их перед миром, ему следует отбросить привязанность ума к ним.

67. Все эти (силы) — только узы для индивидуальной души. В дальнейшем они тянут человека следовать низкими Путиями. Высочайшая Радость Освобождения не лежит ни на одном из них, но только в бесконечном Сознании.

68. Должно неизменно заниматься йогой (практикой пребывания в А т м а н е ) при всех условиях, не позволяя какому-либо особому событию действовать неблагоприятно. Если, из-за сомнений, возникает заблуждение в форме тяготения к почитанию святых мест и храмов, то отвергай его немедленно.

69. Слушай меня, Парвати! Познай, что только благо-разумный человек, который никогда не делает что-либо, ведущее к разрушению какой-либо формы жизни, такой как насекомые, черви, птицы или растения, есть тот, кто ищет истинное Знание.

70. Он (истинный устремлённый) не должен вытаскивать молодые корни (ароматных растений, что часто делают при почитании); ему не следует даже срывать листья; ему не следует в гневе вредить любой живой твари; он не должен бессердечно срывать даже цветы.

71—72. Ему следует почитать Господа Шиву, используя только цветы, опавшие естественно. Ему не следует потворствовать низким практикам, таким как *марана* (вызывание разрушения использованием определенных мантр), *учадана* (отвлечение силой человека от мантр), *видвешана* (вызывание взаимной ненависти между людьми), хорошо известная *стхамбана* (замораживание способностей человека), вызывание лихорадки, толкание

в сферу действия злых духов, возбуждение, злонамеренный контроль других, привлечение и увлечение за собой других и т. д. Откажись от почитания камней, объектов из дерева и тому подобных предметов.

73. Отбросив великие *мудры*, принятые, чтобы закрепить ум на божествах, находящихся в святых местах и храмах, и связанные с ними жертвоприношения, оставь также и *васаны*, которые могут накапливаться при таких практиках в прошлом, и прилепись только к А т м а н у , всепроникающему подлинному Сознанию.

74. Сохраняй беспристрастность в отношении ко всему, не увлекайся чем-либо, сохраняй самообладание и в счастье и в страдании, будь одинаковым с друзьями и врагами, обращай одинаково с куском разбитого грязного горшка и с куском золота.

75. Познай, что безупречный йогин — тот, кто не позволяет себе склоняться желанием к удовольствиям чувств, кто освобождает себя в Сердце от *манакары* (обращения с вещами как “моими”), кто имеет непоколебимый ум, свободен от желания и страха и кто всегда наслаждается в А т м а н е .

76. Не затрагиваемый ни хвалой, ни злословием, одинаково обращаясь со всеми тварями, он должен неизменно сохранять равный взгляд [*сама дришти*], рассматривая все живые существа в мире как самого себя.

77. Избегай ненужных дискуссий и мирских общений. Не твори размолвок среди других. Не участвуй в обсуждениях Писаний. Оставь как слова брани, так и восхваления.

78. Постепенно и полностью избавься от ревности, злословия, напыщенности, страсти, ненависти, гнева, страха и печали.

79. Если человек свободен от всех пар противоположностей и всегда живет в уединении (пребывая только в себе), он обретает совершенную Мудрость даже в этом теле и затем сияет лучезарным внутренним Светом. Познай это.

80. Освобождение достигается только Знанием [джняна]. Другими силами [сиддхи] такой плод недостижим. Однако стремящиеся очаровываются вредоносными мирскими радостями и чудотворными силами [сиддхи] и страстно ищут их.

81. Познай, что чистый безупречный практик получит опыт того незапятнанного Господа (высочайшего *Брахмана*) и определенно достигнет Освобождения, искал он сверхъестественные силы или нет.

82. Тело — форма, состоящая из пяти элементов. Единый всепроникающий Шива также сладко разместился здесь (как Сознание). Следовательно, вся Вселенная, прямо от неделимого всепроникающего *Шивам* (высочайшая и наиболее абстрактная *таттва*, или принцип) вплоть до этого мира, есть форма Шанкары (то есть Шивы).

83—84. Дражайшая! Серьезные искатели, видящие просветлённого и почитающие его в унисон тремя инструментами (умом, речью и телом), предлагая ему с горячей сердечной любовью сладко пахнущую пасту сандала, фрукты, цветы, аромат, свежую воду для купания, одежду и пищу, таким образом достигнут Освобождения. Познай, что почитающие того *джняни* пожинают плоды его праведных дел, а порочащие — следствия его грехов.

85. Я открыл истину о Знании и подобающем ему поведении, как ты и просила. Этот цельный Путь есть действительно *Калоттара джняна* (знание, открываемое на последней стадии зрелости). Скажи мне, о Парвати, если хочешь еще что-нибудь спросить.



## Переводы из Упанишад

*10 сентября 1938 года Бхагаван перевел на тамили следующий отрывок из Упанишад\*.*

Бессмертие не приобретается посредством действия или производством потомков, или богатством. Некоторые достигают этого состояния отречением.

Мудрецы (покорившие чувства) достигают того *Сат* [Бытия], которое выше Небес и сияет Само по Себе в Сердце.

Знатоки, которые отречением и однонаправленностью очистили сердце и познали несомненность Истины особым знанием, провозглашенным Ведантой, при растворении тела в *Брахма-локе* становятся полностью свободными от причинной *майи*.

Только то, сияющее как крошечное пространство [*акаша*], свободное от печали, в лотосе Сердца, крошечное местообитание незапятнанного Высочайшего во (внутреннем) ядре тела, действительно заслуживает почитания.

Только тот есть Высочайший Господь, кто находится выше Первоначального Слова, которое есть начало и конец *Вед* и в котором пребывает творческая Причина.




---

\* См. [9, с. 17—18]. Английский перевод А. У. Чачвика. См. [24, с. 494—445].



### Переводы из Шанкарачарьи

*В VIII веке н. э. чистое ведантическое учение, доктрина адвайты, или Недвойственности, которая представляет собой самую суть индуизма, находилось в упадке, и его значение было полностью восстановлено великим духовным Учителем Шри Шанкарой, известным также как Шанкарачарья, или “Учитель Шанкара”.*

*Шри Рамана Махарши, будучи совершенным джняни, т. е. человеком, который освободился от иллюзии и упорочился в Абсолютном Знании, принял учение Шри Шанкары как своё собственное. Время от времени Он переводил ту или иную работу Шри Шанкары — добровольно или по просьбе какого-нибудь почитателя, не знавшего санскрита и нуждавшегося в тексте на тамили.*

## ДАКШИНАМУРТИ СТОТРА

*Введение**(Шри Бхагавана)*

Брахма (Четырехликий бог) силой мысли вызвал к жизни четырех сыновей: Санаку, Сананду, Санатсуджату и Санаткумару. Он попросил их помочь в работе по творению мира, его сохранению и т. п., но они совсем этим не интересовались поскольку не имели никаких привязанностей. Они скитались в поисках Мира и спокойствия. В силу их крайнего бесстрастия и готовности (для восприятия духовных наставлений) Шива, великий бог сострадания, проявился перед ними в человеческий форме как Дакшинамурти (бог с лицом, обращенным на юг) под баньяном. Он сидел безмолвно, погруженный в себя, а его правая рука представляла жест, известный как *чинмудра*<sup>1</sup>. Четверо искателей были привлечены к нему, словно железо к магниту. Они сели перед Ним, поглощенные, подобно Ему, А т м а н о м , истинным Я. Даже далеко продвинувшиеся духовные ученики не сразу понимают это состояние молчания. На этом пути препятствиями являются: мир, видящий и сознание, познающее мир. Однако все это есть Одна Сила [*шакти*], которая проявляется в качестве упомянутых трех, и она же уводит их в себя. Все существующее есть та сила, которая и есть А т м а н . Шанкара изложил эту истину в следующем гимне.

---

<sup>1</sup> *Чинмудра*: буквально — жест Чистого Сознания, который образуется при соприкосновении указательного и большого пальцев и вытягивания остальных пальцев. Этот жест символизирует не только единство, находящееся за пределами множественности, но также и тождество индивидуального “Я” и Высочайшего Я.

### **Гимн** **Шанкарачарьи к Дакинамурти**

Согласно индуистским легендам Дакинамурти (что означает “обращенный на юг”) — Бог, или Шива, проявленный как юноша. Он является Божественным Гуру и руководит учениками, старшими по возрасту, посредством безмолвного влияния на их Сердце. Имя также разделяется как Дакишина-амурти и означает “Бесформенная Сила”.

Махарishi — это проявленный Шива, Божественный Гуру, который учит посредством Молчания, Тишины ума, и поэтому Его отождествляют с Дакинамурти.

### **Благословение**

Тот Шанкара, который появился как Дакинамурти обеспечить покой великим аскетам (Санакe, Санандане, Санаткумаре и Санатсуджате), Кто обнаружил своё Реальное состояние Безмолвием и Кто выразил природу А т м а н а в этом Гимне, пребывает во мне.

### **Гимн**

Он, Кто наставляет посредством Тишины высочайшего *Брахмана*, Кто юн, Кто является наиболее выдающимся Гуру окруженным наиболее компетентными учениками, непоколебимо пребывающими в *Брахмане*, Кто держит руки в мудре означающей просветление<sup>1</sup>, Кто имеет природу Единства, Кто находит блаженство в Самом Себе, Кто лицом милостив — тому Отцу, лицо которого обращено к югу<sup>2</sup>, мы поклоняемся.

Ему, кто посредством *майи*, как сном, видит в себе вселенную, которая пребывает внутри как некий город, появ-

<sup>1</sup> Существует много традиционных *мудр* или жестов рук, которые используются в индийской хореографии и иконографии каждая из которых имеет свое собственное значение.

<sup>2</sup> Высочайший Гуру есть духовный северный полюс, а потому традиционно обращен лицом к югу.

ляющийся в зеркале, но как бы и вне его, Кто познает во время пробуждения свое собственное единственное истинное Я, Первичному Гуру, Дакшинамурти, да будет это поклонение!

Ему, Кто, подобно магу или даже великому йогину, проявляет Своей собственной мощью эту вселенную, которая вначале не видоизменяется, подобно ростку семени, но затем становится видоизменяемой в различных условиях пространства, времени и кармы и утверждается майей, Ему, Гуру Дакшинамурти, да будет это поклонение!

Ему, Кто один испускает свет, имеющий природу существования, проникающий сквозь объективный мир так, словно он не существует; Ему, Кто наставляет обращающихся к Нему с установкой “Ты есть ТО”; Ему, с осознанием Кого больше не впадают в океан перерождений; Ему, являющемуся прибежищем аскетов, Гуру Дакшинамурти, да будет это поклонение!

Ему, Кто светит подобно лампе, поставленной внутри горшка со многими отверстиями; Ему, чьё знание движется наружу через глаз и другие органы чувств; Ему, сияющему как “Я знаю” и вслед за которым сияет вся вселенная; Ему, неподвижному Гуру Дакшинамурти, да будет это поклонение!

Те, кто знает “Я” как тело, дыхание, чувства, интеллект или пустоту, просто введены в заблуждение подобно женщинам и детям — они слепы, невежественны, несдержанны в речи. Ему, Кто разрушает великую иллюзию, вызываемую неведением; Ему, Кто устраняет препятствия к Знанию, Гуру Дакшинамурти, да будет это поклонение!

Ему, Кто спит, как солнце или луна при затмении, когда проявленный ум действует вследствие покрывала майи и, пробуждаясь, познает Свое собственное существование, мысля “Я спал до сих пор”; Ему — Гуру всего, что движется и неподвижно, Гуру Дакшинамурти, да будет это поклонение!

Ему, Кто посредством мудры, означающей просветление, являет своим почитателям Свой родной А т м а н , тот что вечно сияет внутри как Я, постоянно во всех изменчивых состояниях таких как детство и т.п., пробуждение

и т. п., Ему, чей взгляд есть форма огня Знания, Гуру Дакшинамурти, да будет это поклонение!

Для человека, ослеплённого *майей*, во сне и наяву мир виден в его различиях, таких как причина и следствие, слуга и господин, ученик и учитель, отец и сын; Ему, Гуру этого мира, Дакшинамурти, да будет это поклонение!

Ему, чья восьмеричная форма представляет собой всю эту движущуюся и неподвижную вселенную, проявляющуюся как земля, вода, огонь, воздух, эфир, солнце, луна и душа, выше Кого — Высочайшего и всепроникающего, не существует больше ничего для исследователей, Ему, милостивому Гуру Дакшинамурти, да будет это поклонение!

Итак, в этом Гимне была объяснена суть покрывала, охватывающего все личности, слушанием Гимна, размышлением о его значении, медитацией на нем, рецитацией\* его обретается власть и высочайшее великолепие, заключенное во вселичностном покрывале, а кроме того, достигается не знающая препятствий сверхъестественная сила, сама представленная восемью формами.



---

\* То есть декламацией, или повторением вслух по памяти.

## ГУРУСТУТИ

### *Введение*

(Шри Бхагавана)

*Некоторое время Шанкарачарья путешествовал по стране и вёл ученые диспуты с представителями различных школ философской мысли, побеждая их. Так он попал в город Махишмати на севере Индии, где жил Мандана Мишра, выполнявший ведические ритуалы. Шанкарачарья победил его в дебатах, но жена пандита отказалась признать поражение, пока и она не будет побеждена. Поэтому Шанкара убеждал её и победил по всем вопросам, кроме эротических. Тогда он попросил отсрочку на месяц и, оставив своё тело в пещере под присмотром учеников, вошёл в тело только что умершего царя Амарука, чтобы набраться ума-разума в его гареме, в котором были сотни жен. К концу срока, установленного Гуру, ученики стали беспокоиться. Поэтому некоторые из них под видом бродячих певцов проникли во дворец и спели приводимый ниже гимн.*

### *Текст*

1. ТО есть Истина, которую мудрый осознает как Атман, истинное Я, осадок, остающийся после удаления внимания от внешних объектов — с формой или без (эфир, воздух, огонь, вода и земля), посредством заботливого применения священного текста “Не это, не это”. **Ты есть ТО!**

2. ТО есть Истина, которая, образовав первоэлементы (эфир, воздух и пр.) и вступив в мир, скрылась за пятью оболочками, что обмолачиваются Мудрецом посредством песта различения, так же как зерно очищается обмолотом и отвеиванием мякины. **Ты есть ТО!**

3. Как дикие лошади укрощаются ударами хлыста и загоном в стойло, точно так непокорные чувства блуждающие среди объектов, Мудрец бичует хлыстом различения, указывающего что объекты нереальны и привязывает верёвкой чистого интеллекта к Атману. Такова Истина. **Ты есть ТО!**

4. Истина установлена Мудрецом как субстрат, отличный от состояний бодрствования, сна со сновидениями и глубокого сна, их собственных видоизменений, которые на самом деле содержатся вместе, подобно цветам на гирлянде. **Ты есть ТО!**

5. ТО есть Истина, которую Писания определяют как первопричину всего, полностью разъясняя это в таких текстах, как: “Все это есть *Пуруша!*”, “подобное золоту в золотых украшениях” и т. д. **Ты есть ТО!**

6. Истина убедительно провозглашена Писаниями в таких текстах, как: “Он, который в Солнце, есть и в человеке”, “Он, кто сияет в Солнце, сияет и в правом глазу” и т. п. **Ты есть ТО!**

7. То, что чистые брахманы устремлённо ищут повторением *Вед*, религиозными жертвоприношениями, серьёзным применением с трудом достигнутого ими знания, отречением, есть Истина. **Ты есть ТО!**

8. ТО есть Истина, которую доблестные достигают поиском, контролем ума, воздержанием, аскёзой и т. п., а также погружением эго в *А т м а н*. Осознавшие ТО, они считаются героями, достигшими своей высочайшей цели. ТО есть трансцендентальная *Сат-Чит-Ананда* (Бытие-Сознание-Блаженство), после достижения которой не остаётся больше ничего тревожащего, ибо господствует совершенный Мир. **Ты есть ТО!**

Услышав (эти стихи), Учитель приказал им (своим ученикам) уйти и, немедленно покинув тело царя, вошёл в свое собственное. Затем он отправился к хозяйке дома (жене Манданы Мишры) и, победив её, сделал их обоих (её с мужем) своими последователями. После этого он продолжил свой путь просветления всего мира.



## ХАСТАМАЛАКА СТОТРА

### *Введение*

*(Шри Бхагавана)*

*Когда Шанкара, Гуру мира, путешествовал по западным районам Индии и побеждал (в диспутах представителей различных школ философской мысли), он как-то пришёл в деревню, которая называлась Шривали. Когда один из жителей деревни, брахман Прабхакара, услышал о его прибытии, то пришел к нему со своим тринадцатилетним сыном. Он и его сын простерлись перед Шанкарой. Затем брахман объяснил, что мальчик с детства нем и что он свободен от любви и ненависти, чувства похвалы и порицания, что он полностью бездейтелен. Гуру сам поднял мальчика и спросил его радостно:*

### *Текст*

1. “Кто ты? Чей ты ребенок? Куда идешь? Как твое имя? Откуда ты пришел? О дитя! Я хотел бы услышать ответы на эти вопросы”. Так сказал Шри Шанкарачарья мальчику, и Хастамалака ответил нижеследующее.

2. Я — ни человек, ни бог, ни *якша*, ни брахман, ни кшатрий, ни вайшья, ни шудра, ни *брахмачарин*, ни домохозяин, ни живущий в лесу, ни *санньясин*, но Я — только чистое Сознание.

3. Подобно тому, как Солнце является причиной всех действий в мире, так же и Я — везде присутствующий, сознающий *А т м а н*, — являюсь причиной деятельности ума и проявлений чувств. Опять-таки, подобно тому, как эфир является всепроникающим, но лишённым каких-либо особых качеств, так же и Я свободен от любых качеств.

4. Я — сознающий *А т м а н*, всегда присутствующий и связанный со всем, так же как жар всегда связан с огнем. Я есть то вечное неразличимое, непоколебимое Сознание, благодаря которому не обладающий чувствительностью ум и чувства действуют, каждый по-своему.



5. Я — тот сознающий А т м а н , от которого зависит эго, подобно тому, как изображение в зеркале не является независимым от того, что отражается.

6. Я — бескачественный, сознающий А т м а н , существующий даже после угасания *буддхи*, подобно тому, как предмет продолжает оставаться таким же даже после усхранения зеркала, в котором он отражается.

7. Я — вечное Сознание, существующее отдельно от ума и чувств. Я — ум ума, глаз глаза, ухо уха и т. д. Я — непознаваем умом и чувствами.

8. Я есть вечный, одинокий, сознающий А т м а н , отражаемый в различных интеллектах, подобно тому, как солнце отражается на поверхности различных водоемов.

9. Я — единственный, сознающий А т м а н , освещающий все интеллекты, подобно тому, как солнце одновременно освещает все глаза так, что они воспринимают объекты.

10. Только те глаза, которым помогает свет солнца, способны увидеть предметы, а не иные. Источник, от которого солнце получает свою силу, — это Я Сам.

11. Подобно тому, как отражение солнца на беспокойных водах кажется разорванным, а на спокойных — видится совершенным, так же и Я, сознающий А т м а н , не распознаюсь в возбужденных интеллектах, хотя в успокоенных Я блистаю отчетливо.

12. Подобно тому, как глупец думает, что солнце исчезло навсегда, когда оно скрыто плотными тучами, так же и люди думают, что всегда свободный А т м а н связан.

13. Подобно тому, как эфир — всепроникающ и не затрагивается воздействием, так же и вечно сознающий А т м а н проникает всё, не будучи задет тем или иным образом. Я есть тот А т м а н .

14. Подобно тому как прозрачный кристалл принимает черты своего фона, но никак при этом не меняется, а также подобно тому, как неподвижная луна при её отра-

жении на беспокойных водах кажется волнующейся, так же и с Тобой, Всепроникающий Бог!

Отец мальчика от чуда этих слов лишился речи. Но Ачарья сказал ему: “Он стал твоим сыном из-за своего незавершенного *тапаса*. Такова твоя счастливая судьба. В этом мире он не принесет тебе никакой пользы. Позволь ему остаться со мной”. Шанкара попросил отца вернуться домой и, взяв мальчика с собой, продолжил путь. Впоследствии ученики спрашивали его: “Как мальчик достиг состояния *Брахмана* без слушания [*шравана*] и т. п.?” Гуру отвечал: “Его мать попросила присмотреть за двухлетним ребенком великого и далеко продвинувшегося йогина, который практиковал *тапас* на берегу Ямуны, а сама пошла совершить омовение вместе с несколькими женщинами. Ребенок заполз в воду и утонул. Из сострадания к безутешной матери *садху* покинул свое тело и вошёл в тело ребенка. Вот почему этот мальчик достиг такого высокого состояния”.



## АТМА БОДХА (Познание А т м а н а )

*Один мусульманин, почитатель Бхагавана, как-то прислал Ему тамильский перевод этой поэмы Шанкарачарьи, написанной на санскрите. Бхагаван подготовил следующий ниже новый перевод на тамили. Он выполнил всю работу за одну ночь!*

“Может ли Шанкара, милостиво давший учение об А т м а н е , отличаться от своего собственного Я? И кто, кроме него, сегодня, пребывая как сокровенное Я во мне, говорит это на тамильском языке?”

*Шри Рамана*

1. Это — *Атма Бодха* — предназначено для тех искателей Освобождения, которые длительным *тапасом* уже очистили себя от загрязнений, достигли умиротворенности ума и свободы от желаний.

2. Из всех средств достижения Освобождения только знание является прямым средством — столь же существенным, как огонь для приготовления пищи; без него Освобождение не может быть достигнуто.

3. Не будучи противоположной неведению *карма* его не разрушает. С другой стороны, знание, безусловно, разрушает неведение, как свет прогоняет тьму.

4. Из-за неведения А т м а н сейчас кажется как бы спрятанным; при устранении неведения чистый А т м а н засияет Сам, как солнце после рассеивания туч.

5. *Джива* запутана в неведении. Постоянной практики знания *джива* становится чистой, так как знание исчезает (совместно с неведением), как очищающий воду орех вместе с загрязнениями — в воде.

*Сомнение: Но здесь существует мир; как может только истинное Я быть реальным и недвойственным?*

6. *Ответ: Сансара* полна привязанностей и отвращений и других противоположностей. Подобно сну, она

кажется реальной некоторое время; однако при пробуждении она исчезает, поскольку не обладает реальностью.

Сомнение: *Я понимаю, что сон нереален, так как он опровергается пробуждением; однако мир сохраняется и я нахожу только его реальным.*

7. *Ответ:* До тех пор пока недвойственный Брахман — основа всего — не виден, мир кажется реальным, подобно иллюзорному серебру в жемчужной раковине.

Сомнение: *Но мир столь разнообразен, а Вы говорите, что существует только единство.*

8. *Ответ:* Подобно пузырям на поверхности океанских вод, все миры возникают, пребывают и растворяются в Высочайшем Бытии [Парамеша], которое является причиной причин и опорой всего.

9. Во всепроникающем Бытии-Сознании-Блаженстве все эти предметы и индивидуальности появляются (как феномены) словно различные украшения, сделанные из золота.

Сомнение: *Да; но что сказать о бесчисленных индивидуальных душах?*

10. *Ответ:* Точно как всепроникающий акаша (эфир) кажется разделенным в различных объектах (яме, кувшине, доме, театральном холле и т. п.), но остаётся без видоизменений при отсутствии ограничений, так остаётся и единый, недвойственный Правитель чувств (кажущийся функционирующим как боги, люди, скот и т. п.).

Сомнение: *Однако люди имеют отличающиеся черты и действуют сообразно обстоятельствам.*

11. *Ответ:* Эти черты также являются наслоениями. Чистая вода (сама по себе безвкусная) становится сладкой, горькой и солёной в зависимости от того, что к ней примешано [упадхи]. Подобным образом раса, имя, статус и т. п. — всё это наложено на недвойственный Атман всего. Каковы же эти упадхи, которые производят такой обман в восприятии Атмана? Как описано здесь, они бывают грубыми, тонкими и очень тонкими.

12. Грубое тело, произведённое из пяти грубых элементов (земли, воды, огня, воздуха и эфира), предназначено пожинать плоды прошлых действий в форме удовольствия и страдания.

13. Тонкое тело, состоящее из пяти дыханий, ума, интеллекта, десяти чувств и произведённое из тонких элементов, также предназначено для наслаждения (как во сне).

14. Невыразимым и безначальным незнанием зовётся причинное тело (состояние глубокого сна). Познай, что А т м а н отличается от этих трех *упадхи*.

*Сомнение: Если это так, то почему А т м а н не открывается мне? Кроме того, в шрути говорится: “Этот Пуруша возник из аннараса (сущности пищи)”.*

15. *Ответ:* Так же как чистый кристалл (сам по себе бесцветный) кажется красным, синим, желтым и т. д. в соответствии с его фоном, так и А т м а н , чистый и незапятнанный, кажется отождествлённым с телом, чувствами, умом, интеллектом и блаженным неведением [*панча коша*], когда контактирует с ними.

16. Так же как очистка шелухи высвечивает внутри зерно (риса), точно так же следует каждому рассудительно отделять чистый А т м а н от скрывающих Его слоев.

*Сомнение: Говорят, что А т м а н — везде. Почему же следует рассудительно искать Его внутри пяти слоев?*

17. *Ответ:* Всегда и везде присутствуя, А т м а н не сияет в любом месте. Так же как свет отражается только в прозрачной среде, так и А т м а н ясно видится только в интеллекте.

18. А т м а н осознаётся в интеллекте как свидетель деятельности ума, тела, чувств и грубой природы [*пракрити*], как король в отношении к придворным.

*Сомнение: А т м а н кажется участником их деятельности, поэтому Он не может ни отличаться от них, ни быть их свидетелем.*

19. *Ответ:* Как луна кажется движущейся при движении облаков вокруг, точно так же А т м а н кажется

активным для нераспознающих, в то время как, воистину, активны чувства.

*Сомнение: Для активности — тело и пр. должны также быть разумными; но они, как говорят, инертны. Как же могут они действовать без участия в их деятельности разумного А т м а н а ?*

20. *Ответ:* Так же как люди исполняют свои обязанности при свете солнца (но солнце не участвует в них), так и тело, чувства и др. функционируют в свете А т м а н а без Его участия.

*Сомнение: Действительно только А т м а н интеллектуален. Я знаю себя как рожденного, растущего, стареющего, счастливого или несчастливой и т. д. Прав ли я?*

21. *Ответ:* Нет. Характеристики тела (рождение, смерть и т. д. ) и чувства наложены на Бытие-Сознание-Блаженство, как синева в небе — для тех, кто не различает.

22. Точно так же свойства ума, такие как активность и пр., из-за незнания накладываются на А т м а н а , словно движение воды на луну, отраженную в ней.

23. Страдание и радость, удовольствие и неудовольствие ощущаются лишь тогда, когда проявлен интеллект. В глубокое сие интеллект остается скрытым и они не чувствуются. Поэтому они относятся к интеллекту, а не к А т м а н у (истинному Я). Вот реальная природа А т м а н а .

24. Подобно тому как свет — сущность солнца, прохлада — воды, жар — огня, так же и вечное, чистое Бытие-Сознание-Блаженство есть само истинное Я.

*Сомнение: Иногда так или иначе, каждый чувствует: “Я счастлив”, и тогда восприятие Бытия-Сознания-Блаженства очевидно. Как можно сделать этот опыт постоянным и неизменным?*

25. *Ответ:* Бытие-Сознание относится к А т м а н у , образ “Я” или видоизменение относится к интеллекту; они четко отличаются друг от друга. Однако, благодаря неведению, человек смешивает их думая “я знаю” и поступает соответственно этому.

26. Нет ни изменений (или действия) в А т м а н е , ни знания в интеллекте. Только *джива* обманывается, принимая себя за знающего делающего и видящего.

27. Человек ощущает страх, по ошибке принимая *дживу* за А т м а н , словно видя змею в веревке. Если же человек узнает, что он не *джива*, а высочайшее Я, то он будет всегда свободен от страха.

28. Только А т м а н освещает чувства, интеллект и пр., подобно лампе, освещающей предметы, например горшки. А т м а н не освещается ими, так как они инертны.

Сомнение: Если А т м а н не может быть познан интеллектом, то не будет познающего, чтобы познать Его, и А т м а н окажется недоступным для познания.

29. Ответ: Чтобы видеть свет, не нужно другого света. Поэтому и А т м а н , будучи самолучезарным, не требует других средств для Его познания. Он сияет Сам по Себе.

Сомнение: В этом случае каждый должен уже осознать себя, без усилий, однако это не так.

30. Ответ: На основе учения *Вед*, утверждения “Не это, не это”, устрани все наслоения [*упадки*] и с помощью Великих изречений [*махавакьи*] осознай тождественность *дживатмы* (индивидуального “я”) с *Параматманом* (Высочайшим Я).

31. Весь объективный мир, и тело в том числе, порожден неведением и быстротечен, словно пузыри на воде. Познай, что А т м а н отличается от него и тождествен *Брахману* (Высочайшему).

32. Рождение, смерть, старость, болезнь и пр. не относятся ко мне, ибо Я отличен от грубого тела. Не будучи чувствами, Я не связан с предметами чувств, как, например, со звуком и пр.

33. *Шрути* провозглашают: “Я — не жизненный ветер [*прана*], не ум, а чистое Бытие”. Не будучи умом, Я свободен от любви и ненависти, страха и пр.

34. “Я свободен от качеств и действий, вечен, един, незапятнан, неизменен, бесформен, вечно свободен и чист”.

35. “Подобно эфиру, Я всегда проникаю всё изнутри и снаружи, незыблемый, уравновешенный, чистый, незапятнанный, ясный и непоколебимый”.

36. То, что остаётся вечным, чистым, всегда свободным, полностью одиноким, ненарушимым в блаженстве, недвойственным, Бытие-Сознание-Блаженство, Трансцендентальный *Брахман* — есть Я.

37. Продолжительная постоянная практика медитации “Я есть только *Брахман*” разрушает все *васаны* (скрытые тенденции), порождённые неведением, подобно тому как могущественное лекарство [*расаяна*] устраняет болезнь.

38. Будь бесстрастным, контролируй чувства и не позволяй блуждать уму; сядь в уединенном месте и медитируй на *А т м а н е* как Бесконечности и Одном-без-второго.

39. Сохраняй чистоту ума; пронизательным интеллектом устрани все объекты в *А т м а н е* и всегда медитируй на *А т м а н е* как на чистом и единственном, словно эфир.

40. Отвергнув все имена, формы и т. п., ты станешь знающим Высочайшее Бытие и останешься совершенным Сознанием-Блаженством.

41. Для ставшего Сознанием-Блаженством нет больше никаких различий, как, например, познающий и познаваемое; и только *А т м а н* сияет Сам Собою.

42. Если в процессе постоянной медитации *А т м а н* и эго будут приведены в соприкосновение, подобно двум кускам дерева, то пламя огня знания полностью сожжёт любое невежество.

43. Знанием разрушая незнание, словно светом зари, рассеивающей тьму ночи, *А т м а н* поднимется, как солнце, во всём Своем великолепии.

44. Воистину — *А т м а н* всегда здесь и теперь, однако Он не очевиден из-за неведения. С разрушением неведения *А т м а н* кажется как бы достигнутым — словно ожерелье на собственной шее<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Намек на рассказ о женщине, носившей драгоценное ожерелье, которая, вдруг забыв, где оно, начала беспокоиться, искала его везде и даже просила других о помощи до тех пор, пока хороший друг не указал ей, что ожерелье — на её собственной шее.



45. Как в темноте, ошибаясь, столб за вора принимают, так же и *Брахман* по неведению принимают за *дживу*. Если же усмотрена истинная природа *дживы*, то заблуждение исчезает.

46. Знание, возникающее из переживания Реальности, мгновенно разрушает невежественное восприятие — “я” и “мое”, которое схоже с обманчивым путем в темноте.

47. *Джняни*, кто есть полностью осознавший Себя йогин, видит оком мудрости все объективные феномены пребывающими в *А т м а н е* и исходящими из Него и таким образом *А т м а н* как Единственное Бытие.

Сомнение: *Как тогда он действует в мире?*

48. *Ответ:* Так же как глина — только материал для изготовления различной утвари (горшка, кувшина и т. п.), так он видит, что *А т м а н* тоже составляет всю вселенную и нет ничего, кроме *А т м а н а*.

49. Для того чтобы обрести Освобождение еще при жизни, Мудрецу следует полностью отбросить все наслоения [*упадхи*] и таким образом достичь истинной природы Бытия-Сознания-Блаженства, подобно личинке, превращающейся в осу.

50. Переплыв океан иллюзии и умертвив демонов привязанностей и отвращения, йогин, обретший *шанти* (Покой), находит наслаждение в *А т м а н е* и пребывает в Его собственной Славе.

51. *Дживанмукта* (из стиха 49), освобождённый от всех желаний преходящего, внешних радостей, наслаждается в своем родном *Я* и остаётся чистым и устойчивым, словно пламя светильника, поставленного в сосуд.

52. Как *акаша* (эфир) не затрагивается предметами, находящимися в нем, так и *муни* (Мудрец) остаётся незапятнанным наслоениями [*упадхи*], охватывающими его. Будучи всезнающ, он остаётся, словно неведающий, и движется, как ветер, не оскверняемый объектами, которых касается.

53. После растворения всех наслоений (тела, чувств и т. п.) Мудрец тотчас же освобождается от особенностей,

погружаясь во всепроникающее Бытие (Вишну), словно вода — в воду, эфир в эфир или огонь — в огонь.

54. Не существует достижения более высокого, чем такое достижение, нет радости более значительной, чем такое блаженство, нет знания, превосходящего это знание, познай — это *Брахман*.

55. ТО, с видением которого ничего не остаётся для видения, с приходом которого нет возвращения в *сансару*, со знанием которого нечего больше знать, познай — это *Брахман*.

56. Что наполняет всё, вверху, внизу и вокруг, само есть Бытие-Сознание-Блаженство, недвойственное, бесконечное, вечное, всегда единственное, познай — это *Брахман*.

57. Что остаётся незыблемым, ненарушимым Блаженством, Единственным, что даже Писания косвенно обозначают процессом устранения как “Не это, не это”, познай — это *Брахман*.

58. Зависимые от доли неисчерпаемого блаженства Атмана, все боги, например Брахма, наслаждаются блаженством в соответствии с их рангом.

59. Словно масло в молоке, объективная вселенная находится в Нём; все деятельности основываются только на Нём; следовательно, *Брахман* — всепроникающ.

60. Что ни тонко, ни грубо, ни коротко, ни длинно, ни рожденное, ни гибнущее, что лишено формы, атрибутов, касты и имени, познай — это *Брахман*.

61. Чьим светом сияют солнце и другие светила, но который Сам не освещается ими и в чьем свете всё это видимо, познай — это *Брахман*.

62. Подобно огню в докрасна нагретом куске железа, *Брахман* пронизывает изнутри и извне весь мир, освещая его, и к тому же сияет Сам Сбой.

63. *Брахман* отличен от вселенной, однако нет ничего отдельного от *Брахмана*. Если что-либо кажется не *Брахманом*, то это только иллюзия, подобная воде в мираже.

64. Всё, что видно или слышно, не может отличаться от *Брахмана*. Истинное знание обнаруживает *Брахмана* как Бытие-Сознание-Блаженство и Одно-без-второго.

65. Только око Мудрости может видеть Вездесущее Бытие-Сознание-Блаженство, но не глаз неведения, ибо слепой не может видеть солнце.

66. Словно золото, освобождённое от окарины, *джива* [садкак] сожгла все свои нечистоты на огне Знания, вспыхивающего пламенем, разжигаемым *шраваной*, *мананой* и *нидидхьясаной* (слушание, размышление и медитация), и теперь сияет сама по себе.

67. Так как поднялось Солнце Знания, гонитель Темноты, то *А т м а н* сияет в пространстве Сердца как Вездесущий Вседержатель и освещает всё.

68. Тот, кто купается в чистых, теплых, вечно освежающих водах *А т м а н а*, который, будучи всегда всюду, здесь и теперь, не нуждается для поиска в особых центрах и периодах, ничего не совершает. Он — знающий всё; он проникает всё и вечно бессмертен.



## ВИВЕКАЧУДАМАНИ

*Этот трактат Шанкарачарьи был переведен Бхагаваном прозой на тамильский язык по настоятельным просьбам Его почитателей (хотя им был тогда доступен стихотворный перевод на тамили Брахмасри Бхикшу Шастригала) ещё в то время, когда Он жил в пещере Вирупакша; первая публикация — 1908 год.*

*Хотя в целом перевод следует оригиналу достаточно близко, но это всё-таки вольный перевод. Во многих местах порядок изложения идей несколько изменён в сравнении с оригинальным текстом на санскрите, эти идеи часто пересказываются, чтобы сделать их смысл более ясным и точным. Перевод Бхагавана — ярчайший свет, брошенный на оригинал, проявляющий множество тонких мест, которые только подразумеваются, но специально не оговорены в тексте на санскрите.*

### **Введение**

*(Шри Бхагавана)*

Каждое существо в мире стремится быть постоянно счастливым и свободным от печали, желает избавиться от телесных недугов и т. п., которые не являются его истинной природой. Далее, каждый испытывает величайшую любовь к себе, но эта любовь невозможна при отсутствии счастья. В глубоком сне, хотя и лишённый всего, каждый имеет опыт бытия счастья. Тем не менее из-за незнания истинной природы своего бытия, которое само по себе есть счастье, люди барахтаются в обширном океане материального существования, оставляя правильный путь, ведущий к счастью, и действуя при ошибочном мнении, что счастье заключается в получении удовольствий в этом и другом мирах.

К несчастью, однако, нет такого счастья, которое не имело бы налета печали. Именно поэтому — для указания прямого пути к постоянному счастью — Господь Шива, приняв облик Шри Шанкарачарьи, написал комментарии на Трой-

ной Канон [*Прастахана Трайя*] Веданты, которые восхваляют превосходство такого блаженства, и он продемонстрировал это на примере собственной жизни. Эти комментарии, однако, оказались мало полезными для тех ревностных искателей, которые погружены в осознание Блаженства Освобождения, но не имеют подготовки для их изучения.

Именно для таких, как они, Шри Шанкара представил экстракт комментариев в кратком трактате “Бриллиант в короне Различения”, подробно объясняя вопросы, которые должны быть схвачены искателями Освобождения, и направляя их, посредством этого, на истинный и прямой путь.

Шри Шанкара начинает с замечания, что действительно трудно обрести рождение человеком и что, достигнув этого, каждому следует стараться достичь блаженства Освобождения, которое есть истинная природа его бытия. Только *джняной*, или Духовным знанием, осознаётся это Блаженство, а *джняна* достижима только посредством *вичары*, или постоянного исследования. Для того чтобы изучить этот метод исследования, говорит Шри Шанкара, следует искать Милости Гуру; затем он описывает качества Гуру, его ученика и как последний должен приближаться и служить своему Учителю. Он далее подчёркивает, что для осознания блаженства Освобождения собственные индивидуальные усилия являются основным фактором. Только книжное знание не пойдёт этого Блаженства; оно может быть реализовано только посредством Само-исследования — *вичары*, которая состоит из *шраваны*, или преданного внимания к предписаниям Гуру, *мананы*, или глубокого размышления, и *нидидхьясаны*, т. е. культивирования уравновешенности в *А т м а н е*.

Три тела не есть *Я* и нереальны. *А т м а н*, то что есть *Ахам*, или *Я*, совершенно отличен от них. Только из-за неведения чувство *А т м а н а*, или *Я*-представление, ассоциируется с тем, что не есть *А т м а н*, и это, воистину, — оковы. Поскольку из неведения возникают узы, постольку из Знания следует Освобождение. Узнать это от Гуру и есть *шравана*.

Процесс *мананы*, который есть тонкое исследование, или глубокое размышление, состоит в отвержении трех тел, включающих в себя пять оболочек (физическую, витальную, ментальную, интеллектуальную и Блаженства), как не-*Я* и в обнаружении посредством тонкого вопрошания “Кто я?” того, которое отлично от всех трех и существует одиноко и универсально в Сердце как *Ахам*, или *Я*, точно как стебель травы, изящно вытянутый из своих оболочек. Это *Я* обозначено словом *твам* (в изречении Священного Писания *Тат-твам-аси*, “Ты есть ТО”).

Мир имён и форм — лишь придаток *Тат*, или *Брахмана*, и, не имея самостоятельной реальности, отвергается как реальность и утверждается только как *Брахман*. Наставление ученику, данное Гуру в *махавакье Тат-твам-аси*, которое провозглашает тождество *А т м а н а* и Высочайшего, есть эта *упадеша* (духовное руководство). Затем ученику предписывается оставаться в прекрасном состоянии *Ахам-Брахман* (*Я-Абсолют*). Тем не менее старые склонности ума дают ростки — крепкие и сильные — и составляют препятствие к продвижению. Эти склонности тройственны и коренятся в эго. Эго расцветает в обращённом вовне и отличающем одно от другого сознании, обусловленном силами проекции — *раджаса* и вуализации — *тамаса*.

Фиксировать ум твёрдо в Сердце до тех пор, пока эти силы не уничтожены, и осознать с непоколебимой, непрерывной бдительностью истину и тенденцию схождения, которая является характеристикой *А т м а н а* и выражена изречениями: *Ахам Брахмасми* [*Я есть Брахман*] и *Брахмаивахам* [*Брахман только есть Я*], — это названо *нидидхьясана*, или *Атманусандхана*. Это и есть постоянство в *А т м а н е*. Иначе это именуют *бхакти*, *йога* и *дхьяна*.

*Атманусандхана* сравнивается со сбиванием сливок для получения масла: ум — маслбойка, Сердце — сливки, а концентрация на *А т м а н е* — процесс сбивания. Точно как масло производится сбиванием сливок, а огонь — трением, так естественное и неизменное состояние *нирвикальпа самадхи* производится непоколебимой бдительной концентрацией на *А т м а н е*, непрерывной, подобно непре-

кращающемуся потоку масла. При этом легко и самопроизвольно пожинается то прямое, непосредственное, беспрепятственное и всеобщее восприятие *Брахмана*, которое есть сразу Знание и переживание и которое превосходит время и пространство.

Это восприятие есть осознание *А т м а н а*. Достижение его разрубает узел Сердца. Лживые иллюзии неведения, порочные и долголетние склонности ума, которые составляют этот узел, уничтожены. Все сомнения рассеяны и оковы *кармы* разорваны.

Таким образом в этом бриллианте короны Различения Шри Шанкара описал *самадхи*, или духовный транс, который есть безграничное Блаженство Освобождения, превосходящее сомнение и двойственность, и в то же время показал средства его достижения. Достижение этого состояния свободы от двойственности — подлинная цель жизни, и только тот, кто сделал это, — *дживанмукта*, освобождённый ещё при жизни, но не тот, кто имеет только теоретическое понимание того, что составляет *пурушартху*, или желанный конец и цель человеческих усилий.

Определив так *дживанмукту*, Шри Шанкара провозглашает его свободным от оков тройственной *кармы* [*санчитта*, *агами* и *праабдха*]. Ученик достигает этого состояния и затем устанавливает свое личное переживание. Освобожденный воистину свободен действовать как пожелает, и, когда он покидает тело, он пребывает в состоянии Освобождения, никогда не возвращаясь к тому рождению, которое есть смерть.

Этот (трактат) был уже переведён в стихах на тамили Брахмасри Бхикшу Шастригалом. Попробовав Сладость, составляющую сущность всех сладостей, какую бы форму и цвет они ни имели, и выбрав сладость (конкретную форму и цвет), которая отвечает их индивидуальным предпочтениям, практики различения переживут и наслаются вкусом той единой Сладости, не обращая внимания на достоинства и недостатки формы и цвета сладости, выбранной ими, ибо они (практики) сами не имеют различий!

### Благословение

Возрадуйтесь вечно! Сердце радуется у ног Господа, Кто есть А т м а н , вечно сияющий внутри как “Я — Я”, так что нет чередования ночи и дня. Это будет результат устранения незнания А т м а н а .

### Восхваление Гуру

Шри Шанкара *Джагатгуру* сияет как воплощение Господа Шивы. В этой работе, *Вивекачудамани*, он истолковал в деталях суть Веданты и её смысл для того, чтобы наиболее ревностные из стремящихся к Освобождению могли сами познакомиться с ней и достичь Бессмертия.

Почтим вечно блаженного Шри Говинда *Садгуру*, который должен быть узнан только по конечной истине Веданты, а не по любым другим мерилам.

### Текст

Воистину, очень трудно обрести человеческое тело. Даже имея тело, очень трудно стать брахманом. Будучи брахманом, ещё труднее следовать по пути *ведической дхармы*, исполняя все предписания *Вед*. Ещё более трудно стать совершенным *пандитом* и опять ещё более трудно предпринять исследование А т м а н а и не-А т м а н а , различие между Я и не-Я. Но более трудное, чем всё это, — получение Мудрости, рождающейся от переживания А т м а н а . Освобождение в форме пребывания как А т м а н , рождающееся из такой Мудрости, может быть достигнуто только как результат праведных действий на протяжении бесчисленных рождений. Однако даже хотя все вышеупомянутые ограничения могут не соблюдаться, Освобождение обеспечено посредством Милости Господа, если только выполнены три условия: человеческое рождение, напряжённое желание Освобождения и общение с Мудрыми.

Если большой ценой это диковинное человеческое тело, с его способностью понимать значение Писаний, приобретено, но, однако, за счёт привязанности к бесчувственным



вещам, не предприняты усилия для достижения неизменного состояния Освобождения, которое есть истинное состояние человека, то воистину имеет место глупое самоубийство. Разве есть больший глупец, чем тот, кто не ищет своего собственного блага?\*

Освобождение не достигается бесконечными затратами времени на чтение Писаний, почитание богов или что-либо иное, чем знание единства *Брахмана* и *Атмана*. Богатство или действия, ставшие возможными благодаря богатству, не могут выработать стремление к Освобождению. Поэтому Писания справедливо провозгласили, что действия не дают Освобождения. Для того чтобы получить Освобождение, должно героически отвергать даже само желание удовольствий этого мира. Затем должно искать совершенного Гуру, являющегося воплощением Тишины, и должно сосредоточивать ум и непрерывно медитировать на том, во что посвящён. Такая медитация ведёт к пребыванию в Мудрости, добытой на опыте. Погрузившись в этот корабль Мудрости, должно переправиться к берегу Освобождения того “Я”, которое погружено в океан *сансары*. Поэтому мужественному ученику следует отказаться от привязанности к жене, сыновьям, собственности и отбросить любую деятельность. Этим ему следует освободить себя от оков в колесе рождения и смерти и искать Освобождение. Действия предписаны только для очищения ума, но не для осознания *Атмана*. Знание истины *Атмана* приобретается только Само-исследованием, а не любым количеством действий. Человек, ошибочно принимающий верёвку за змею, повергается этим в страх, и его страх и беда могут быть устранены только знанием, что это — верёвка. Знающий друг сообщает ему об этом, человек исследует и обнаруживает, что это так. Здесь нет другого пути. Подобным образом знание *Брахмана* достигается посредством посвящения Гуру и поиском Истины. Эта Истина не может

---

\* Первые два абзаца текста могут рассматриваться как введение к нему. Общая структура текста и структуру основных Поучений, содержащихся в нём, приведены в Указателе (см. с. 472).

быть осознана через очищающие омовения, жертвы, контроль дыхания или иные практики. Тот, кто ищет Освобождение познанием *А т м а н а*, должен исследовать Себя с помощью совершенного Гуру, который, будучи свободным от желаний, является знающим *Брахмана* и Океаном Милости. Тот, кто способен, достигает Само-реализации главным образом посредством исследования; обстоятельства, время и Милость Господа играют роль, но как помощь в поиске.

Для того чтобы быть подготовленным к исследованию *А т м а н а*, человек должен иметь мощный интеллект и способность схватывать сущность и отбрасывать второстепенное, а кроме того — различные качества, перечисленные в Писаниях. Какие? Он должен быть в состоянии различать между Реальным и нереальным. Он должен иметь ни к чему не привязанный ум. Он должен обладать контролем над внешними и внутренними органами чувств. Он должен горячо жаждать Освобождения. И он должен быть неутомим в практике. Только такой ученик готов вопрошать в *Брахмане*. Ниже перечислены необходимые требования:

1. Различение между Реальным и нереальным.
2. Нежелание радоваться плодам действий ни в этой, ни в последующих жизнях.
3. Шесть добродетелей: спокойствие, самоконтроль, удаление (ума от объектов), терпеливость, вера и концентрация на *А т м а н е*.
4. Интенсивное стремление к Освобождению.

Устремлённый должен воистину иметь эти достоинства, для того чтобы достичь пребывания в *А т м а н е*; без них не может быть осознания Истины. Рассмотрим их.

1. Различение между Реальным и нереальным есть твердое убеждение, что только *Брахман* — Истина и что мир — нереален.
2. Мы одновременно наблюдаем и узнаём из Писаний, что все удовольствия, переживаемые живыми существами ниже *Брахмана*, — преходящи, непостоянны, вызывают беды и несовершенства; отказ от желаний их (иметь) есть *вайрагья*, или непривязанность.

3. а) Спокойствие [*шама*] подразумевает фиксацию ума на его цели многократной медитацией на несовершенства вещей и разочарование в них.
- б) Самоконтроль [*дама*] означает управление внешними и внутренними органами чувств и фиксацию их (органов) в соответствующих центрах.
- в) Удаление [*унарати*] означает отказ от всякой внешней активности путем фиксации ума на его цели столь твёрдо, чтобы он не отвлекался прежними склонностями на объекты.
- г) Терпение [*титикиша*] означает несение любых страданий, которые могут произойти, без попыток избежать их.
- д) Вера [*шраддха*], являющаяся причиной Само-реализации, — результат твёрдого убеждения в истинности Писаний Веданты и слов Гуру.
- е) Концентрация [*самадхана*] есть практика постоянного усилия зафиксировать ум, несмотря на его блуждающую природу, на чистом *Брахмане*.

Об этих шести качествах говорят как о необходимых для практики *самадхи*.

4. Интенсивное стремление к Освобождению [*мумукшутата*] возникает от желания осознать свою истинную природу и достичь свободы от оков тела и эго, которые вызваны неведением. Это стремление может иметь различные степени. Оно может быть только вялым или средним, но может быть в высшей степени развито посредством шести добродетелей, отмеченных выше, и в этом случае оно может принести плоды. Если стремление интенсивно, то эти добродетели плодоносят быстро. Но если отречение и устремление слабы, то результатом будет только видимость, подобная миражу в пустыне.

Из всех средств, ведущих к Освобождению, *бхакти*, или преданность, — наилучшее; и это *бхикти* означает поиск истины собственного *Я* — так говорят Мудрые.

Стремящийся, который обладает необходимыми качествами и жаждет предпринять Само-исследование, должен искать *Садгуру*, пасть ниц перед ним в смирении, благоговении, почтении и служить ему различными путями. Только *Садгуру* способен разрушить остающиеся оковы. Он — океан неизменной Мудрости. Его знание — всеобъемлюще. Он — чист, как кристалл. Он достиг победы над желаниями. Он — величайший из знатоков *Брахмана*. Он спокойно покоится в *Брахмане*, словно огонь, пожравший своё топливо. Он — бесконечный резервуар Милости. Не существует объяснения его милосердию; такова сама его природа. Он поддерживает всех *садху*, верных ему. К такому Гуру взывает ученик: “Я распростёрт перед тобой, мой Учитель, истинный друг беспомощных! Я умоляю тебя помочь мне в переправе через ужасный океан зависимости, в который я упал и которым я сокрушён. Только твой милостивый взгляд — плот, что спасёт меня. О струящийся поток Милости! Меня сбивает с ног ветер неумолимой судьбы. Я потерял направление. Я опалён неугасимым огнём *сансары*, который пылает вокруг меня. Я постоянно молю, чтобы ты освежил меня нектаром твоей Милости. *Садху*, такие как ты, достигшие вечного умиротворения, великие и великодушные, постоянно благодетельствуют мир, словно весна. Они не только сами пересекли океан *сансары*, но могут успокоить страхи других. Подобно тому как раскалённая лучами солнца земля постепенно остывает при холодном и милостивом свете луны, так и в твоей природе есть свойство защищать, не раздумывая, всех людей, подобных мне, кто ищет убежище у тебя от океана *сансары*. Воистину, будучи беспомощным и не имея иного пристанища, я бросаю на тебя бремя защиты меня от этой *сансары* рождения и смерти. О Господь! Языки пламени пожара индивидуального бытия опалили меня; остуди меня излиянием твоих милостивых слов. Твои слова несут мир, будучи рождены опытом Божественного Блаженства. Благословенны даже те, кто получили твой милостивый быстрый взгляд. Благословенны те, кто были приняты тобой. Как я пересеку этот океан и какими средствами? Действи-

тельно, я не знаю своей судьбы. Лишь ты должен защитить меня, освобождая от этих горестей *сансары*”.

Ученик, таким образом, обретает прибежище у Гуру, как предписано Писаниями. Он прислуживает Гуру, не способный вынести обжигающие ветры *сансары*. Его ум постепенно успокаивается благодаря предписаниям Гуру. Учитель, т. е. знающий *Брахмана*, бросает на него свой милосердный взгляд, внутренне касается его души, внушая ему уверенность в защите. “Мой дорогой ученик, не страшись. Будущее не принесет тебе вреда. Я дам тебе одно могущественное средство, которым ты можешь пересечь этот ужасный бездонный океан *сансары* и, таким образом, достичь высшего Блаженства. С помощью этого средства отрёкшиеся от мира *садху* пересекли его, и твои оковы также будут уничтожены здесь и сейчас. Писания провозглашают: “Средствами Освобождения для искателей являются вера, преданность, медитация и йога”. Ты тоже должен обрести эти средства и, если будешь практиковать их постоянно, то освободишься от привязанности к телу, вызванной неведением. Тебе вечно присуща природа *Параматмы*, Высочайшего *Я*, а эти оковы *сансары*, не-*Я*, возникли лишь благодаря неведению. Они будут полностью разрушены знанием, рождённым в процессе исследования Себя”.

Взирая на Гуру, говорящего это, ученик спрашивает: “О Учитель! Что такое зависимость? Как она появляется, как утверждается и как должна быть разрушена? Что такое не-*Я*? И что, в действительности, есть Высочайшее *Я*? В чём состоит различие между *Я* и не-*Я*? Милостиво осчастливь меня ответами на эти вопросы, ибо слушанием твоих ответов я могу быть благословлён”.

На эту просьбу ученика Учитель отвечает: «Мой дорогой! Ты действительно блажен, если чувствуешь желание стать *А т м а н о м*, свободным от зависимости, созданной неведением. Ты познал цель жизни. Ты освятил тем самым весь твой род. Сыновья и другие родичи выплачивают долги отца; так делают и те, кто освободится от несения

бремени на своих плечах. Но истощение, вызванное голодом, может быть излечено только когда ешь сам, а не тогда, когда за тебя едят другие. И если ты болен, то должен принять лекарство и сам выдерживать правильную диету; никто не может сделать это за тебя. Подобным образом зависимость возникает из-за твоего собственного неведения, порождённого желанием, и может быть удалена только тобой. Но каким бы знающим человек ни был, он не может избавить себя от неведения, порождённого желанием и судьбой, иначе, как осознанием *Брахмана* с ЕГО собственным бесконечным знанием. Как это тебе поможет, если другие видят луну? Ты должен открыть глаза и сам увидеть ее. Освобождение не может быть получено посредством *Санкхьи*, Йоги, ритуалов или эрудицией, но только через познание единства *Брахмана* и *А т м а н а*. Как прекрасная форма *вины* и музыка её струн могут только подарить наслаждение людям, но не даровать им царство, так и правдоподобные слова, умные аргументы, способность толковать Писания и эрудиция ученых дают лишь одномоментное наслаждение. Даже изучение Писаний бесполезно, так как оно не даёт желанного результата. Если познана истина о Высочайшем, то изучение Писаний становится бесполезным, ибо здесь нет больше ничего для достижения. Поэтому должно обойти дремучий лес *шастр*, которые только рождают смущение ума, а вместо этого необходимо на практике переживать *А т м а н* с помощью Гуру, являющегося знатоком *Брахмана*, Реальности. Для укушенного змеей неведения спасение приходит только от эликсира познания *А т м а н а*, но не от *Вед*, Писаний, *мантр* или каких-либо иных средств. Как болезнь не может быть устранена без приема лекарств, так и состояние связанности не может быть устранено священными текстами, например “Я есть *Брахман*”, без своего собственного прямого переживания *А т м а н а*. Нельзя стать королем, просто заявив: “Я — король”, без уничтожения врагов и захвата реальной власти. Подобным же образом нельзя получить Освобождение, как Самого *Брахмана*, только повторением текста Писания “Я есть *Брахман*” — без разрушения двойственности, вызванной неведением, и прямого переживания *А т м а н а*. Нельзя

найти сокровище, зарытое в землю, только слушая разговоры о нём; нужно выслушать указания друга, который точно знает о нём, копать, убрать плиту, скрывающую его, и вытащить его на поверхность. Точно так же должно узнать об истинном состоянии от Гуру, знающего *Брахмана*, затем медитировать на НЕМ и переживать ЕГО непосредственно в непрерывной медитации. Без этого истинная форма собственного *Я*, скрытого *майей*, не может быть осознана простой аргументацией. Поэтому те, кто мудр, сами направляют все усилия на то, чтобы удалить оковы индивидуального существования и достичь Освобождения, как если бы они стремились избавиться от болезни.

Возлюбленный ученик! Вопросы, которые ты задал, имеют первостепенное значение и под силу только осознавшим, постигшим смысл Писаний. Ответы на эти вопросы подобны афоризмам, имеющим тонкий смысл, понятный только тому, кто жаждет Освобождения. Слушай эти ответы со спокойным и невозмутимым умом и твои оковы *сансары* спадут незамедлительно. Основное средство достижения Освобождения — *вайрагья* (бесстрастие). Другие средства, такие как спокойствие, самоконтроль, терпение и отречение от деятельности, могут прийти позднее, еще позже — слушание истины Веданты и еще позднее — медитация на этой истине. В конце концов приходит непрекращающаяся, длительная медитация на *Брахмане*. Это ведёт к *нирвикальпа самадхи*, посредством которого обретается сила прямого осознания Высочайшего *Я*. Эта способность прямой Реализации даёт возможность различающей душе пережить Блаженство Освобождения здесь и теперь. Такова *садхана*, ведущая к Освобождению.

Сейчас я поведаю тебе о различении между *Я* и не-*Я*. Слушай и крепко запомни это. Из этих двух я сначала расскажу о не-*Я*.

Мозг, кости, жир, мясо, кровь, кожа и семя — вот семь компонентов, составляющих грубое тело. Так говорят те, кто знает. Ноги, руки, грудь, плечи, спина, голова и т. п. —

его члены. Люди рассматривают его как “Я” из-за умственной привязанности к нему. Оно — главная привязанность ко всему и наиболее очевидная. Оно произведено из эфира, воздуха, огня, воды и земли, которые как тонкие сущности образуют объекты пяти чувств, таких как слух, осязание, зрение, вкус и запах. Эго [*джива*] в своём стремлении к удовольствию рассматривает их как средства достижения наслаждения. Глупые и невежественные люди привязаны к объектам чувств верёвкой желания, притянуты к ним в соответствии с силой их *кармы*, которая швыряет их вверх и вниз, заставляет их блуждать в бедствии. Змея и олень гибнут из-за привязанности к звуку, слон — из-за привязанности к осязанию, бабочка — из-за привязанности к вкусу, а пчела — к запаху. Если они гибнут из-за привязанности к одному чувству, какова же должна быть участь человека, привязанного ко всем пяти? Зло, проистекающее от чувственных объектов, более вредоносно, чем яд кобры<sup>1</sup>, ибо яд убивает лишь того, кто его принимает, тогда как чувственные объекты наносят ущерб тому, кто только видит их или даже думает о них. Лишь тот достигает Освобождения, кто острым мечом непривязанности рассекает крепкие путы любви к объектам чувств и избавляется от них. Иначе, даже если человек будет знатоком всех шести *шастр*, он не получит Освобождения. Желание, подобно крокодилу, постоянно хватает искателя Освобождения, который пытается пересечь океан *сансары* и достичь берега Освобождения без твердой непривязанности, и сразу тащит его на дно океана. Только искатель, убивающий крокодила острым мечом непривязанности, может пересечь океан и благополучно достичь берега Освобождения. Тот, кто, лишённый здравого смысла, меняет одну за другой дорожки привязанности к чувственным объектам, переживает всё большие беды до тех пор, пока окончательно не уничтожается. Но тот, кто старается управлять собой, тот идёт по пути различения, указанному Гуру, и достигает своей Цели. Это действительно истина. Поэтому, если ты в самом деле ищешь

---

<sup>1</sup> На санскрите здесь игра слов, ибо *вишайя* означает объект чувств, а *виша* — яд.



Освобождение, отбрось удовольствие чувственных объектов, как если бы они были ядом. Твёрдо держись добродетелей удовлетворенности, сострадания, прощения, искренности, спокойствия и самоконтроля. Отбрось все действия, выполняемые из-за привязанности к телу, и непрерывно стремись к Освобождению от оков, вызванных неведением. Это тело, в конце концов, будет поглощено — землёй, огнем, зверями или птицами. Тот, кто, забыв свою истинную природу, ошибочно принимает это тело за Себя, привязывается к нему, лелеет его и, поступая так, становится самоубийцей. Тот, кто всё ещё заботится о теле при поиске истинного Я, напоминает человека, ухватившегося за крокодила, чтобы пересечь реку. Влюбленность в тело, воистину, губительна для искателя Освобождения. Только тот, кто превозмог эту влюбленность, достигает Освобождения. Поэтому ты тоже должен победить страсть к телу, жене и детям, и тогда ты добьешься Освобождения, т. е. высочайшего состояния Вишну, достигнутого великими Мудрецами. Это грубое тело содержит очень многое, заслуживающее неодобрения. Оно состоит из кожи, мяса, крови, артерий, вен, жира, костного мозга и костей, наполнено мочой и испражнениями. Оно произведено собственными прошлыми действиями из грубых элементов. Для получения этих грубых элементов тонкие элементы объединяются вместе. Таким образом оно становится жилищем для эго, наслаждающегося удовольствиями, словно дом для домохозяина. Эго ощущает грубое тело в бодрствующем состоянии. Только в этом состоянии грубое тело может испытываться — когда А т м а н , будучи в действительности независимым от него, обманывается при отождествлении Себя с ним и, посредством внешних органов, наслаждается различными замечательными грубыми объектами удовольствия, такими как гирлянды, сандаловая пастила, женщина и т. п. Познай, что вся внешняя *сансара* обременяет Дух [Пуруша] посредством грубого тела. Рождение, рост, старость, расстройство здоровья и смерть — вот его стадии. Касты и уклады жизни предписаны для него. Оно является также субъектом различных видов обращения, почёта, бесчестия и местопребыванием разнообразных болезней.

Глаза, кожа, уши, нос и язык являются органами познания, потому что они дают нам возможность познавать объекты. Органы речи, руки, ноги и т. п. — органы действия, потому что они совершают соответствующие им виды действий. Внутренний орган (ум) уникален сам по себе, но именуется различным образом: ум, интеллект, эго или желание [*читта*]. Ум есть способность желания или отвращения. Интеллект есть способность определения истинности предметов. Эго — способность, которая отождествляет себя с телом как собственной личностью. Желание [*читта*] есть способность, ищущая удовольствие. Как золото и серебро выступают в различных формах, точно так и единое жизненное дыхание становится *праной*, *апаной*, *вьяной*, *уданой*, *саманой*. Группа пяти элементов (эфир, воздух, огонь, вода, земля), группа пяти органов действия (органы речи, руки, ноги, анус, половые органы), группа пяти жизненных сил (*прана*, *апана*, *вьяна*, *удана*, *самана*), группа четырех внутренних органов (*читта*, *манас*, *буддхи*, *ахамкара*) — все они вместе образуют тонкое тело, называемое городом восьми\* составных частей. Обладая желаниями, оно производится из предшествующих элементов для взаимодействия согласно их свойствам. Его действиями Дух безначально заслоняет себя. Это состояние опыта есть состояние сна. В этом состоянии ум действует в гармонии с собой, переживая, словно актёр, за счет различных своих склонностей и под влиянием опыта состояния бодрствования. В этом состоянии *А т м а н*, сияющий Своим собственным светом, наложен на ум без привязанности к его действиям и остаётся только свидетелем. Точно так же как топор и другие инструменты плотника — только средства его деятельности, так и это тонкое тело есть только средство для проявлений *А т м а н а*, который есть вечно сознающий. Внутренние органы совершают все свои действия только благодаря наличию *А т м а н а*, в то время как *А т м а н* остаётся не затронутым и не взволнованным этими действиями. Хорошее и плохое зрение зависит от состоя-

---

\* Эти части: пять органов действия, пять чувств — органов познания, группа элементов, группа жизненных сил, а также *буддхи*, неведение, желание и действие. См. [10, с. 34—35].

ния глаз, глухота — от ушей и т. п.; они не влияют на А т м а н , познающего. Те, кто знает, говорят, что вдыхание, выдыхание, зевота, чихание и т. п. являются отправлениями жизненного дыхания, так же как голод и жажда. Внутренний орган (ум) со светом отраженного сознания участвует в деятельности внешних органов, таких как глаз, и отождествляет себя с ними. Этот внутренний орган есть эго. Эго — актёр и наслаждающийся, отождествляющий себя с телом как “я”. Под влиянием трех *гун* оно принимает на себя три состояния — бодрствования, сна и глубокого сна. Когда объекты чувств приходятся по нраву, оно — счастливо, когда нет — несчастливо. Таким образом, удовольствие и страдание относятся к эго и не характеризуют А т м а н , вечно исполненный Блаженства. Объекты кажутся приятными благодаря А т м а н у , а не какому-либо блаженству, присущему им. А т м а н не содержит печали. ЕГО Блаженство, независимое от объектов, переживается каждым в состоянии глубокого сна и, следовательно, дорого каждому. Это подтверждено авторитетом *Упанишад* и прямым восприятием, традицией и выводом.

Высочайшее [*Брахман*] имеет удивительную *шакти* (Силу, или Энергию), известную как “Недифференцированная\*”, “Неведение”, “Майя” и т. п. Она является формой трёх *гун*. Её существование выводится из понимания результатов, производимых ею. Она далеко превосходит все объекты и творит вселенную во всей полноте. Она — ни бытие, ни не-бытие, ни смесь того и другого. Она — ни составлена из частей, ни неделима, ни то и другое вместе. Она не является ничем из этого. Такая, какая она есть, она неопишима. Она также и безначальна. Однако точно как обманывающий страх змеи в куске верёвки устраняется узнаванием верёвки как таковой, так тоже и *майя* может быть уничтожена цельным знанием *Брахмана*. Она имеет в себе три *гуны*, которые известны по своим следствиям.

---

\* Совершенно сбалансированное состояние трёх *гун*, в котором вселенная не проявлена. Когда этот баланс нарушен, начинается эволюция вселенной.

*Раджас*, чей цвет красный, имеет природу активности и обладает силой проекции. Он — исходная причина любой деятельности. Из него поднимаются умственные видоизменения, ведущие к желаниям и печалям. Похоть, гнев, жадность, гордость, ненависть, эгоцентризм — это всё склонности, характеризующие *раджас*. Эта сила проекции является причиной уз, поскольку она творит направленные наружу, или мирские, склонности.

*Тамас*, чей цвет чёрный, является вуализирующей силой. Он заставляет вещи казаться иными, нежели они есть. За счет своего союза с силой проекции он является первоначальной причиной постоянных новых рождений человека. Тот, кто окутан этой вуализирующей силой, хотя он мог быть благоразумным, грамотным, умным, знатоком в понимании Писаний, способным к удивительным подвигам, будет не в состоянии схватить суть *А т м а н а*, если даже Гуру и другие ясно объяснят это различными способами. Будучи под властью этой вуализирующей силы, он почитает вещи, которые носят печать иллюзии, неведения, и достигает их. Даже будучи образованным, тот, кто окутан этой вуализирующей силой, всё ещё испытывает недостаток ясного знания и понимания, без которого она не может быть устранена; он всегда пребывает в сомнении и приходит к решениям, противоположным истине. В то же самое время сила проекции делает его беспокойным. Невежество, леность, вялость, сонливость, пренебрежение к выполнению обязанностей и глупость — вот черты *тамаса*. Имеющий эти качества не постигнет ничего, являясь лишь подобием слепца или камня.

Теперь о *саттве*, чей цвет белый: хотя она совершенно прозрачна, подобно чистой воде, однако становится темной, если смешана с *раджасом* или *тамасом*. Истинное *Я* сияет через *саттву* точно так же, как солнце освещает целый мир материи. Даже из смешанной *саттвы* рождаются такие добродетельные качества, как умеренность, *яма* и *нияма*, вера, преданность и желание преданности, божественные качества и отвращение от нереального. Из прозрачности чистой *саттвы* следует Само-реализация, высочайший Мир, никогда не слабеющая удовлетворённость,

совершенное счастье, пребывание в *А т м а н е*, которое есть источник вечного Блаженства. Недифференцированная сила, которая, как сказано, есть соединение трех *гун*, является каузальным (причинным) телом души. Его состоянием является тот глубокий сон, в котором все органы чувств и активности ума отдыхают. В этом состоянии все восприятия исчезают и ум в своей тонкой, подобной семени, форме переживает высочайшее Блаженство. Это подтверждено всеобщим опытом: “Я спал крепко и ничего не соображал”.

Всё сказанное до этого есть описание не-*Я*. Эти вещи не относятся к *Я*: тело, органы чувств, эго и его видоизменение, счастье благодаря объектам чувств, элементы — от эфира и ниже, а также весь мир — вверх, включая недифференцированную *майю*. Всё это есть не-*Я*. Начиная с *махата* (космического разума) вниз — до грубого тела — всё есть следствие *майи*. Знай всё это как не-*Я*. Всё это нереально, подобно миражу в пустыне.

Сейчас я собираюсь рассказать тебе о настоящей природе Высочайшего *Я*, осознанием которого человек достигает Освобождения и избавляется от оков. То осознание “*Я*” есть действительно *А т м а н*, который переживается как “*Я—Я*”, сияющий Сам по Себе, абсолютное Бытие, свидетель трех состояний бодрствования, сна и глубокого сна, отдельный от пяти слоев, сознающий ментальные изменения в состоянии бодрствования, состоянии сна со сновидениями и их отсутствие в состоянии глубокого сна. Тот *А т м а н* видит всё Сам по Себе, но никогда не видим чем-либо из перечисленного. ОН даёт свет интеллекту и эго, но не освещается ими. ОН наполняет собой вселенную, и Его светом вся эта неодушевленная вселенная освещена, но она не охватывает Его даже в малейшей степени. В Его присутствии тело, чувства, ум и интеллект действуют как по Его приказу. Осознание и переживание всех встречающихся объектов, вещей от эго до тела происходит благодаря этому цельному знанию. ИМ *праны* и различные органы пребывают в движении. То внутреннее *Я*, как

первичное Бытие, вечное, всегда лучезарное, полное и бесконечное Блаженство, единственное, неделимое, неповреждаемое и живущее, сияет в каждом как свидетельствующее Сознание. То *Я* в Своём блеске, сияющее в пещере Сердца как тонкий, всепроникающий, но непроявленный эфир, освещает эту вселенную, подобно солнцу. ОНО знает о видоизменениях ума и эго, о действиях тела, органов чувств и жизненного дыхания. ОНО принимает их форму, как огонь — форму раскалённой железной болванки; однако Оно при этом не подвергается никакому изменению. Это *Я* не рождено, не умирает, Оно не растёт, не жиреет, не страдает от каких-либо изменений. Когда горшок разбивается, то пространство внутри него не разбивается, и подобным образом, когда тело умирает, *А т м а н* в нём остается вечным. ОН отличен от каузальной *майи* и её следствий. ОН есть чистое Знание. ОН освещает бытие и небытие одинаково и не имеет атрибутов. ОН сияет как “Я—Я”, как вечно присутствующее, непосредственное переживание. ОН есть свидетель интеллекта в состояниях бодрствования, сна и глубокого сна. Познай то Высочайшее *Я* посредством однонаправленного ума и познай «Это “Я” есть *Брахман*». Таким образом, посредством интеллекта ты можешь познать свою истинную природу в себе, собой, и этим пересечь океан рождения и смерти, стать тем, кто достиг цели своей жизни и вечно остаётся как *А т м а н*.

Ошибочное принятие тела, или не-*Я*, за *Я* является причиной всех несчастий, в этом все оковы. Эти узы появляются из-за незнания причины рождения и смерти, ибо только благодаря незнанию люди рассматривают эти бесчувственные тела как реальность, ошибочно принимая их за Себя, поддерживая их объектами чувств и, в конце концов, погибая от них, так же как шелковичный червь защищает себя нитями, которые сам выделяет, но в конце концов гибнет от них. Для тех, кто ошибочно принимает верёвку за змею, всеобщая чистая лучезарность изначального состояния скрыта *тамасом*, как голова дракона закрывает солнце при затмении, и в результате Дух [*Пуруша*] забывает свою

подлинную природу. Он зачарован драконом иллюзии и, ошибочно принимая не-Я за Я, подавлен ментальными состояниями и погружён в бездонный океан *сансары*, полный яда чувственных наслаждений; то погружаясь, то поднимаясь, он не находит пути спасения. Таковы мучения, вызванные проецирующей силой *раджаса* совместно с затемняющей — *тамаса*. Как слой туч, возникший под лучами солнца, растёт, пока тучи скрывают само солнце, так и оковы эго, вызванные незнанием А т м а н а , разрастаются, пока оно скрывает сам А т м а н . Как мороз и холодные ветры мучают в зимний день, когда солнце закрыто тучами, точно так же, когда *тамас* закрывает А т м а н , проецирующая сила *раджаса* обманывает невежественных в принятии не-Я за Я и терзает их многими горестями. Поэтому только из-за этих двух сил возникает зависимость. У этого дерева *сансары тамас* есть семя, мысль “Я есть тело” — росток, желание — молодой листок, активность — вода, дающая рост, тело — ствол, успешная человеческая жизнь — ветви, органы чувств — веточки, объекты чувств — цветы, а различные печали вызываются действием плодов. Эго — это птица, сидящая на дереве и наслаждающаяся его плодами.

Эта зависимость от не-Я, порождённая неведением, причиняющая бесконечную скорбь посредством рождения, старости и смерти, не имеет начала, однако её полное уничтожение может быть достигнуто на пути, о котором я поведаю тебе. Имей веру в *Веды* и совершай все предписанные ими действия, не ища корысти от их выполнения. Это даст тебе чистоту ума. С этим чистым умом непрерывно медитируй и, действуя так, ты непосредственно познаешь Себя. Это Само-познание — острый меч, на куски разрубающий путы. Другого оружия или способа уничтожить их нет — ни ветром, ни огнём, ни бесчисленными действиями.

А т м а н закрыт пятью оболочками, вызванными силой неведения, ОН скрыт от зрения, словно вода пруда, покрытая водорослями. Когда эти водоросли удалены, вода обнаруживается и может быть использована человеком для

утоления жажды и для прохлады в жару. Точно так же в процессе устранения тебе следует острым интеллектом отбросить пять слоев объектов от Атмана как “Не это, не это”. Познай Себя отличным от тела и всех форм — словно стебель травы, отличный от оболочек. Познай Себя как вечного, чистого, единственного в своей сути, непривязанного, не имеющего обязанностей, вечно исполненного Блаженства и самолучезарного. Тот, кто Освобождён, осознаёт, что вся объективная реальность, которая наложена на Атман, словно воображаемая змея на веревку, в действительности есть не что иное, как Атман, и он\* сам есть Атман. Поэтому мудрому искателю следует проводить различие между Я и не-Я, Атманом и не-Атманом. При пяти оболочках (пища, жизненное дыхание, ум, интеллект и блаженство) грубое тело сотворено из пищи, увеличивается при её потреблении и погибает при её отсутствии. Оно есть оболочка пищи. Составленное из кожи, крови, мяса, жира, костей, испражнений и мочи оно наиболее отвратительно. Оно не существует перед рождением и после смерти, но появляется между ними. Оно постоянно изменяется. Не существует определённого закона этого изменения. Оно есть объект, подобный горшку, — бесчувственный и имеющий множество форм. Оно испытывает воздействия других сил. Атман, со своей стороны, отличен от этого тела и является единственным, вечным и чистым. ОН неразрушим, хотя тело с его членами разрушаемо. Атман — свидетель, который знает характерные особенности тела, виды его активности и его три состояния. Он самосознающий и управляет телом. При существовании такого контраста между телом и Атманом как тело может быть Атманом? Обманутый неведением думает о теле как о Себе. Человек мудрого действия с некоторой степенью различения принимает за Я тело и душу вместе, но воистину мудрый, проводящий исследование с непоколебимым различием, знает себя всегда как Высочайшего Брахмана, Бытие, которое есть его собственная природа. Мысль “Я есть тело” явля-

---

\* Тот, кто Освобождён.



ется семенем всех горестей. Поэтому, так же как ты не отождествляешь себя с тенью своего тела, его отражением, телом во сне или телом в своём воображении, прекрати любые ассоциации Себя, А т м а н а , с телом из кожи, мяса и костей. Предприимай постоянное усилие для искоренения этого заблуждения и, стойко держась знания Реальности как Абсолютного *Брахмана*, уничтожь ум и обрети высочайший Мир. Тогда у тебя более не будет рождения. Даже ученый *пандит*, знающий в совершенстве смысл Веданты, не имеет надежды достичь Освобождения, если, благодаря иллюзии, он не может оставить идею, что не имеющее существования тело есть его истинная природа.

Теперь мы переходит к витальному телу *праны*, которое есть жизненное дыхание с пятью органами действия. Вышеупомянутая оболочка пищи становится активной, когда наполнена этой витальной силой. Она есть только видоизменение воздуха и, подобно воздуху, входит в тело и выходит из него. Она не знает собственных привязанностей и отвращений. Она вечно зависима от А т м а н а . Поэтому витальное тело не может быть А т м а н о м .

Ментальная оболочка — это ум с его органами познания. Здесь причина неправильного представления об А т м а н е как о “я” и “мое”. Эта оболочка очень мощна, будучи наделённой разнообразием мыслеформ, начинающихся с “я”-мысли. Она заполняет и пропитывает витальную оболочку. Вечно пылающее пламя ментальной оболочки пожирает этот мир целиком, освещая его пятью органами чувств, которые служат, словно священники, поедая объекты чувств как топливо и раздуваясь скрытыми тенденциями. Не существует неведения отдельно от ума. Он — причина оков рождения и смерти. Всё возникает с появлением ума, и всё прекращается с его успокоением. В состоянии сна, в котором нет объектов, ум создаёт свой мир грез, наслаждений и прочего своей собственной силой. Подобным образом, всё, что ум воспринимает в состоянии бодрствования, есть его собственное проявление. Всеобщий опыт

в том, что ничто не появляется, когда ум успокоен в глубоком сне. Поэтому узы *сансары* — только наложение ума на А т м а н . В действительности же они не имеют реальности. Как ветер собирает тучи в небе, а затем разгоняет их, так и ум вызывает узы, но также и Освобождение. Сначала ум создает в человеке привязанность к телу и ко всем объектам чувств, в результате чего он порабощается привязанностью, словно зверь, связанный веревкой. Под влиянием *раджаса* и *тамаса* ум слабеет и запутывает человека в сети желания ради тела и объектов, но под влиянием *саттвы* он освобождается от *раджаса* и *тамаса*, достигает непривязанности, различения и отказывается от объектов чувств, как от яда. Поэтому мудрый искатель Освобождения должен сначала утвердиться в Различении и Бесстрастии. Ум — это огромный тигр, неистово скитающийся в бескрайних джунглях объектов чувств. Поэтому искателям следует держаться в стороне от них. Именно ум, словно фокусник, демонстрирует А т м а н у , истинному Я, тонкие и грубые объекты, а также все изменения тела, каст, стадий жизни, качеств и действий, причин и следствий. Действуя так, он искушает и обманывает *дживу*, которая есть на самом деле непривязанное чистое сознание, связывая её качествами тела, чувствами, жизнью и обманывая её мыслью “я” и “мое” в плодах творимых ею действий. Посредством этого лживого изображения ум творит миф о *сансаре* (рабстве) для Духа. Это — первопричина печали рождения и смерти, которая связывает тех, кто подвержен ошибкам *раджаса*, *тамаса* и испытывает недостаток в различении. Как тучи двигаются благодаря воздуху, так и весь мир движется за счет иллюзии ума. Поэтому те, кто знает Реальность, провозглашают, что ум есть неведение. Тот, кто ищет Освобождение, должен исследовать свой ум собственными усилиями, и, когда ум очищен таким обращением вовнутрь, Освобождение достигнуто и является очевидным и естественным. Жаждой Освобождения ты должен искоренить все остальные желания, отречься от деятельности и привязаться к беспрестанной поглощенности Истиной [*шравана*, *манана*], которая поведёт к непрекращающейся медитации [*нидидхьясана*]. Только тогда могут быть

успокоены волны ума. Следовательно, даже эта оболочка ума не может быть Высочайшим Я, поскольку она имеет начало и конец, подвержена видоизменениям, характеризуется страданием и горем, является объектом восприятия.

Интеллект с пятью органами знания есть оболочка *виджняна майя* и также является причиной рабства для Духа. Это есть видоизменение непроявленного, безначального Я, которое принимает форму эго и управляет всеми активностями как отражённый свет сознания. Это — сознательный фактор деятельности и его атрибуты — рассудок и действия. *Виджняна майя* рассматривает тело и чувства как “я”, а их образ жизни, обязанности, действия и качества как “моё”. Она совершает добрые или злые поступки, диктуемые её прежними склонностями, в результате этих действий достигает высоких или низких миров и скитается там до тех пор, пока она привязана к перерождению в каком-нибудь заманчивом лоне. Она переживает состояния бодрствования, сна и глубокого сна, приятные и мучительные плоды своих действий. В пределах этой оболочки знания А т м а н пульсирует как самолучезарный Свет, высочайший Дух, однородный, Истина, всё пропитывающий, совершенный, неизменный, Высочайший Господь. Однако в этой оболочке А т м а н принимает ограничения за счет ложного наложения на Него интеллекта, поскольку тот расположен близко к Нему, являясь фактически ближайшим из Его *упадхи*. Как следствие, Он обманывается, считая Себя этой оболочкой. Как горшок может казаться отличным от его глины, так и Он представляется Себе отличным от Себя — делателем и наслаждающимся и, таким образом, ограниченным, хотя Он подобен огню в раскалённой докрасна железной болванке, не затрагиваемому формой болванки».

Отвечая Гуру, ученик говорит: “Учитель, я понимаю тебя так, что, обманываясь или нет. Высочайшее Я рассматривает Себя как эго. Но поскольку это наложение эго-концепции безначально, нельзя представить, что оно имеет и конец. Однако как тогда возможно Освобождение? Но если

нет Освобождения, то эго-концепция становится вечной и зависимость также становится вечной. Молю просветить меня в этом вопросе”.

На это Учитель отвечает: «Это хороший вопрос, мой знающий ученик. Внимай сейчас однонаправленным умом моему объяснению. Всё, что вызывает в воображении заблуждение, должно быть исследовано в чистом свете разума. Вещи кажутся реальными, пока длится заблуждение, и умирают — как нереальные и несуществующие, — когда оно проходит, подобно иллюзии змеи, видимой в верёвке, кажущейся реальной, пока иллюзия длится. В действительности истинное Я непривязано, бездеятельно, бескачественно, неизменяемо, бесформенное Бытие-Сознание-Блаженство, внутренний Свидетель. А т м а н не имеет какой-либо связи с чем-нибудь. Представление о наличии связи — явное заблуждение, похожее на появление синевы в небе. Ложное отношение эго к истинному Я не имеет начала, оно не становится от этого реальным. Как вода становится чистой, если с неё удалена грязь, так же и с А т м а н о м , когда действия эго и его фальшивых форм отсеяны от Него и неведение исчезает посредством различения между Я и не-Я. Тогда появится истинное самосветящееся Знание тождества Бога и Я.

Отбрасывание безначального неведения с его причиной и следствиями, телами и состояниями, подобно окончанию несуществования перед проявлением<sup>1</sup> или окончанию сна, когда за ним следует состояние бодрствования. Освобождение от оков ложной концепции эго может прийти только через знание, приобретённое различением между Я и не-Я. Поэтому ты тоже должен практиковать различение (между вечным Я и индивидуальным “я”), чтобы устранить не имеющее существования эго. Даже эта интеллектуальная оболочка подвержена изменению, не имеет собственного сознания, является частью целого и объектом вос-

---

<sup>1</sup> Например, форма горшка в глине перед проявлением глины как горшка.

приятия, а следовательно, она не может быть А т м а н о м .  
Может ли не вечное когда-либо стать вечным?

Перейдём теперь к оболочке Блаженства. Она есть только видоизменение неведения, в котором отражено Высочайшее Я. Она открывает себя по желанию во всех трёх состояниях — бодрствования, сна и глубокого сна — и приносит разнообразные виды блаженства от восприятия, приобретения и испытания вещей. В определённой степени она переживается всеми без усилий в глубоком сне, но *садху*, практикующие различение, переживают в состоянии глубокого сна её блаженство беспрестанно, без усилий, во всей её полноте. Однако даже эта оболочка блаженства не может быть Высочайшим Я, поскольку она подвержена изменениям и обладает атрибутами. Она есть результат добрых дел в прошлом и видоизменение *пракрити* и пребывает в других оболочках, которые сами также являются видоизменениями. Если отвержением ложных мыслей все пять оболочек устранены, то А т м а н один переживается как “Я—Я”. ОН только и остаётся, целый и Само-сознающий, отличный от пяти оболочек, свидетель трех состояний, самосветящийся, неизменный, незапятнанный, вечное Блаженство. ОН подобен Дэвадатте<sup>1</sup>, который, не будучи горшком, не разделяет и его природу, выступая только свидетелем. А т м а н — не пять оболочек, которые являются объектами; ОН и не принимает их природу, но только свидетель их».

На это ученик отвечает: «О Учитель, после отвержения пяти оболочек как нереальных я обнаруживаю, что ничего не остаётся кроме пустоты, а потому, что здесь должно быть познано как “Я—Я”, как суть А т м а н а ?»

Гуру отвечает: «О знающий, ты искусен в различении и сказал истину. Правило исследования или восприятия таково: “То, что постигается чем-либо ещё, имеет последнего своим свидетелем. Когда не существует воспринимающего,

---

<sup>1</sup> Имя выбрано просто как иллюстрация.

то вообще нет вопроса о вещах, подлежащих восприятию”. Следовательно, *А т м а н*, как сознание, познаёт не только Себя, но также существование эго с его различными видоизменениями преходящих имён, форм и их неведение. Поэтому именно *А т м а н* является их свидетелем. Вне Его нет ничего для познания. ОН сознаёт Себя посредством собственного сияния и потому есть свой собственный свидетель. ОН единственен и неизменен в состояниях бодрствования, сна и глубокого сна. Он открывается как Бытие-Сознание-Блаженство и Сам сияет в Сердце как “Я—Я”. Проницательным интеллектом познай это вечно блаженное сознание как *А т м а н*, или *Я*. Глупец принимает отражение солнца в воде, содержащейся в горшке, за солнце; осведомлённый человек устраняет горшок, воду и отражение и знает солнце в небе таким, каким оно действительно является — единственным и ничем не затрагиваемым, но освещающим всех троих. Тем же путем глупец, за счет ошибок и неправильного восприятия, отождествляет себя с эго и его отражённым светом, переживаемым посредством интеллекта. Осведомлённый и различающий человек устраняет тело, интеллект, отражённый свет сознания и глубоко зондирует своё истинное *Я*, которое освещает всех троих, оставаясь единым в эфире Сердца. Посредством этого он осознаёт вечного свидетеля, который есть абсолютное Знание, освещающее всё. ОНО тонко и всепроникающе, ни бытие, ни не-бытие, ни внутри, ни снаружи и сияет своим собственным светом. Осознавая это, он освобождается от примесей эго. У него больше нет рождения и смерти. Он свободен от печали и становится незыблемой сущностью установившегося Блаженства. *Джняни*, который на опыте осознал своё *Я* действительно как *Брахмана*, как Истину, Знание, бесконечное Блаженство, единственную Сущность, вечное, безграничное, чистое, непривязанное и неделимое, — не только не возвращается в рабство, но Сам есть *Брахман*, *адвайта*. Должно сказать, что познание тождества *Брахмана* и *Я* — это главная причина освобождения от уз *сансары*. Для стремящегося к Освобождению нет другого пути освобождения от зависимости, кроме познания тождества *Брахмана* и *Я*. Поэтому

ты тоже, на своём собственном опыте, познай, что твоя истинная природа всегда “Я — *Брахман*”, “*Брахман* есть Я”, “Только *Брахман* есть Я”.

Поскольку не существует ничего другого, кроме *Брахмана*, *Брахман* есть высочайшая *адвайта*. Горшок, сделанный из глины, не имеет иной формы, нежели глина. Нельзя показать горшок, иначе как с помощью глины. Горшок — это только иллюзия воображения, он существует только как имя, т. к. не имеет другой реальности, кроме реальности глины. Подобно этому вся вселенная есть наложение (формы) на *Брахмана* (как на основание), хотя она кажется отдельной от *Брахмана*. Основание — *Брахман* — появляется через обман этого наложения, которое не существует реально, подобное змее, видимой в верёвке. Проявление есть только иллюзия. Серебро, видимое в перламутре, не существует отдельно от него, но есть сам перламутр. Также и проявление не имеет существования отдельно от своего основания — *Брахмана*. Всё, что, о *садху*, появляется для обманутых как проявленный мир имён и форм, за счет их неведения и ошибочного знания, всё, что в качестве объектов выступает как реальное, всё это, когда правильно осознано, есть следствие *Брахмана*, наложенное на основание — на *Брахмана*. Только благодаря заблуждению этот проявленный мир кажется реальным, и он есть *Брахман*, основание мира, который появляется наложенным на *Брахмана*. В действительности все эти имена и формы — полное ничто. Они — миф, чистый и простой, и не существуют отдельно от своего основания — *Брахмана*. Они есть только Бытие-Сознание-Блаженство, которое не возникает и не исчезает. Если утверждать, что проявленный мир имеет какое-либо существование отдельно от *Брахмана*, то это сузит бесконечность *Брахмана*. Это утверждение также будет противоречить авторитету *Атхарва Веды*, которая недвусмысленно провозглашает: “Весь этот мир есть на самом деле *Брахман*”. Оно также представит Всезнающего Господа как изрекающего ложь, когда Он говорит: “Все эти элементы не во Мне. Я, Неделимое Целое, — не в них”. *Махатмы*, являющиеся истинными *садху*,

не одобрили бы эти противоречия. Более того, внешний мир не существует в состоянии глубокого сна и — при исследовании — он оказывается нереальным, словно мир сновидений. Поэтому любое утверждение, сделанное глупцами, о том, что проявленный мир существует отдельно от своего основания — *Брахмана*, — так же ложно, как и пустословие человека, разговаривающего во сне. Проявленный мир — это Сам *Брахман*, сияющий всюду, постоянный и совершенный. Эту истину Просветлённые [*джнянины*] знают как Единое-без-второго, бесформенное, бездействующее, непроявленное, неуничтожимое, не имеющее ни начала, ни конца. *Брахман* есть Истина, абсолютная Чистота, сущность чистого Блаженства. ОН не содержит внутренних различий, которые являются творением *майи*. ОН есть вечное, непрерывное, безупречное, незапятнанное, безымянное, однородное, самосветящееся, лежащее за пределами триады познающего-познания-познаваемого, абсолютное, чистое, неразрушимое, вечно сияющее Сознание.

Мой возлюбленный ученик, это *Я* не может быть ни приобретено, ни утрачено. ОНО — по ту сторону восприятия и речи. ОНО — неизмеримо, без начала и конца. Эта бесконечность *Брахмана* есть моё *Я* и твоё, и всех остальных людей. Великие тексты, такие как “Ты есть ТО” [*Тат Твам Аси*], открывают тождество между *Брахманом*, известным как “ТО” [*Тат*], и индивидуальностью [*джива*], известной как “ты”. Тождество не демонстрируется буквальным смыслом слов “то” и “ты”. Буквальный смысл слова “то” есть *майя Ишвары*, которая есть причина вселенной, а буквальный смысл слова “ты” — пять оболочек эго. Они — наложения, не имеющие существования, причина и следствие не существующих признаков. Их качества противоположны друг другу, подобно солнцу и пламени, стелющемуся по поверхности, королю и слуге, океану и колодцу, горе Меру и атому. Не может быть тождества между *Брахманом* и индивидуальностью при буквальном значении слов “то” и “ты”; не таким путем Писания принимают это тождество.



(Необходимо удалить эти два наложения — *майю* и *джиу* — посредством понимания, поддержанного авторитетом *Вед*. Поэтому оба термина следует внимательно рассмотреть сквозь их подразумеваемый смысл. Ни метод полного отвержения буквального смысла [*джахати лакшана*], ни полное сохранение его [*аджати лакшана*] не подходят. Должно сочетать оба этих подхода [*бхага лакшана*])<sup>\*</sup>.

В соответствии с этим в таком тексте, как “Он есть тот Дэвадатта”, устраняются противоречивые аспекты Дэвадатты, проявленные в различных условиях пространства и времени, чтобы сосредоточиться на тождестве Дэвадатты самому себе безотносительно времени и пространства. Подобным образом в тексте, о котором идет речь, устраняются несуществующие, связанные с объектами противоречивые атрибуты “то” и “ты” как “не это” и “не это” (есть *Я*). Ты можешь поступать так, опираясь на авторитет *Вед*, которые отвергают двойственность, наложенную на *Брахмана*, или опираясь на свой собственный интеллект. Если атрибуты, как, например, щит для короля и знак принадлежности для раба, удалены, то оба принадлежат к роду человеческому. Подобным образом этот текст (применительно к “ТО” и “Ты”) провозглашает естественное тождество между *Ишварой* и личностью с точки зрения их сути — Сознания, независимо от форм *Ишвары* и индивидуума. Здесь нет противоречия, ибо Сознание есть неразрушимая, единственная сущность обоих. Общаясь с *Махатмами*, познай это блаженное тождество *Брахмана* и *Я*, отвергая несуществующее тело как “не-*Я*”. Познай своим собственным светлым интеллектом, что *Брахман* есть твоя подлинная природа, самосуществующая, тонкая, как эфир, вечно сияющая, Истина, сознание, Блаженство, неделимое и невредимое.

Воистину “Ты есть ТО”, А т м а н , что есть недвойственный *Брахман*, чистый и исключительно безмятежный, Истина, отдельно от которой нет ничего. Это так потому, что

---

<sup>\*</sup> Этот отрывок в скобках — стих 247 оригинала *Вивекачудамани* — вставка составителя настоящего издания. См. [10, с. 96].

даже в этом бодрственном состоянии мир и тело с их чувствами и эго, которое по неведению кажется отделённым от Атмана, а также жизненное дыхание являются чистым мифом. “Ты есть ТО” потому, что в состоянии сна со сновидениями время, пространство, объекты и познающий их — всё сотворено сном и является чистейшей иллюзией. “Ты есть ТО” потому, что весь этот мир происходит из *Брахмана*, который один ЕСТЬ, и есть Сам *Брахман*, точно так же как горшки делаются из глины, есть глина сама и действительно глиняные. Тот *Брахман* не затрагивается шестеричными изменениями — рождением, юностью, развитием, старостью, болезнью и смертью. ОН не имеет касты или обычая, семьи или рода, имени или формы. ОН без атрибутов. У НЕГО нет ни достоинств, ни недостатков, ни умственных, ни физических недугов. ОН свободен от шести бедствий: голода, жажды, печали, иллюзии, старости и смерти. У НЕГО нет времени, пространства или объектов. ОН не может быть описан словами. Грубый ум не в состоянии достичь ЕГО. ОН может быть охвачен только оком Мудрости и пережит в Сердце йогина, в самом его бытии, без использования какого-либо органа. ОН есть основание этого иллюзорного мира, который кажется наложенным на НЕГО. ОН — причина происхождения, сохранения и повторяющегося поглощения мира. ОН есть Высочайшая Причина, которая сама не имеет причин; все миры имен и форм — ЕГО следствия, однако ОН отличен от причины и следствия. ОН отличен от бытия и не-бытия. Хотя, благодаря иллюзии, ОН кажется подобным золоту в ЕГО изменяющихся аспектах имени, формы и их видоизменений, однако ОН не имеет ни имени, ни формы, ни атрибутов или видоизменений. ОН не содержит неуравновешенности. ОН спокоен, словно океан без волн. ОН вечен, бесформен, безупречен, несравним, вечно свободен, неразрушим, чист, безначален. ОН — то, за которым нет ничего. ОН — совершенный, не составлен из элементов или частей. ОН есть Бытие-Сознание-Блаженство, постоянное, неделимое Блаженство. ОН — единственный по Своей сущности. То — *Брахман*, который есть всё это, “Ты есть ТО”. Медитируй на этой истине в своём Сердце,

непрерывно, без нарушений, спокойно, используя разум и проницательный интеллект. Таким образом ты обретёшь сущность Знания, свободного от сомнения, прозрачного, как вода на ладони. Знание в этом теле с его способностями подобно королю в середине его огромного войска, и то Знание есть *Я* и есть *Брахман*. Познай это различием. Рассматривай всё остальные отдельные вещи как Это Само и оставайся всегда как это *Я*. Оставаясь таким, ты достигнешь Блаженства и покоя Бытия.

В пещере Интеллекта есть единственная истина *Брахмана*, отличная от бытия и не-бытия. Тот, кто постоянно пребывает как та Сама Истина, никогда не опустится снова к рождению в теле.

Хотя человек знает, что это истина, чувства “Я — делатель”, “Я — наслаждающийся” с силой восстанут в нём благодаря узам [*сансара*], вызванным мощными безначальными *васанами* (врожденными склонностями), которые часто препятствуют ему. Обуздай эти склонности в момент их поднятия своими собственными усилиями, твердым пребыванием в истинном *Я*, видением *Я*. Мудрецы, такие как Васиштва, провозгласили, что увядание *васан* есть действительно Освобождение. Осознание истинной природы такой, какой Она есть, не достигается посредством склонностей к мирской или чувственной активности или через продолжительное изучение Писаний. Для ищущих избавления от тюрьмы, или океана, *сансары*, вышеупомянутые тройкие склонности есть железные путы — говорят те, кто осознал. Поэтому привязанность к миру, Писаниям и телу должна быть отброшена, необходимо полностью осознать, что тело поддерживается силой *праабдхи* (прошлой *кармы*). Поэтому тебе следует смело отвергнуть эти привязанности и энергично бороться за то, чтобы преодолеть *тамас* силой *саттвы* и *раджаса*, затем — *раджас* посредством смешанной *саттвы* и потом смешанную *саттву* — чистой *саттвой*. Тебе следует делать это стойким и спокойным умом, поддерживаемым великими высказываниями, такими как “Ты есть ТО”, которые провозглашают

тождество между индивидуальным “Я” и *Брахманом*. Разумом и переживанием ищи избавления от *васан*, чтобы ты мог иметь твердую веру в *Брахмана* и полностью искоренить из тела и чувств чувства “я” и “моё”, которые постоянно появляются как результат наложения. Это должно делаться посредством устойчивого пребывания в едином неделимом *Я* в Сердце и такой медитацией на непрерывном переживании знания единства *Брахмана* и истинного *Я*: “Я — не эго. Я — непрерывное совершенство *Брахмана*, переживаемое как *Я*, свидетель мыслеформ”. Эта медитация должна упорно практиковаться до тех пор, пока чувство эго не будет полностью искоренено из тела, бесследно, а мир индивидуальностей не будет казаться сном. У медитирующего нет других действий, кроме прошения подаяния и отправления естественных надобностей. Он никогда не должен забывать Себя отвлечением на мирские речи и чувственные объекты. Древесина сандала ароматна по природе, но его аромат замаскирован неприятным запахом от контакта с водой и обнаруживается, когда сандал растирают. Постоянная практика медитации и есть это растирание. Скрытые склонности ума устраняются только в той степени, в какой он, ум, пребывает в сокровенном *Я*. Именно таким постоянным пребыванием в *Я* ум йогина разрушается. И с разрушением ума направленные вовне наклонности сердца, не относящиеся к *Я*, полностью искореняются. Тогда переживание Высочайшего *Я*, *А т м а н а*, которое было прежде завуалировано магией *васан*, сияет далее своим собственным светом, подобно тому, как благоухает незагрязнённый сандал.

Каким бы способом это ни исследовать, эго со всеми его способностями оказывается нереальным, преходящим ограничением, инертным, бесчувственным и неспособным к осознанию Единого. Высочайшее *Я* отлично и от грубого и от тонкого тел. *А т м а н* — свидетель эго с его наклонностями и существует всегда, даже в глубоком сне. Тексты говорят: “ОН не рожденный и не умирает”. ОН неизменяем и отличен от бытия и не-бытия. Эго никогда не может быть истинным *Я*, подлинным значением слова “Я”.

Держись в стороне от этого нечистого тела, как от проказы. Откажись от чувства “Я” в грубом теле и всех привязанностей, обусловленных умом, привязанностей к имени и форме, племени и семье, касте и социальному устройству. Отбрось также привязанность к тонкому телу, его нраву и чувство делателя. Обнаружь чувство “Я” в *А т м а н е*, который есть Истина, Знание и Вечность. Так же как воздух в горшке есть часть внешнего пространства, так и ты представляй *А т м а н* — самолучезарным *Брахманом*, который есть основание всего, в котором мир видится отражённым, словно город в зеркале или отброшенная тень. Размышляй о себе: “Я есть ТО”, не имеющее частей, формы, бездеятельное, недвойственное, бесконечное, Бытие-Сознание-Блаженство. Познай свою истинную природу, какой Она действительно является. Отбрось это ложное физическое “я” так же, как актёр отбрасывает свою роль и остаётся собой. Знанием, приобретённым Само-исследованием, отвергни оба — и микрокосм и макрокосм — как нереальные и, пребывая в ненарушимой тишине, оставайся вечно успокоенным в совершенном Блаженстве как бескачественный *Брахман*. Таким образом достигни высочайшего Мира, который есть цель жизни.

Хотя разнообразные препятствия и способствуют рабству души, первопричина их всех — возникновение ложного чувства эго. Это посредством наложения эго на истинное *Я* эти узы рождения, смерти и печали пришли к тебе, кто по природе — Бытие-Сознание-Блаженство, безграничная слава, единственное по сущности, неизменное. По природе у тебя нет такого рабства. Как не может быть крепкого здоровья, пока в теле продолжается действие капли яда, так не может быть и Освобождения, пока длится отождествление с эго. Знание тождества *А т м а н а* с *Брахманом* полностью обнаруживается, как только эго уничтожено без остатка, вместе с иллюзией множественности, вызванной покрывалом *тамаса*. Поэтому исследованием природы непривязанного *А т м а н а* открой Истину своего сокровенного *Я*, совершенного, прекрасного, самосветящегося и всегда блаженного. Тот, кто освобождён от эго,

вечно сияет как *А т м а н*, подобный полной луне, сияющей после освобождения от пасти дракона (затмения). В пространстве Сердца ужасная кобра эго свернулась кольцом вокруг Блаженства *А т м а н а*, заграждая проход тройственным капюшоном *гун*. Эти три страшные головы змеи эго могут быть отрублены, согласно Писаниям, только при величайшей храбрости мощным мечом подлинного переживания *А т м а н а*. Тот, кто таким образом уничтожит эту трехглавую змею, может достичь и наслаждаться огромным сокровищем Блаженства *Брахмана*. Поэтому и ты откажись от чувства “Я” в эго, которое появляется, словно существо, и утверждает, что оно — делатель, тогда как оно есть только отраженный свет *А т м а н а*. Направь внутрь все мыслеформы, остающиеся верными эго. Оно — твой враг, так убей его мечом Знания. Оно вредит тебе, словно ком в горле в процессе еды. Отбрось все желания, чтобы осознать своё положение как Высочайшего *Я*. Наслаждайся царством *А т м а н а*, будь совершенен, будь неподвижен в Тишине незыблемого состояния *Брахмана*.

Эго таким путём может быть убито, но, если мысль хоть на момент доступна ему, оно оживает и включается в деятельность, гоня перед собой человека, как ветер зимние облака. Помни, что соединяющий чувство “Я” с телом и его свойствами — связан, тогда как тот, кто не делает этого, — Освобождён.

Мысли об объектах чувств творят чувство различия и посредством этого вызывают узы рождения и смерти. Поэтому — никакого прибежища эго, являющемуся врагом того, кто имеет такие мысли. Как увядшее лимонное дерево пускает новые листья, если его поливать, так и эго оживает благодаря мыслям о чувственных объектах. Усиление следствий приводит к расцвету их семени или причины, в то время как уничтожение следствий уничтожает также и их причину; поэтому тебе следует сначала уничтожить следствия. Если мысли, которые являются следствием, процветают, то эго с его склонностями, являющееся причиной, также процветает. От мыслей возникает

внешняя активность, а от этих обоих скрытые склонности, *васаны*, развиваются и творят оковы *сансары* для души. Чтобы избежать этого, все трое — мысли, внешняя активность и скрытые склонности — должны быть уничтожены. Наилучший путь здесь — твердо держаться взгляда: “Всё это, что появляется как отдельные имена и формы, есть Сам *Брахман*”. Такой взгляд должен удерживаться всегда, всюду и во всех состояниях. Твердое удержание этой позиции уменьшает активность, а это приводит к уменьшению мыслей, что, в свою очередь, разрушает *васаны*. Уничтожение *васан* есть воистину Избавление. Поэтому развивай эту полезную склонность рассматривать всё как *Брахмана*. Результат будет таков, что хилые склонности эго исчезнут, словно тьма перед солнцем. Так же как темнота со всеми её гнетущими действиями исчезает перед восходящим солнцем, так и рабство со всеми его скорбями исчезнет без следа, когда поднимается солнце опыта *адвайты*, недвойственности. Поэтому рассматривай все проявления объектов как *Брахман* и твердо удерживайся в состоянии Мира [*самадхи*] и внутреннего и внешнего Блаженства [*начала бхава*] до тех пор, пока длится рабство, вызванное твоей прошлой судьбой [*карма*]. Поступая так, всегда помни: “Я есть то непоколебимое Блаженство Самого *Брахмана*”.

Это пребывание как *Брахман*, никогда не должно ослабляться, ибо тогда имеет место ложное представление об Истине, которое есть действительно смерть, как говорит Бхагаван Шри Санатсуджата, сын Брахмы. Такое ложное понимание Истины, вызванное отклонением от Состояния пребывания в Истине, вводит в заблуждение; из заблуждения возникает приписывание “Я” к эго и его объектам, из этого — рабство, а из рабства — горе. Поэтому не существует большего несчастья для практика *джняны*, чем ошибочное понимание и отклонение от Реальности. Как водяные растения, которые хотя и удалены от поверхности воды, но не остаются в стороне, а покрываются полностью водой снова, так и человек, ориентированный вовне, хотя бы он и был просвещён, будет увлечён лживым интеллектом мно-

гочисленными способами, стоит только *майе* (иллюзии) начать окутывать его. Это обуславливается потерей бдительности, забыванием своего истинного состояния, направленностью на объекты чувств. Такой *садхак* подобен человеку, управляемому своей распутной возлюбленной. Если за счёт ошибочного понимания и отклонения от Реальности сознание *садхака* хоть чуть-чуть ускользнёт от мишени собственного *Я*, то оно привяжется к внешним вещам и будет прыгать от одного к другому, как мяч, выскользнувший из твоей руки и покатавшийся вниз по лестничным маршам. Оно начнёт рассматривать внешние переживания любезными себе, а из этого поднимется желание наслаждаться ими. Это приведёт к участию в них, что, в свою очередь, разрушит его пребывание в *Атмане*, в результате чего он погрузится в глубины, из которых никогда не сможет подняться, и будет уничтожен. Поэтому нет большей опасности для различающего практика сознания *Брахмана*, чем ошибочное понимание, которое означает отклонение от своего истинного состояния. Только тот, кто имеет постоянное состояние сознания [*ништа*], получает Реализацию [*сиддхи*] и таким образом отвергает проявление [*санкальпа*], порождённое *прамадой* (ошибочным пониманием) и ослаблением практики. Такое неправильное понимание есть причина всех духовных спадов [*анартха*]. Поэтому будь *сварупа ништа* — всегда пребывающим в своей истинной природе.

Тот, кто достиг Освобождения в состоянии *Брахмана* ещё при жизни, будет также сиять и в своем бестелесном состоянии. Говорится в *Яджур Веде*: “Сохранивший даже малейшее чувство различия всегда страшится!” Тот, кто видит, пусть даже малейшие, признаки различия в абсолютном *Брахмане*, останется по этой причине в состоянии ужаса. Тот, кто локализует чувство “Я” в бесчувственном теле и его объектах, так презируемых различными Писаниями и их комментариями, будет переживать печаль за печалью, подобно грешнику, совершившему противозаконные деяния. Мы можем видеть из различения между ворами и правдивейшими, что преданный истине избегает не-



счастья и достигает успеха, тогда как преданный лжи погибает<sup>1</sup>. Мы также видим, что недопущение внешних объектов даёт уму ясное восприятие *А т м а н а*, которое, в свою очередь, приводит к разрушению уз *сансары*. Поэтому отказ от всей реальности объектов есть путь к Избавлению. Если человек различает между Истиной и не-Истиной в поисках Освобождения и обнаруживает Истину Высочайшего Господа посредством авторитета Писаний, будет ли он после этого, подобно ребёнку, бежать за несуществующими химерами, зная их как причину своего уничтожения? Никто так не сделает. Поэтому тот, кто различает, должен также прекратить добиваться внешнего, питающего те низкие наклонности, что вызывают зависимость, и отрешиться от него. Он должен стереть все горести, вызванные неведением, опытом “Я — только тот Высочайший *Брахман*, который есть Бытие-Сознание-Блаженство”, и должен всегда пребывать в своём истинном состоянии, которое суть Блаженство. Тот, кто бодрствует, — не спит, а спящий — не бодрствует; это два взаимоисключающих состояния. Подобным образом, кто не привязан к телу, имеет Избавление, а тот, кто привязан, — нет.

Освобождённое существо — это тот, кто видит себя как единственного и свидетеля, как внутри, так и вне мира вещей, движущегося и не движущегося, как основание всего. Своим вселенским сознанием, переживаемым посредством тонкого ума, он устраняет все оболочки и остаётся как Абсолютное Целое. Только такой человек — освобождён и он не имеет привязанности к телу. Не существует других средств Освобождения, нежели это блаженное осознание, что “Всё есть одно *Я*”. А это отношение: “Всё — есть Одно” должно быть достигнуто непрерывным пребыванием в *А т м а н е* и отвержением объектов, без привязанности к ним. Как может человек отвергнуть реальность объектов,

---

<sup>1</sup> Имеется в виду судебное разбирательство посредством тяжелого испытания — помещением раскалённого железа в ладонь подозреваемого в воровстве, который обжигается, если виновен, а если невиновен — нет. См. *Чхандогья Упанишада*, VI.xvi.

если он имеет идею “Я есть тело”, привязан к внешним вещам и всегда совершает действия, предписываемые ими? Это невозможно. Поэтому отвергни все действия, основанные на *карме* и *дхарме*, и, зная *таттвы*, пребывай постоянно в Атмане. Готовь свой ум к погружению в непрекращающееся Блаженство. Такое усилие даст тебе возможность отвергнуть реальность объектов. Это для того, чтобы получить эту *сарватма бхаву* (переживание, что всё есть Атман), текст Писаний “*Шанто дантха*” (тишина и самоконтроль) предписывает *нирвикальна самадхи* (экстатический транс) искателям, принявшим обет *чандраяа*ны (правило увеличения или уменьшения принимаемой пищи через каждые две недели), а также выполнившим *шравану* (слушание текста “Ты есть ТО”). Искатель, не имеющий прочного опыта *нирвикальна самадхи*, как бы много он ни знал, будет не способен к уничтожению эго и его реальности объектов вместе со всеми накопленными *васанами* своих предыдущих рождений.

Это проецирующая сила *майи* вместе с её вуализирующей силой соединяет душу с эго, причиной заблуждения, и, через его качества, держит человека тщетно кружащимся подобно привидению. Если вуализирующая сила уничтожена, Атман воссияет Сам Собой и не останется места для сомнения или препятствия. Тогда проецирующая сила также исчезнет или, если она продолжает сохраняться, её упорство будет только кажущимся. Но проецирующая сила не может исчезнуть до тех пор, пока действует сила вуализации. Только когда субъект полностью отличен от объектов, словно молоко от воды, вуализирующая сила будет уничтожена.

Чистое различие, рождённое совершенным знанием, отличает субъект от объекта и уничтожает заблуждение, вызванное неведением. Искусный в различении отделяет Реальность от нереального, рассуждая следующим образом: «Подобно железу, сочетающемуся с огнем, интеллект соединяется с неведением для получения воображаемого союза с Атманом, который есть Бытие, и проецирует себя как мир зрящего, зрения и зримого. Поэтому все эти

видимости являются ложью, словно иллюзия, сон или воображение. Все эти объекты чувств — от эго вниз до тела — являются нереальными, будучи видоизменениями *пракрити*, подверженными изменениям во времени. Только *А т м а н* никогда не изменяется. *А т м а н*, отличный от тела, отличный от бытия и не-бытия, свидетель интеллекта и смысл, подразумеваемый под чувством “Я”, единственный, вечный, неделимый, есть воистину Высочайшее *Я* вечного воплощенного Блаженства».

Таким путём он различает между Истиной и не-Истиной и, поступая так, обнаруживает истинное *Я*. Этим освещающим Оком он получает подлинное осознание своего *Я* и переживает это *Я* как неделимое знание абсолютного *Брахмана*. Посредством этого он уничтожает вуализирующую силу, ложное знание и другие печали, созданные проецирующей силой, — точно так же, как страх змеи исчезает, как только постигается реальность верёвки (того, что принималось за змею). Будучи свободен от этих зол, он достигает пребывания в состоянии совершенного Мира. Таким образом, только при осознании Высочайшего Тожества посредством *нирвикальпа самадхи* неведение уничтожается без следа и развязывается узел Сердца. Как может какое-либо семя *сансары* ещё оставаться в освобождённой душе того, кто осознал Высочайшее Тожество при абсолютном уничтожении леса неведения огнем знания Единства *Я* и *Брахмана*? Для него нет больше *сансары*, нет больше рождения и смерти. Поэтому различающая душа должна знать *Атма таттву* для того, чтобы освободиться от уз *сансары*.

Все формы творения и воображения, появляющиеся как “ты”, “я”, “это” и т. п., есть результат загрязнения интеллекта. Они кажутся существующими в Абсолюте, Высочайшем *Я* без атрибутов, но в состоянии поглощения [*самадхи*] и переживания *Брахмана* они перестают существовать. *А т м а н* также кажется делимым благодаря различию в оболочках, но, если они устранены, ОН сияет — единственный и совершенный. Непрерывающаяся концентрация необходима для того, чтобы растворить эти раз-

личия в Абсолюте. Личинка осы, что отрекается от всякой активности и постоянно медитирует на осу, становится осой; тем же путем душа, которая стремится к *Брахману* однонаправленной медитацией, становится Высочайшим *Я* из-за мощи своей медитации и непрерывающегося пребывания в *Брахмане*, в Абсолютной Тишине. Так упорно добивайся постоянства в медитации на *Брахмане*, а в результате ум будет очищаться от ржавчины трёх *гун* до тех пор, пока он не станет совершенно чистым и не возвратит своё состояние готовности к растворению в *Брахмане*, подобно соли — в воде. Он будет напоминать золото, очищенное от сплавов и возвратившееся к чистоте своего истинного состояния после переплавки. Только при такой чистоте ума можно достигнуть *нирвикальпа самадхи* и к тому же неотъемлемого блаженства Тожественности. Через это *самадхи* все узлы *васан* развязываются и все прошлые *кармы* уничтожаются, так что Свет *А т м а н а* переживается без усилия, внутренне и внешне, везде и всегда. Таким образом тонкий *Брахман* испытывается в единственном и тонком ментальном видоизменении *самадхи* тонким интеллектом; иным путем, грубым умозрением, ОН пережит быть не может. Так же и Мудрец, контролирующий внешние и внутренние чувства, в уединении и уравновешенности, достигает опыта всепроникающего *Я* непрерывающейся концентрацией и таким образом избавляется от всех творений ума, вызванных темнотой неведения, становится бездеятельным, лишённым атрибутов и остаётся постоянно в Блаженстве Самого *Брахмана*. Только тот освобожден от уз *сансары*, кто, добившись *нирвикальпа самадхи*, воспринимает ум, чувства и объекты — зрения, слуха и т. п., присущими *А т м а н у*, а не тот, кто изрекает только теоретическую мудрость. *Брахман* может быть ясно пережит без каких-либо препятствий только через *нирвикальпа самадхи*, ибо без этого умственные видоизменения всегда неустойчивы и ведут от одной мысли к другой. Поэтому контролируй чувства и ум и прочно пребывай в *А т м а н е*. Бесследно уничтожь темноту неведения и его причины посредством опыта Единого *Я* и пребывай всегда как *А т м а н*. Размышление над услышанной истиной в сто

раз более могущественно, чем слушание её, а пребывание в ней — в сто тысяч раз более могущественно, чем размышление над ней. Каков же тогда предел могущества, полученного посредством *нирвикальпа самадхи*?

Сдержанность речи, непринятие чего-либо от других, покорение желания, отречение от действия, воздержание и уединение — вот помощники на ранних стадиях этой *самадхи йоги*. Уединение помогает успокоить чувства и посредством этого также и ум. Спокойствие ума уничтожает его склонности и таким образом дарит переживание неотъемлемого Блаженства *Брахмана*. Поэтому йогин всегда должен стараться сдерживать ум. Дыхание должно затихать в уме, ум — в интеллекте, интеллект — в свидетеле, а познанием свидетеля как полноты бескачественного Высочайшего *Я* достигается совершенный Мир.

Медитирующий становится тем аспектом своего бытия, к которому привлечено его сознание: если к телу, он становится телом, если к чувствам — он становится чувствами, если к жизненному дыханию — он становится им, если к уму или интеллекту, он становится умом или интеллектом. Поэтому, отвергая всё это, следует успокоить сознание и достичь мира в *Брахмане*, который есть Вечное Блаженство.

Тот, кто благодаря жажде Освобождения достиг совершенной свободы от желаний, способен пребывать в *Атмане* и избавиться от всех привязанностей, как внешних, так и внутренних, и только он достигает внутреннего и внешнего отречения. Более того, только тот, кто не имеет желаний, кто совершенно непривязан, получает *самадхи* и посредством *самадхи* уверенность, что он добился *таттва джняны*, которая приносит Освобождение. Тот, кто достиг Освобождения, достиг вечного Блаженства. Поэтому полная непривязанность есть единственный путь для того, кто стремится к блаженству брака с невестой Освобождение. Непривязанность в сочетании с Самопознанием завоёвывает царство Освобождения. Непривязан-

ность и различие подобны крыльям птицы, необходимым для подъёма на гору Освобождения, и, если одно из них утрачено, вершина не может быть достигнута. Поэтому отвергни желание вещей, которое подобно яду; отбрось привязанность к касте, группе, социальному положению и судьбе; прекрати локализацию чувства “Я” в теле; будь всегда сосредоточенным на А т м а н е ; ибо, воистину, ты — Свидетель, незапятнанный *Брахман*.

А т м а н в форме *Брахмана*, свидетель всех ограниченных существ, самосветящийся, вечно сияет как “Я—Я” в оболочке *виджняны*, отличный от пяти оболочек. Испытываемое как Я, “Я—Я” сияет как подлинная форма А т м а н а , прямое переживание великих текстов. Установи своё сердце постоянно на этом *Брахмане*, который есть цель. Пусть чувства остаются на своих местах; сохраняй тело устойчивым, оставаясь безразличным к ним, и практикуй медитацию “Я есть *Брахман*, *Брахман* есть Я”, не позволяя появляться другим мыслям. Постепенно успокой ум практикой непрерываемого потока Блаженства. Осознай тождество своего Я и *Брахмана* и пей нектар Блаженства *Брахмана* в вечной радости. Что пользы в низких мыслях о теле и мире, которые есть не-Я? Отбрось эти мысли, не являющиеся Я, причину всех печалей. Держись твердо А т м а н а , обители Блаженства, как “Я” и более не приписывай чувство “Я” эго и его атрибутам. Будь совершенно равнодушен к ним и медитируй непрерывно на А т м а н е , который есть причина Освобождения.

Горшок, огромный глиняный кувшин для хранения зерна и игла — всё это отдельные вещи, но, когда они отброшены, остаётся только единственное пространство эфира. Что-либо, ошибочно представляемое существующим на основании чего-то другого, не имеет реальности отдельно от реальной вещи, так же как нет змеи, представляемой в куске верёвки. Волна, пена, пузырёк и водоворот — всё это на поверку просто вода. Горшки разных размеров и форм — не что иное, как глина, фактически являются глиной. Подобным образом ты должен отвергнуть ограниче-

ния тела, чувств, жизненного дыхания, ума и эго, которые являются просто иллюзией. Только глупцы различают и говорят “я”, “ты”, “это” и прочее, вследствие заблуждения и глупости, будучи опьянены вином иллюзии [майя]. Даже их восприятие множественности содержится в Бытии-Сознании-Блаженстве, в совершенной чистоте А т м а н а , который, как *Брахман*, сияет как одно неделимое целое, подобно безбрежному эфиру. Все наложения, такие как тело и чувство эго, от Брахмы до валуна, которые воспринимаются как этот мир, в действительности — не что иное, как Единое Я. Они являются только проявлением *пракрити* и Я как чистого Бытия. Одно высочайшее Я, непрерывное и однородное, везде существует как восток, запад, юг и север, внешнее и внутреннее, верх и низ. ОНО само есть Брахма; ОНО само есть Вишну, Шива, Индра, боги и люди и всё остальное. Что ещё здесь добавить? Всё — от личного Бога, индивидуального бытия и мира (при тройном проявлении) до мельчайшего атома — есть просто форма *Брахмана*. Для того чтобы устранить наложение *нитхьи* (лживого), Писания провозглашают: “Нет вообще двойственности” (*Брахман* есть Один-без-второго); поэтому ты сам есть недвойственный *Брахман*, незапятнанный, словно эфир, без внутреннего и внешнего, без атрибутов, неизменный, без времени, без размеров и частей. Что же ещё здесь есть для познания? Писания провозглашают: «До тех пор пока индивидуум рассматривает труп своего тела как “Я”, он — нечист и подвержен различным несчастьям, таким как рождение, смерть и болезнь», “Устрани всю реальность объектов, наложенную на истинную природу иллюзией, и познай себя как чистого неизменяемого Шиву; тогда ты станешь Освобождённым, *Брахманом*, который бездеятелен и безупречно совершенен”. Просветлённый, достигший Высочайшего Знания, сияет как Бытие-Сознание-Блаженство, однородный *Брахман*, полностью отвергнувший реальность объектов. Поэтому ты, тоже, отвергни своё грубое, нечистое тело и тонкое тело, что колеблется, подобно ветру, и чувство “Я” в них и рассматривай себя как Бытие-Сознание-Блаженство, как провозглашено Ведантай, и таким образом оставайся навсегда как Сам *Брахман*.

Писания провозглашают: “Двойственность есть природа иллюзии [*майя*], и только недвойственность есть высочайшая Истина”. Наш опыт в том, что разнообразие создано сознанием, прекращающем существовать в глубоком сне, когда оно поглощено блаженством. Те, кто мудр и искусен в различении, знают, что вошедшая в поговорку змея не имеет существования отдельно от своей основы — верёвки, а вода, воспринимаемая в мираже, — отдельно от барханов пустыни. Наш опыт тот, что когда мышление принимает на себя природу *А т м а н а* и становится одним с безатрибутивным Высочайшим *Я*, умственные проявления прекращаются. Все те магические творения, которые иллюзией ума выставляются напоказ как вселенная, обнаруживаются как не имеющие действительного существования и становятся неистинными, когда Истина позади них осознана как Сам *Брахман*. В недвойственном *Брахмане* тройственная реальность зрящего-зрения-зримого не существует. ОН — основание, в котором неведение — коренная причина иллюзии множественности — поглощается, словно темнота в свете. Подобно океанам, существующим до конца цикла времён, Истина *Брахмана* остаётся единственной, полной, абсолютно чистой, бездеятельной, бескачественной, неизменной, бесформенной. Как тогда можно говорить о двойственности или различии в однородности *Брахмана*? Находясь в состоянии *самадхи*, просветлённый *джняни* переживает в Сердце как “Я—Я” однородную полноту того *Брахмана*, который вечен, есть блаженство Знания — несравнимое, непривязанное, бесформенное, бездеятельное, бескачественное, неизменное, неопишное, безымянное и свободное от уз. ОН спокоен, словно эфир, и всё же ничто нельзя сравнить с НИМ. ОН не имеет причины и не является следствием. ОН — выше воображения. ОН должен быть достижим, согласно авторитету Веданты, только через Осознание. Истина ЕГО пребывает в Сердце и переживается постоянно как *Я*. ОН свободен от рождения, старости и смерти. ОН вечен в СЕБЕ. ОН — вечен, спокоен, без различий; ОН — обширен и тих, подобно спокойному океану без берегов. Для того чтобы не отступить в *сансару*, практикуй *нирвикальпа самадхи* концентрацией на



*Брахмане*, который переживается в Сердце как наше собственное сияющее *Я*, свободное от всех ограничений, и как Бытие-Сознание-Блаженство. Это уничтожит индивидуальное сознание, являющееся причиной всех ошибок, и таким образом ты сможешь разрубить узел Сердца, который вызывает несчастья рождения и смерти. Так ты получишь славу неразрушимого блаженства существа, осознавшего Себя, и достигнешь цели человеческой жизни, столь редко обретаемого Блага.

Йогин, осознавший Себя, познавший свою истинную природу, великий *Махатма*, показывает свою мудрость отказом от собственного тела, рассматривая его как труп, просто как тень своего существа, живущего только благодаря прошлой судьбе. Такой великий *Махатма* познал сам непрерывное Блаженство *А т м а н а*. Он бесследно сжёг тело и его атрибуты в огне *Брахмана*, который есть вечная, неизменяемая Истина. Израсходовав таким образом своё тело и оставаясь с сознанием, всегда погружённым в океан Блаженства, который есть *Брахман*, он сам является вечным Знанием и Блаженством. Как тогда он может заботиться о том, чтобы лелеять или поддерживать тело или быть привязанным к нему, питающемуся, как и он, вечным нектаром *Брахмана* — внутри и вовне? Так же как корова не обращает внимания на гирлянду вокруг её шеи, так точно и он не заботится — живёт или умирает тело, ограниченное верёвками прошлой *кармы*. Поэтому ты тоже отвергни это инертное, нечистое тело и осознай чистое и вечное *Я* Мудрости. Не думай более о теле. Кто будет заботиться о возвращении того, что некогда извергнуто рвотой?

Знание миража держит в стороне от него, а неведение, что это — мираж, ведёт к его розыску. Подобным образом знание ведёт к пути Освобождения, а неведение — к мирским занятиям. Достижение Самопознания, или Самореализация, освобождает человека от несчастий, возникающих от ошибки, и приносит ему вечное удовлетворение и постоянно испытываемое непревзойдённое Блаженство; неведение, с другой стороны, толкает его к действительному

переживанию ошибки и страданию. Как тогда Мудрый, разрубивший узел Сердца мечом Мудрости, будет продолжать совершать различные тщетные действия, занимавшие его при заблуждении? Что за причина может заставить его действовать?

Знание ведёт к непривязанности; уединение и оставление дома ведёт к Знанию; блаженство переживания собственной истинной природы и спокойствие проистекают от прекращения деятельности. Если эти результаты не получены шаг за шагом, то предыдущие шаги стали недействительными. Совершенство непривязанности достигнуто, когда прежние склонности к поиску наслаждения более не возникают. Совершенство Знания достигнуто, когда чувство “Я” более не относится к телу. Совершенство уединения имеет место, когда мысли утихают посредством непрерываемых усилий и, растворяясь в *Брахмане*, более не возвращаются наружу.

Не делай различия между *Я* и *Брахманом* или между миром и *Брахманом*. В соответствии с авторитетом *Вед* осознай: “Я есть *Брахман*”. Достигни чистого блаженства Тождественности и установи чистое сознание недвижимо в *Брахмане*, так чтобы ты растворился в *Брахмане*. Будучи всегда *Брахманом*, отвергни реальность объектов, и пусть твои наслаждения свидетельствуются или узнаются другими как состояние спящих детей (почти бессознательно принимающих молоко матери). Отвергни деятельность и, с чистотой Первоначального Бытия, пребывай в вечном наслаждении чистым Блаженством. Хотя твой ум растворён и ты похож на забывшего мир, оставайся всегда пробужденным, напоминая, однако, не пробудившегося. Оставайся равнодушным к телу, чувствам и внешним вещам, что преследуют тебя, словно тень. Будь тем, кто различает, незапятнанным *сансарой*, скрытыми склонностями и объектами чувств. Сохраняй сознание без мысли. Сохраняй форму, хотя и бесформенную. Не имей любви и неприязни к переживаемому в данный момент и не думай о том, что может случиться в будущем. Отбрось все мысли о внеш-

нем и внутреннем и непрестанно концентрируйся на блаженном переживании *Брахмана*. Посредством силы Знания утвердись в совершенной уравновешенности перед лицом всех противоположностей, таких как порок и добродетель, симпатии и антипатии, похвала и порицание, будь то от *садху* или от нечестивца. Посвящённый Мудрец напоминает реку, впадающую в океан, незатрагиваемый наступлением чувственных объектов, погружённый в Себя, и таков только тот, кто достиг Реализации ещё пребывая в теле. Он один почитаем и пожинает награду достойных действий. Все его внутренние склонности уничтожены знанием Тожественности *Брахману* и никакое возобновление *сансары* его не затрагивает. Так же как даже наиболее похотливая личность никогда не думает о наслаждении собственной матерью, так и Мудрец, переживающий совершенство *Брахмана*, никогда не возвращается обратно в *сансару*. Если он возвращается, то он не Мудрец, познавший *Брахмана*, а только повернувшийся к внешнему глупец.

Тожественность *Брахману* есть огонь Знания, который сжигает *санчиту карму* (судьбу, уготованную для будущих жизней) и *агам карму* (судьбу, творимую в этой жизни). *Санчиту карму* уничтожена, потому что она больше не может вызывать рождение в высших и низших мирах, раз Мудрец пробудился от иллюзии деятельности, в которой он пожинал плоды заслуг и недостатков в бесчисленных веках. И *агами карма* больше не может влиять на него, ибо он познаёт себя установившимся как Высочайший *Брахман*, равнодушный, как эфир, к последствиям *кармы*. Эфир есть в горшке, содержащем алкоголь, но разве он затрагивается запахом алкоголя? Совсем нет. После сказанного о *санчите* и *агами кармах* Мудреца сейчас осталось объяснить, почему его *праабдха карма* (та часть прошлой *кармы*, которая должна быть пережита в этой жизни) также является мифом. Будучи всегда поглощённым в своё истинное состояние, он иногда видится испытывающим плоды своих прошлых действий или участвующим во внешней активности; поэтому люди говорят, что он не свободен от *кармы*, поскольку должен пожинать плоды

благоприятных или неблагоприятных последствий прошлых действий. Разве нет закона, что плоды прошлых действий существуют там, где есть судьба, и отсутствуют там, где судьбы нет, применимого также и к Мудрецу? Они доказывают: “Если выпускаешь стрелу в животное, думая, что это тигр, но оно оказывается коровой, может ли стрела быть отозвана назад? Если удар нанесён, то он должен обязательно убить корову. Так тоже и судьба, которая начала своё действие до зари Просветления, должна произвести свои следствия, так что Мудрец ещё подвержен только *праарабдха карме* и обязан испытать её последствия”. Писания, однако, провозглашают такую *праарабдху* нереальной, потому что человек, пробудившийся от переживаний сна, не возвращается обратно в тот же сон или к желанию зацепиться за опыт сна или за тело и окружение сна, такое как “я” и “моё”. Он совершенно свободен от мира сновидений и счастлив в своём пробужденном состоянии, тогда как человека, сохранившего какую-нибудь привязанность к сну, нельзя назвать покинувшим состояние сна. Так же и тот, кто осознал тождественность *Брахмана* и *Я*, не видит ничего иного. Он ест и выделяет, но как бы во сне. Он — за пределами всех ограничений и связей. Он — Сам абсолютный *Брахман*. Три вида *кармы* ничуть не влияют на него, поэтому как можно говорить, что только *праарабдха карма* затрагивает его? Разве тот, кто пробудился, всё ещё спит? Даже если бы (Писания) утверждали, что только *праарабдха карма* воздействует на тело Мудреца, построенное из плодов прошлой *кармы*, то она будет влиять на него, лишь пока имеется идея “Я-есть-тело”. Но как только эта идея изгнана, *праарабдха* не может приписываться ему, поскольку он есть *Атман*, не рождённый *кармой*, безначальный, чистый и характеризующийся в Писаниях как “нерождённый, вечный и бессмертный”. Но приписывать *праарабдху* телу, которое нереально и является плодом иллюзии, само по себе — иллюзия. Как может иллюзия рождаться, жить и умирать, словно Реальность? Возможен вопрос: “Почему тогда Писания ссылаются на несуществующую *праарабдху*?” Могут также спросить о том, как

тело может продолжать существовать при наличии знания, после смерти неведения и его следствий. Тем, кто введен в заблуждение и находится под влиянием ложных идей, дается объяснение, что Писания допускают наличие у Мудреца иллюзорной *праабдхи* только как уступку ради дискуссии, а не для признания того, что Мудрец имеет тело и способности. В нём становится видимым навечно установленное состояние недвойственного *Брахмана*, превосходящее умственные или словесные описания и определения, безначальное и бесконечное, всеобщее Бытие-Сознание-Блаженство, устойчивое, однородное, никогда не отвергаемое или достигнутое, тонкое, внутри и снаружи полное, без основания, превосходящее *гуны*, без цвета, формы, неизменное, чистое Бытие. Ничто из видимого в нём не приобретается в мире. Только познанием этого Тождества в Сердце посредством *Атма йоги*, отвержением наслаждения и самого желания наслаждения тот посвящённый Мудрец, имеющий Мир и самоконтроль, обретает Высочайшее Избавление.

Поэтому, сын мой, если ты, тоже, оком Мудрости, обрётённым через непоколебимое *самадхи*, обнаружишь лежащее за пределами всех сомнений Высочайшее Я совершенного Блаженства — твою подлинную природу, то у тебя не будет более никаких сомнений относительно услышанного тобой. Поэтому отбрось заблуждение, созданное умом, и стань Мудрецом, Осознавшим Человеком, который достиг цели жизни. Подобно Писаниям, Учитель даёт наставления общие для всех, но каждая личность должна пережить рабство и избавление, голод и удовлетворение, болезнь и здоровье сама; другие могут только узнавать об этом от неё. Подобным образом, тот, кто различает, должен пересечь океан рождения и смерти собственными усилиями благодаря милости Высочайшего Господа. Достигаемое таким образом освобождение от рабства, обусловленного только лишь неведением, остаётся как Бытие-Сознание-Блаженство. Писания, рассудок, слова Гуру, внутренний опыт — являются средствами, которые ты должен использовать для этого.

Сущность Писаний Веданты может быть сжато выражена в следующих пунктах.

*Первый:* Во мне, неподвижном *Брахмане*, всё, что кажется различным, полностью лишено реальности. Я один Есть. Это названо точкой зрения устранения [*Бадха дришти*].

*Второй:* Сон и всё остальное, что появляется во мне как результат магии, — иллюзия. Только Я — Истина. Это названо точкой зрения иллюзии [*Митхья дришти*].

*Третий:* Всё, что кажется формой, независимой от моря — пузыри и волны, — есть море. Всё, что видится во сне, видимо в том, кто видит сон. Подобно этому, во мне, как в океане или как в человеке, видящем сон, всё, что видится отдельным от меня, есть я сам. Это названо точкой зрения растворения (следствия в причине) [*Правилапа дришти*].

Отринь внешний мир любым из этих трёх способов и узнай видящего это бесконечным, чистым, однородным *Брахманом*, кто есть *Атман*. Тот, кто таким образом осознал *Брахмана*, — Освобождённый. Хотя все три перечисленные точки зрения служат помощью для Реализации, третья, в которой всё мыслится как собственное Я, является наиболее могущественной. Поэтому, познавая неделимый Атман как своё собственное Я, собственным опытом, необходимо пребывать в своей собственной истинной природе, за пределами любых умственных форм. Что ещё осталось сказать? Весь мир и все индивидуальности есть в действительности *Брахман*, и пребывание как тот неделимый *Брахман* есть само Освобождение. Это — сущность и заключение всех *Вед*. Писания — авторитет в этом».

Ученик осознал истину *Атмана* через эти слова Гуру, авторитет Писаний и своё собственное понимание. Он подчинил контролю органы чувств и, обретая сосредоточенность, в короткий срок погрузился в непоколебимое *самадхи*, в то Высочайшее Я. Затем он поднялся и так сказал своему Гуру:

“О Учитель Высочайшего Опыта, воплощение Высочайшего Мира *Брахмана*, вечный экстракт недвойственности, бесконечный океан Милости, я поклоняюсь тебе”.

Затем, распростёршись, он начинает рассказывать о своём собственном переживании: «Благодаря Милости твоего благословенного взгляда, болезнь, вызванная злом рождения, прекратилась и я мгновенно достиг блаженного состояния Тождественности. Осознанием тождества *Брахмана* и *Атмана* моё чувство двойственности разрушено и я свободен от внешней активности. Я не могу различать между наличным и отсутствующим<sup>1</sup>. Подобно айсбергу в океане, я постепенно поглощался океаном Блаженства *Брахмана*, до тех пор пока я сам не стал океаном, чью природу и протяженность мой интеллект оказался не в состоянии постичь. Как можно помыслить обширность этого океана Блаженства *Брахмана*, полного Божественной Сущности, как описать это в словах? Мир, что ощущался мгновение назад, полностью исчез. Куда он ушёл, кем он был устранён, во что он был растворён? Что это за чудо! В этом обширном океане Блаженства *Брахмана*, исполненном Божественным Переживанием, что существует для принятия или отвержения, видения, слышания и познания отдельно от его собственного *Я*? Только Я есть Само Блаженство. Я — непривязан; Я не имею ни грубого, ни тонкого тел. Я — неразрушим. Я — совершенное спокойствие; Я — ни делатель, ни наслаждающийся; Я не подвержен изменениям. Действия — не мои. Я не есть видящий, слушатель, говорящий, делатель или наслаждающийся. Я — ни то, что переживается, ни то, что не переживается, но тот, кто освещает и то и другое. Я — Пустота, вне и внутри. Я — выше всех сравнений. Я — Дух прежде всех времён. Я — безначален. Во мне не сотворены “я” или “ты”, или

---

<sup>1</sup> Это не подразумевает, что ученик пребывает в состоянии неведения, неспособный различать между Реальностью и иллюзией, но, наоборот, что он сейчас установлен в Недвойственности, превосходящей все противоположности, даже противоположность бытия и не-бытия.

“это”, или “то”. Я — сразу вне и внутри всех элементов как сознающий эфир в них, а также как их основание. Я — Брахма, Я — Вишну, Я — Рудра, Я — Иша, Я — Садашива. Я — превосхожу *Ишвару*<sup>1</sup>. Я — всё охватывающий Свидетель, неделимый, однородный *Брахман*, бесконечный, вечный, само Бытие, непревзойдённое, окончательное совершенство, существование, вечное, чистое, просветлённое, освобождённое и высочайшее Блаженство. То, что прежде было пережито как отдельные вещи и как переживающий-переживание-переживаемое, Я сейчас всё нахожу в себе. Даже хотя волны мира и поднимаются, благодаря *майе*, как ветер, возникая и утихая, они поднимаются и утихают во мне — кто является безграничным океаном Блаженства.

Глупцы те, кто, ошибаясь, приписывает тело и другие идеи мне — бесформенному и неизменному. Это напоминает деление неограниченного, бесформенного времени на такие части, как год, полугодие и сезон. Как землю не увлажнить водой миража, так и разрушение никоим образом не затрагивает меня, ибо Я ни к чему не привязан, подобно эфиру, отделён от всего, что Я освещаю, подобно солнцу, недвижим, как гора, безграничен, как океан. Так же как эфир не затрагиваем тучами, так Я — телом; как тогда могут быть моей природой бодрствование, сон и глубокий сон — как у тела? Это только телесные ограничения (на Бытие) приходят и уходят, действуют и пожинают плоды действий, рождаются, существуют и растворяются. Как могу Я совершать *карму*, избирать деятельность или уход, пожинать плоды достоинств или недостатков, Я, кто подобен Горе (Кула), упоминаемой в *пуранах*, кто всегда недвижим, неделим, полон и совершенен, словно эфир, кто один являет совершенное Целое без чувств, сознания, формы или изменения? Если человеческой тени холодно или жарко, или она имеет хорошие либо плохие

---

<sup>1</sup> Даже *Ишвара*, личный Бог, является конденсацией, или проявлением, Абсолютного Бытия и поэтому в некоторой степени — ограничение. Даже оно превосходится в состоянии без примесей, без какого-либо чувства эго.



качества — это совсем не влияет на человека; также и Я превосхожу добродетели и пороки. Писания тоже провозглашают это. Так же как природа дома не затрагивает свет внутри него, так и объективные характеристики не могут задеть меня — их свидетеля, отдельного от них, неизменного и незатрагиваемого. Так же как солнце свидетельствует обо всех активностях, так и Я — свидетель всего этого объективного мира. Как огонь пропитывает железо, так и Я проникаю и освещаю этот мир; в то же время Я есть основание, на котором мир существует, подобно воображаемой змее в куске верёвки. Будучи самосветящимся Я, Я ничего не совершаю и не вызываю действия; Я — не тот, кто ест пищу, и не тот, кто вызывает процесс еды; Я — не видящий и не тот, кто вызывает видение чего-либо.

Движутся только накладываемые проекции. Это движение отражённого сознания невежественные приписывают самому Сознанию. Поэтому они также говорят, что Я — делатель, наслаждающийся, что Я, увы, существую в них. Будучи бездеятельным, словно солнце (при вызывании развития на Земле), будучи сущностью форм и элементов, Я остаюсь не затронутым отражённым светом Сознания. Поэтому мне безразлично, спадёт ли это тело на землю или в воду. Качества отражённого света сознания влияют на меня не более чем форма горшка — на эфир внутри него. Состояния и функции интеллекта, такие как дела, наслаждение, понимание, отупение или опьянение, ограниченность или свобода, не задевают меня, так как Я есть чистый недвойственный А т м а н . Обязанности [*дхармы*], поднимающиеся из *пракрити* в тысячах или сотнях тысяч, затрагивают меня не более, чем поворот тени облаков затрагивает эфир. Я есть то, в котором целая вселенная от *пракрити* вплоть до плотной материи появляется просто как тень, то, которое есть основание, которое освещает всё, которое есть сущность всего, является всеми формами, всё проникает и в то же время отлично от всего, недвойственный *Брахман*. Я есть то, которое есть вся Пустота, которое отличается полным отсутствием каких-либо атрибутов *майи*,

то, которое едва ли будет познано грубым интеллектом, которое есть сам эфир, которое не имеет ни начала, ни конца, недвойственный *Брахман*. Я есть то, которое тонко, недвижимо, бесформенно, бездеятельно, неизменяемо, вечно, истинно, сознательно, бесконечно, само-существующее Блаженство, недвойственный *Брахман*.

Учитель, я был запутан в кошмарном лесу *сансары*, рождения, старости и смерти, вызываемом *майей*, истощён её измучивающими эпизодами и утращён тигром эго. Ты пробудил меня от этого кошмара своей Милостью и спас меня, принеся мне высочайшее Блаженство. Великий Учитель! Сиянием твоей Милости даже я достиг царства Реального Бытия. Я стал счастливым и достиг цели этой жизни. Спасённый от оков рождения и смерти, я теперь ясно понимаю реальность своего бытия, которая есть вечный океан Блаженства. О, всё это есть сияние твоей Милости, О Высочайший Учитель! Снова и снова припадаю к твоим благословенным стопам, которые, будучи формой чистого блаженства Сознания, видимы как всё творение. Поклонение навсегда и навечно!»

Высочайшему Учителю было это адресовано, с ликующим сердцем, от ученика, распростёртого у Его стоп после осознания Истины Единого Бытия, высочайшего Блаженства. Он отвечает: «Как имеющий глаза не знает иного, нежели наслаждаться формами, так и тот, кто знает *Брахмана*, не имеет другого удовлетворения интеллекта, чем переживание Реальности *Брахмана*. Кто захочет смотреть на рисованную луну, когда полная луна сияет во всём её великолепии для нашего удовольствия? Имеющий истинное знание не может отказаться от сущности для поиска удовольствия в нереальном. Нет ни удовлетворения, ни прекращения страдания в переживании нереальности<sup>\*</sup>; поэтому человек должен всегда предпринимать усилие, чтобы видеть глазом осознания и умом, пребывающим в состоянии совершенного покоя, видеть собственное *Я* как *Брахмана*, как Истину недвойственного сияния, как под-

---

<sup>\*</sup> Если оно не сопровождается осознанием нереальности как таковой.

линную природу всей вселенной. Он должен медитировать на этом и непрерывно концентрироваться на *А т м а н е*. Тогда он насладится непрерываемым опытом сущности Блаженства и только это будет удовлетворять его. Это интеллект вызывает беспокойство, появляющееся, словно облачный город, в не имеющей атрибутов целостности сознательного *Я*, и поэтому интеллект должен достичь абсолютного спокойствия, и это даст вечное Блаженство и безмятежность в *Брахмане*. Когда спокойствие и тишина достигнуты, наступят удовлетворённость и Мир. Совершенная тишина, свободная от скрытых склонностей ума, есть единственное средство переживания вечного Блаженства для *Махатмы*, для того, кто знает *Брахмана*, кто осознал Себя и испытывает непрерываемое Блаженство.

Мудрец, который таким образом осознал Высочайшего *Брахмана*, будет всегда наслаждаться в Себе без помех потока мыслей. Он приходит и уходит, стоит, сидит и ложится, совершает любые желаемые действия без необходимости соблюдать время, место, позу, направление, правила *ямы*, или другие ступени Йоги, или положения для концентрации. Какова нужда в таких правилах, как *яма*, для осознавшего своё *Я*? Нет внешнего порядка, необходимого, чтобы познать Себя как “Я есть *Брахман*”, точно так же как “Дэвадатта”<sup>1</sup> не нуждается во внешней технике, чтобы познать себя как такового. Этот всегда существующий *А т м а н* сияет Сам Собой, когда ум чист, точно так же, как и горшок виден естественным образом, если нет дефекта зрения. Нет необходимости соблюдать чистоту места или время для пребывающего как *А т м а н*. Как мир освещён солнцем, так все вселенные и *Веды*, *шастры*, *пураны* и различные элементы освещены *Брахманом* — самолучезарным Сознанием. Как может этот *Брахман* освещаться каким-либо низким не-существующим не-*Я*? Этот *А т м а н* — самосветящийся, с многообразными силами [*шакти*], не могущий быть познанным кем-либо и тем не менее переживаемый каждым в Сердце как

---

<sup>1</sup> Взято здесь как образчик имени.

“Я—Я”. Это с осознанием этого А т м а н а знающий *Брахмана* освобождён от рабства, и, освобожденный, он познаёт удовлетворённость переживания сущности вечного Блаженства. Это совершенство его Красоты превосходит воображение. Он не чувствует ни счастья, ни печали от внешних условий, будь то приятных или неприятных, и не имеет симпатий и антипатий. Он принимает, подобно ребёнку, все условия, что окружают его благодаря желаниям других. Так же как невинное дитя увлечено своей игрой без беспокойства о голоде, жажде или физическом страдании, так и Мудрец поглощён игрой своего собственного Я без эго-сознания и постоянно наслаждается в А т м а н е. Вознёсшийся в колеснице своего тела, тот, кто наслаждается широким пространством чистого сознания, просит пищу без какой-либо мысли или чувства унижения, пьёт воду из рек, закутывается в лохмотья, не поддающиеся стирке и сушке, или в кору деревьев, или ходит обнажённым. Нет кодекса законов или правил поведения, обязывающих его, ибо он совершенно свободен. Хотя и спящий на земле, подобно ребёнку или сумасшедшему, он остаётся всегда утверждённым в Веданте. Мать-земля есть цветущее ложе, на которое он ложится. Он спит без страха в лесу или на кладбище, ибо его развлечение и удовольствие — в *Брахмане*. Он, кто есть всеобщее Я, принимает по желанию бесчисленные формы и имеет бесчисленные переживания. В одном месте он ведёт себя, словно идиот, в другом — подобно учёному, в третьем — подобно обманутому. И снова, в одном месте он движется, словно человек Мира, в другом — как царь, ещё в другом — как нищий, питающийся с ладони из-за отсутствия чаши для подаяния. В одном месте он обожаем, в другом — хулим. Таким образом он живёт везде, и Истина позади него не может быть осознана другими. Хотя у него нет богатств, он — вечно в Блаженстве. Хотя другие могут и не помочь ему, он могуч силой. Хотя он может не поесть, он вечно удовлетворён. Он смотрит на все вещи беспристрастно. Хотя и действуя, он — не действующий, хотя и питающийся, он — не тот, кто ест; хотя он имеет тело, он — бестелесен. Хотя и обособленный, он есть Единое Неделимое Целое. Знающий

*Брахмана* и освобождённый ещё в теле, он не затрагивается влечениями и отвращениями, радостями и скорбями, благоприятными и неблагоприятными вещами, естественными для обычного человека, привязанного к телу. Хотя солнце никогда в действительности не поглощается драконом (при затмении), но так видится, и глупцы, не знающие истины, говорят: “Смотри! Солнце — поймано”. Подобным образом они говорят, что знающий *Брахмана* имеет тело, но это — заблуждение глупцов, потому что, хотя он и кажется имеющим тело, он никоим образом не затрагивается им. Тело Освобождённого, несмотря на его свободу от рабства, существует тут или там — словно сброшенная кожа змеи. Тело Освобождённого, подобно деревянной колоде бросаемое вверх и вниз течением реки, может иногда быть вовлечённым в удовольствие благодаря его *праарабдхе*, но даже при этом — за счет действия скрытых тенденций в *праарабдхе*, как и для тела мирской личности, — он тем не менее остаётся свидетелем в состоянии внутренней тишины, осью колеса, свободным от желания и неприязни и совершенно беспристрастным. Он ни привязывается чувствами к объектам, дающим наслаждение, ни отделяется от них. Плоды его действий не затрагивают его даже в малейшей степени, ибо он совершенно опьянён непрерываемым переживанием нектара блаженства *Атмана*. Он, знающий *Брахмана*, есть Абсолютное Я, высочайший Господь, не нуждающийся в специальных формах медитации. Это — несомненно.

Он, знающий *Брахмана*, достиг цели жизни и навеки освобождён как *Брахман*, даже проживая в теле и используя его способности. Действительно, он реализует состояние *Брахмана* даже с разрушением тела и его оболочек. Так же и актёр на сцене всегда является человеком независимо от того, носит он маску или нет. Дереву безразлично, будет ли благоприятным место, где опадают его мертвые листья, — река ли, канал, улица или храм Шивы. Подобным образом Мудреца не волнует, где его тело, уже сожжённое в огне Знания, будет сброшено. Бытие-Сознание-Блаженство *Атмана* не погибает с телом, дыханием, интеллектом и органами чувств в гораздо большей сте-

пени, чем дерево — с его листьями, цветами и плодами. Писания также провозглашают: “Только то, что конечно и изменчиво, может погибнуть” и также: “А т м а н , который есть установившееся сознание, есть Истина, есть нерушимое”. Мудрец является *Брахманом* в совершенном Блаженстве недвойственности; он утверждён в Истине, которая есть *Брахман*. Какое тогда может иметь значение, где и когда он сбрасывает своё тело — носителя кожи, мяса и нечистот? Избавление от тела, посоха и чаши для воды (нищего) — не есть действительное Освобождение; Освобождение, познанное Мудрецами, в действительности означает развязывание узла неведения в Сердце.

Так же как камень, дерево, солома, зерно, циновка, картины, горшок и т. п. после сожжения возвращаются в землю (из которой они пришли), так тело и его чувственные органы, будучи сожжены в огне Знания, становятся Знанием и поглощаются в *Брахман*, словно темнота в свет солнца. Когда горшок разбит, пространство в нём становится единым с Пространством; поэтому также, когда ограничения, вызванные телом и его оболочками, устранены, Мудрец, осознавший Себя при жизни, сияет как *Брахман*, становясь поглощённым в *Брахман*, которым он уже был, словно молоко в молоке, вода в воде или масло в масле, лучезарным как Единое Высочайшее Я. Таким образом, когда Мудрец, пребывающий как *Брахман*, который есть Чистое Бытие, достигает абсолютно развоплощённого состояния, он никогда снова не рождается. Как может здесь быть перерождение для Мудреца, пребывающего как *Брахман*, когда его тело со своими ограничениями уже сожжено огнем Знания, огнем Тожества индивидуальности и Высочайшего? Существование всего, что утверждается и отрицается в единственном субстрате неразрушимого, непривязанного, недвойственного, абсолютного Я, зависит только от ума, так же как появление или исчезновение воображаемой змеи в куске верёвки не имеет основы в реальности; Рабство и Освобождение есть творения *майи*, наложения на *Брахмана*, представляемые умом без какого-либо действительного существования. Глупец — тот, кто

порицает солнце из-за своей собственной слепоты. Невозможно доказать, что рабство [*сансара*] вызвано вуализирующей силой [*тамас*] *майи* и Освобождение — её уничтожением, поскольку не существует различий в *А т м а н е*. Такое доказательство привело бы к отрицанию истины Недвойственности и утверждению двойственности. Это противоречило бы авторитету Писаний. Как может быть какое-либо проявление *майи* в недвойственном *Брахмане*, который есть совершенное спокойствие, Единое Целое, подобное эфиру, незапятнанное, бездействующее, безупречное и бесформенное? Писания даже явно провозглашают: “Поистине нет ни творения, ни разрушения; никто не связан, нет ищущих Освобождения, нет никого на Пути к Избавлению. Нет Освобождённых. Это — абсолютная истина”. Мой дорогой ученик, это — итог и сущность всех *Упанишад*, тайна тайн — есть моё наставление тебе. Ты тоже можешь сообщить его тому, кто стремится к Освобождению, только тщательно проэкзаменуй его несколько раз для уверенности, что он действительно ни к чему не привязан и свободен от всех пороков и нечистот этого тёмного века».

Услышав эти слова от Гуру, ученик низко кланяется ему несколько раз, затем прощается и идёт домой в состоянии Блаженства. Учитель, погружённый в океан Блаженства, странствует по земле, чтобы очистить её.

Таким образом была обнаружена подлинная природа *А т м а н а* в форме диалога между Гуру и его учеником, легко понятной любому искателю Освобождения. Этим полезным наставлениям могут следовать те, кто имеет веру в авторитет Писаний и кто стремится к Освобождению, те продвинутые искатели, кто совершает предписанные им обязанности, не заботясь о плодах их действий, и таким образом очистил себя от нечистот ума, кто не привязан к утешениям *сансары* и кто достиг состояния невозмутимости.

Души, странствующие в диком и ужасном лесу *сансары*, угнетены мукой жажды, вызванной страшным жаром

троякого зла<sup>1</sup>, и введены в заблуждение миражом воды. Великий Учитель Шанкара Бхагават Падачарья желает сообщить им о существовании близко под рукой океана сладкого нектара, блаженства Недвойственности, так что они могут получить облегчение, и благословляет их своей *Вивекачудамани*, “Бриллиантом в короне Различения”, которая подарит им вечное блаженство Освобождения. Это — несомненно.



**Шанти Шанти Шанти**

---

<sup>1</sup> 1) *Адхьятмика* — страдания тела и ума,

2) *Адхибхаутика* — природные бедствия,

3) *Адхидайвика* — страдания, причиняемые другими творениями.



## ДРИК ДРИШЬЯ ВИВЕКА

*Вступительный стих*

БХАГАВАНА ШРИ РАМАНЫ МАХАРШИ

О Ты, Божественный Шанкара,  
Ты есть Субъект,  
ТО, имеющее Знание  
Субъекта и объекта.  
Пусть субъект во мне будет уничтожен  
Как субъект и объект.  
Ибо так в моём уме возникает Свет  
Единого Шивы.

*Введение*

*Написано Бхагаваном Шри Раманой к Его переводу на  
тамили Дрик Дришья Вивека Шри Шанкарачарьи.*

“*Брахман* — только один и недвойствен”, — провозглашают *Шрути*. Если, согласно *адвайте*, *Брахман* это Единственная Реальность, то почему же этот *Брахман* для нас неявен, тогда как *прапанчха* (мир, т. е. *не-Брахман*) так очевиден? Таковы вопросы продвинутых *садхаков*.

В собственном *Я* человека, которое есть не что иное, как *Брахман*, существует таинственная сила, известная как *авидья* (Неведение), не имеющая начала и не отделенная от *А т м а н а* [*Анма*]. Её свойствами являются затемнение сущности и представление множественности. Как кинокадры невидимы при свете дня и в темноте, но видимы в пятне света среди темноты, так же в темноте Неведения проявляется отражённый свет *А т м а н а*, иллюзорный и рассеянный, принимающий форму мысли. Это — первичная мысль, известная как эго, *джива* или *карта* (делатель), использующая ум как посредника своих восприятий. Ум сохраняет скрытые склонности, которые он проецирует как спектакль теней в состояниях бодрствования и сна со сновидениями. *Джива*, однако, по ошибке принимает этот

спектакль за реальность. Сначала затемняющий аспект ума скрывает реальную сущность А т м а н а , а затем представляет объективный мир к обозрению. Как воды океана не кажутся отличающимися от его волн, так же — пока делятся объективные феномены — А т м а н [*Анма*], хотя Он Сам есть единственное Бытие, тоже кажется не отличающимся от них. Отвернись от иллюзии, обусловленной скрытыми склонностями ума и ложными понятиями внутреннего и внешнего. При такой постоянной практике *сахаджа самадхи* затемняющая сила исчезает и недвойственный А т м а н остается сиять как Сам *Брахман*. В этом весь секрет доктрины *адвайты*, передаваемый Учителем продвинутому *садхаку*. Шри Шанкарачарья дал краткое, без деталей, изложение этого учения в нижеследующем тексте.

### Текст

Все наши восприятия относятся к не-А т м а н у . Неизменный Зрящий действительно есть А т м а н . Все бесчисленные священные книги провозглашают только различение А т м а н а и не-А т м а н а .

Мир, который мы видим глазами, есть *дришья* (объект); глаз, который видит, есть *дрик* (субъект). Но этот глаз, будучи воспринимаем умом, есть *дришья* (объект), а ум, который видит его, есть *дрик* (субъект). Ум, чьи мысли воспринимаются А т м а н о м , есть *дришья*, а А т м а н есть *дрик*. А т м а н не может быть объектом, так как ничем не воспринимается. Воспринимаемые формы различны — синие и жёлтые, грубые и тонкие, длинные и короткие и так далее, но видящий их глаз остаётся одним и тем же. Подобным образом и различные качества глаза (такие как слепота, притуплённость или острота зрения), уха и других органов воспринимаются только умом. Так же и различные характеристики ума — желание, решимость, сомнение, верность, жажда верности, мужество, жажда мужества, страх, застенчивость, различение, доброжелательность, зловредность — все воспринимаются одним А т м а н о м . Этот А т м а н не появляется и не исчезает, не прибывает и не убывает. ОН сияет своим собственным светом.

ОН освещает всё остальное, не нуждаясь в помощи других источников.

*Буддхи* как совокупность внутренних органов при соприкосновении с отражённым сознанием имеет два аспекта. Один из них называется эгоизмом, а другой — умом. Этот контакт *буддхи* с отражённым сознанием подобен тождеству раскалённой железной болванки и огня. Таким образом грубое тело получает сознательное бытие. Связь, устанавливающая тождественность эго и отражённого Сознания, имеет три разновидности.

1. Отождествление эго с отражённым Сознанием — естественное, или врождённое.

2. Отождествление эго с телом из-за прошлой *кармы*.

3. Отождествление эго со Свидетелем из-за неведения.

Естественный, или природный, контакт продолжается до тех пор, пока существует *буддхи*, но осознание Себя, *А т м а н а*, доказывает ложность этого отождествления. Контакт, упомянутый третьим, нарушается, когда на опыте открывается полное отсутствие контактов чего-либо с *А т м а н о м*, который есть Бытие. Второй контакт, порождённый прошлой *кармой*, исчезает вместе с разрушением врождённых склонностей [*васаны*]. В состоянии глубокого сна, когда тело бездеятельно, эго полностью погружено (в каузальное, или причинное, неведение). Оно находится в полупроявленном состоянии во время сна со сновидениями и полностью проявляется при бодрствовании. Эго есть разновидность, или модификация, мысли (с её скрытыми склонностями), что творит внутренний мир сновидений во время сна со сновидениями и внешний мир при бодрствовании. Тонкое тело, которое является материальной причиной ума и эго, испытывает три состояния, а также рождение и смерть.

*Майя* причинного тела обладает проецирующей [*раджас*] и затемняющей [*тамас*] силами. Это проецирующая сила творит всё от тонкого тела до грубого мира имён и форм. Эти объекты создаются в *Сат-Чит-Ананде* (Бытие-Сознание-Блаженство), словно пена в океане. Затемняющая сила действует таким образом, что внутренне не может быть воспринято различие между субъектом и объектом, а вовне — между *Брахманом* и феноменальным миром. Это, воисти-

ну, причина *сансары*. Индивидуальность с её отражённым светом Сознания представляет собой тонкое тело; оно живёт в непосредственной близости от истинного Я и именуется *вьавахарика* (эмпирическое “я”). Этот индивидуальный характер эмпирического “я” проявляется в Свидетеле, или *сакишине*, также в результате ложного наслоения. Но с устранением затемняющей силы [*тамас*] различие между Свидетелем и эмпирическим “я” становится очевидным, и наслоение также исчезает. Подобным образом *Брахман* сияет как феноменальный мир имён и форм только из-за влияния затемняющей силы, которая скрывает различие между НИМ и феноменами. Когда затемнение кончается, постигается различие между ними, ибо в *Брахмане* не существует никакой активности феноменального мира.

Из пяти качеств: Бытие, Сознание, Блаженство, имя и форма — первые три относятся к *Брахману*, а имя и форма — к миру. Три аспекта — Бытие, Сознание, Блаженство — равно существуют в пяти элементах: эфире, воздухе, огне, воде и земле, *дэвах* (богах), животных, людях и т. д., тогда как имена и формы различны. Поэтому будь безразличен к именам и формам, сосредоточивайся на Бытии-Сознании-Блаженстве и постоянно практикуй *самадхи* (тождество с *Брахманом*) внутри Сердца или вне его.

Эта практика *самадхи* (тождества с *Брахманом*) бывает двух видов: *савикальпа* (в которой различие между познающим, процессом познания и познанным не утрачено) и *нирвикальпа* (в которой указанное различие утрачено). *Савикальпа самадхи* также имеет две разновидности: связанную со словами (звуком) и медитацию на собственном сознании как на свидетеле мыслеформ, таких как желания, которая есть *савикальпа самадхи* (внутренняя), связанная с (познаваемыми) объектами. Осознание Себя как “Я есть Бытие-Сознание-Блаженство без двойственности, ни к чему не привязанное, лучезарное само по себе” — есть *савикальпа самадхи* (внутреннее), связанное со словами (звуком). После отбрасывания и звуковых и предметных форм двух вышеупомянутых видов *самадхи* полное погружение в Блаженство, переживаемое при осознании Себя, есть *нирвикальпа самадхи* (внутреннее). В этом состоянии достигает-

ся устойчивое пребывание, подобное спокойному горению пламени свечи в закрытом от ветра пространстве. Точно так же в сердце, ставшем безразличным к внешним объектам, имеющим имя и форму, и воспринимающем только Бытие (как) *Сат*, имеет место *савикальна самадхи* (внешнее), связанное с объектами; и непрерывное сознавание того *Сат* (истинного существования) как неразрушимой единственной сути *Брахмана*, есть *савикальна самадхи* (внешнее), связанное со словами (звуком). После этих двух переживаний Бытие, которое непрерываемо, подобно океану, лишённому волн, есть *нирвикальна самадхи* (внешнее). Медитирующий должен беспрестанно проводить своё время в этих шести видах *самадхи*. Ими разрушается привязанность к телу, и ум, всегда пребывая в Высочайшем *Я* [*Параматман*], всюду самопроизвольно находится в *самадхи*, куда бы он ни блуждал. Такой постоянной практикой *самадхи* Высочайшее *Я* — одновременно и самое высокое и самое низкое, включающее в себя как *Параматму*, так и *дживатму*, непосредственно переживается, и затем узел Сердца оказывается развязанным; все сомнения уничтожаются, и все *кармы* (деятельности) также исчезают.

Из трех видов индивидуального бытия: ограниченного “я” (как в глубоком сне), эмпирического “я” (как в бодрствующем состоянии) и “я” сна со сновидениями, только индивидуальность, ограниченная состоянием глубокого сна, есть истинное *Я* [*Парамартхика*]. Однако даже это — не что иное, как мысль. Лишь Абсолют есть истинное *Я*. В реальности и по сущности Абсолют есть Сам *Брахман*, однако наложение создаёт ограничения индивидуальности в Абсолюте. Это к *Парамартхика дживе*, и ни к чему иному, относится тождество *Тат Твам Аси* (Ты есть ТО) и другие великие изречения *Упанишад*. Великая *майя* (Наслоение, не имеющее начала и конца) с её затемняющей и проецирующей силами [*тамас* и *раджас*] загораживает единственного неделимого *Брахмана* и в этом *Брахмане* создаёт мир и индивидуальности. Индивидуум [*джива*] — представление эмпирического “я” в *буддхи* — в действительности является актёром и наслаждающимся, а объектом его наслаждения является весь феноменальный мир. С безначального времени

вплоть до момента достижения Освобождения индивидуум и феноменальный мир обладают эмпирическим существованием. Они оба имеют эмпирическую природу. Эмпирическая индивидуальность появляется обладающей силой формирования сна в виде затемняющей и проецирующей сил. Эта сила связана с Сознанием. Она сначала охватывает индивидуальное эмпирическое “я” и познаваемую вселенную, которые затем возникают, как образы во сне. Эти восприятия во сне и сама индивидуальность, что их воспринимает, — иллюзорны, так как они существуют только в период сна. Мы декларируем иллюзорность их природы, ибо при пробуждении никто не видит снов, никто не видит объектов сновидений. Спящее “я” переживает мир сновидений как реальный, в то время как эмпирическое “я” бодрствования переживает эмпирический мир как реальный, но при осознании *Парамартхика дживы* познаёт его нереальность. *Парамартхика джива*, отличающаяся от “я” в переживаниях сна и бодрствования, тождественна с *Брахманом* и не имеет “другого”. Если Она и видит что-либо “другое”, Она знает нереальность этого.

Солёность, влажность и холод воды равно присущи волнам и пене. Точно так и Бытие-Сознание-Блаженство, характеризующее *А т м а н* (вышеупомянутую *Парамартхику*), — представлено в эмпирическом “я” и через него в “я” сна, ибо их существование — лишь иллюзорные творения в *А т м а н е*. Пена с её качествами растворяется в волнах, волны с их качествами затихают в океане, и только лишь океан всегда существует изначальным. Подобно этому “я” сновидений и его объекты поглощаются эмпирическим “я”, затем эмпирический мир с его характерными особенностями поглощается в *Парамартхике* и, как в самом начале, Бытием-Сознанием-Блаженством, которое есть одиноко сияющий *Брахман*.



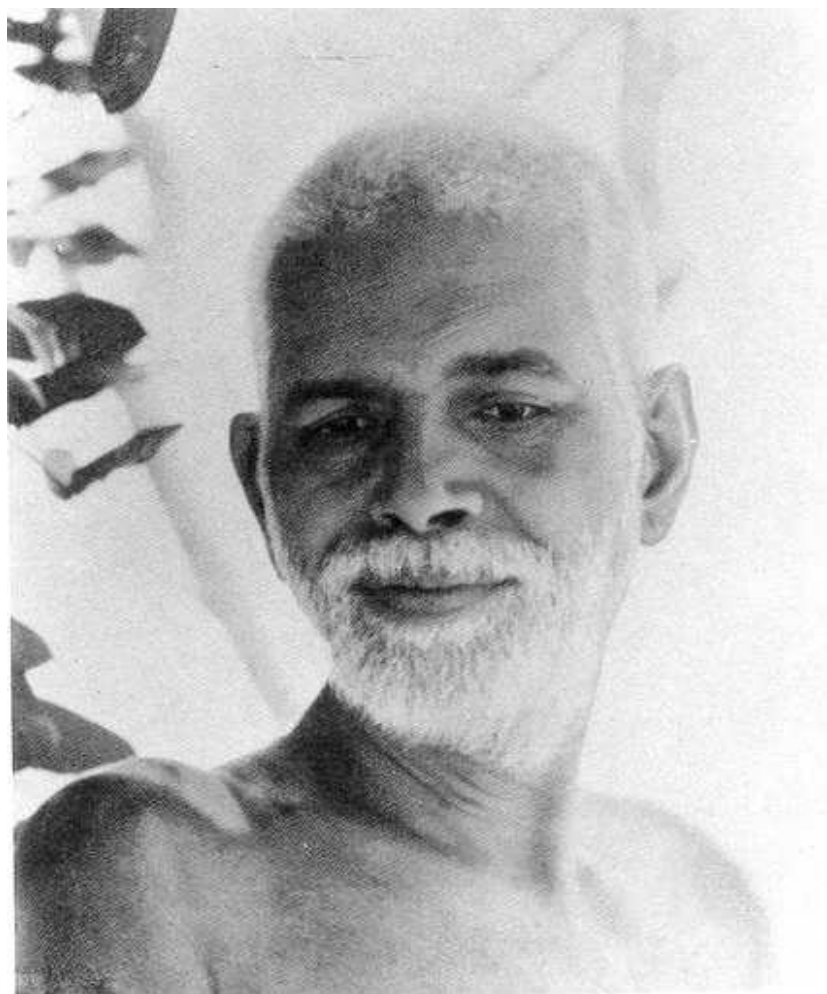
**Часть 2**

**ОРИГИНАЛЬНЫЕ ТЕКСТЫ  
НА ТАМИЛИ**









**Шри Рамана**



**Вичара Мани Мала**  
(Гирлянда драгоценностей  
исследования)

*Это компиляция наиболее значимых, пунктов, выбранных Бхагаваном Шри Раманой Махарши из объемистого сочинения, известного по-тамильски как Вичара Сагара (Океан Исследования), которое было переведено с хинди Махатмой Ничалдасом. Шри Бхагаван милостиво сделал нижеследующие выдержки по просьбе одного из преданных — Аруначалы Мудальяра, посетовавшего на трудность чтения и понимания полного текста на тамили.*

**Благословение**

Я есть тот *Брахман*, Который есть блаженство, Который вечен, лучезарен, всепроникающ, основание имён и форм, Который непознаваем нечистым интеллектом, но познаваем чистым, незапятнанный и безграничный. Когда устраняется *джива* (индивидуальное бытие) в форме *ахамкары* (чувства эго) — кажущееся значение слова “Я”, то остаётся лишь лучезарный и сознающий *А т м а н* (истинное Я), который есть подразумеваемое значение слова “Я”, есть *Брахман*. Это может быть также понято из следующих слов, описывающих переживание Арунагири: «После поглощения меня, имевшего форму “я” (эго), Высочайшее Бытие осталось просто как Я».

### Текст

Благородный искатель Освобождения, чей ум очищен и однонаправлен прекращением злых мыслей в результате бескорыстных действий и медитаций, совершённых им в предшествующих воплощениях, и кто подвержен только изъяну скрывающей силы [*аварана шакти*] в форме незнания Себя, кто обладает четырьмя совершенствами: различением, бесстрашием, шестью способностями к самоконтролю и стремлением к Освобождению, будучи неспособным выносить страдания *сансары*, приближается к *Садгуру* — сострадательному, осознавшему смысл Веданты, установившемуся в *Брахмане*, и, распростёршись перед ним в страхе и благоговении, вопрошает его следующим образом:

*Ученик:* Свами, каковы средства прекращения страданий *сансары*, подобных рождению и смерти, и достижения высочайшего блаженства?

*Гуру:* О Ученик! Что за иллюзия! Ты всегда блажен по природе. В тебе нет ни малейшего следа страданий *сансары*. Поэтому не принимай на свой счёт страдания рождения и т. п. Ты — сознающий *Брахман*, свободный от рождения и смерти.

*Ученик:* Разве не Освобождением прекращаются страдания и достигается высочайшее Блаженство? Если я (уже) обладаю природой блаженства, то как могу достичь блаженства всегда достигнутого и подобным образом избавиться от страдания, которого никогда не существовало?

*Гуру:* Это возможно точно так, как если бы кто-нибудь искал и нашёл браслет, который всё время, забытый, был на руке, и, найдя его, увидел в нём новое приобретение. Это возможно так же, как в случае со змеей, которую по ошибке представляют в верёвке, хотя её там никогда не было, и которая кажется исчезнувшей, когда обнаруживается только кусок верёвки.

*Ученик:* Будут ли в одном и том же состоянии (букв.: субстанции) Освобождения одновременно присутствовать существование Блаженства и не-существование страдания?

*Гуру:* Будут. Так же как не-существование воображаемой змеи есть существование веревки, не-существование воображаемых страданий есть существование Блаженства.

*Ученик:* Поскольку блаженство возникает только от контакта с объектами, то почему можно сказать, что (по природе) *Я* есть Блаженство?

*Гуру:* Блаженство истинного *Я* не ощущается интеллектом, который отвлекается желаниями на объекты у того, кто не знает Себя. Когда объект желания достигнут, интеллект на мгновение успокаивается и обращается вовнутрь. Тогда в нём отражается блаженство *А т м а н а*, и это создаёт иллюзию того, что блаженство — в объекте. Но когда желанными становятся другие объекты, это блаженство исчезает. Это напоминает радость от возвращения сына из дальних стран. Она не столь живуча, как объект, который кажется её причиной. Кроме того, блаженство переживается в состоянии *самадхи* и глубоком сне даже при отсутствии объектов. Следовательно, в объектах нет блаженства. Только истинное *Я* есть блаженство. Именно потому, что только блаженство *А т м а н а* переживается как целое, это целое провозглашено *Ведами* формой блаженства.

*Ученик:* Обладает ли Мудрец [*джняни*], познавший Себя, желанием объектов и опыта блаженства или нет?

*Гуру:* Хотя Мудрец может желать объекты и переживание блаженства подобно человеку, пребывающему в неведении, он не представляет это блаженство чем-либо отличным от блаженства *А т м а н а*.

*Ученик:* Если страдание рождения, смерти и тому подобное действительно переживается, то как можно говорить, что оно никогда не существует во мне?

Гуру: Познай, что мир рождения, смерти и тому подобное иллюзорен, словно змея в верёвке, голубизна в небе, или подобен сну за счёт твоего незнания своего Я, которое есть *Брахман*.

Ученик: В чём опора [*адхара*] этого обширного мира?

Гуру: Как верёвка — опора и основание иллюзии змеи, появляющейся, если верёвка не опознана как таковая, так и ты — опора и основание мира, который появляется, когда ты не знаешь своего Я.

Ученик: Будь добр разъяснить чётко идеи опоры [*адхара*] и основы [*адхиштана*].

Гуру: Даже для иллюзии змеи существует концепция “это”, которая оказывается смешанной с общей концепцией “это”, лежащей в основе действительно существующего предмета — верёвки. Подобным образом для нереального мира существует концепция “он существует”, которая оказывается смешанной с общей концепцией существования, которая лежит в основе *А т м а н а*. Это существование является опорой мира. Точно так же если существует концепция “верёвки” (кроме общей концепции “это”), то существует и частная концепция для истинного Я, а именно — непривязанное, неизменное, вечно свободное, всепроникающее и пр. Она не познаётся при наличии иллюзии, однако, когда познана, удаляет иллюзию. Такая частная концепция *А т м а н а* является основой мира.

Ученик: Аналогично видящему, отдельному от верёвки, которая есть опора и основа иллюзии змеи, кто же будет видящим отдельно от меня, являющегося опорой и основой мира?

Гуру: Если основа не обладает сознанием, то необходим отдельный видящий. Если же основа обладает сознанием, то она сама и будет видящим. Так же как свидетельствующее сознание, которое является основой дремоты, само и есть видящий сны, так и ты сам есть тот, кто видит мир.

*Ученик:* Если мир бодрствования обретает существование и иллюзорно появляется как сновидение благодаря незнанию, то почему же мы говорим о каких-то различиях между состояниями бодрствования и сновидений, отмечая, что состояние бодрствования имеет относительную [эмпирическую — *вьявахарика*] реальность, в то время как состояние сновидений — только личностную [*пратибхасика*] реальность?

*Гуру:* Поскольку сновидение появляется вследствие незнания, сопровождаемого дефектом [*дошам*] глубокого сна\*, независимо от времени, места, условий сна, то о нём говорят как о личностном состоянии. Так как состояние бодрствования появляется в Высочайшем Я — свободном от времени, пространства, любых условий — только благодаря незнанию, то о нём говорят как об относительном состоянии. Сновидение и бодрствование поэтому описываются со ссылкой на три формы реальности (личностной, относительной, абсолютной). При ясном понимании между ними нет никакой разницы. Нет различия также между сновидением и бодрствованием. Не имеющее различий сознание только и есть истинная реальность. Всё, что отличается от него, есть личностное и имеет главной причиной неведение и сознание как основу.

*Ученик:* Если это так, то почему же происходит прекращение состояния сновидений даже в отсутствие знания *Брахмана*, в то время как состояние бодрствования не прекращается без знания *Брахмана*?

*Гуру:* Хотя не может быть полного прекращения состояния сновидений, пока нет знания *Брахмана* в бодрствующем состоянии, дефект глубокого сна — непосредственная причина сновидения — может исчезнуть при развитии бодрствования, которое враждебно глубокому сну.

*Ученик:* Объекты состояния бодрствования, предшествующего определённом сновидению, существуют также и в

---

\* То есть неведением, присутствующим в глубоком сне.

бодрствовании после этого сновидения. Но объекты одного сна невидимы в следующем сне. Как же тогда можно рассматривать эти два состояния как сходные?

*Гуру:* Все объекты — это основополагающее сознание, преобразованное неведением. Они появляются при возникновении понятия и пропадают при его исчезновении. Следовательно, нельзя говорить, что объекты предшествующего состояния бодрствования существуют также и в последующем бодрственном состоянии. Как и в сновидении, они (объекты последующего бодрственного состояния) обретают существование лишь на время. Следовательно, оба являются сходными.

*Ученик:* Поскольку человек, который пробудился от сна, рассматривает видимые им объекты как те же, что и до сна, то нельзя говорить, что они обретают существование только при появлении знания о них. Объекты существуют неизменно до и после знания о них.

*Гуру:* Точно так же как вещи, обретающие существование на время сновидения, кажутся существующими неизменно длительный период времени, так и объекты, которые существуют в состоянии бодрствования благодаря сильному неведению. Идеи причины и следствия в отношении этих объектов также являются похожими.

*Ученик:* Если узы *сансары* обретают существование вследствие незнания *А т м а н а*, то когда возникает это неведение?

*Гуру:* Такое неведение, возникающее из *А т м а н а*, который есть *Брахман*, является просто воображением [*кальпита*] и не имеет начала.

*Ученик:* Темнота не может существовать при свете солнца, тогда как же неведение может существовать в *Брахмане*, который есть чистое сознание? Даже если оно и существует, оно не может существовать в том, что ясно известно, или в том, что совершенно неизвестно. Наложение ложной реальности на истинную возможно только тогда, когда известен лишь общий аспект чего-либо и не известен



частный аспект. *Брахман* не имеет частей как в общем, так и в частном; ОН не имеет атрибутов, тогда как может здесь быть наложение уз?

*Гуру:* Хотя *Брахман* есть сознание, общий (неотчётливый) аспект этого всепроникающего сознания, который имеет лучезарную природу, не враждебен неведению, но, наоборот, способствует ему. В глубоком сне неведение сосуществует с Сознанием *А т м а н а*. Общая возможность появления огня из дерева не враждебна темноте, но полезна ей. Но действительный огонь (проявленный), возникший за счет трения, враждебен темноте; точно так же ясное сознание, выработанное в уме как *Брахман*, враждебно незнанию. Хотя *Брахман* не имеет атрибутов (и поэтому не может быть познан), ЕГО общее существование познаваемо даже в состоянии незнания в форме “Я есмь”, в то время как ЕГО частные аспекты, подобные Сознанию, Блаженству и прочему, при этом не познаются, но они постигаются в состоянии Знания. Появление кажущихся предметов является результатом незнания; такова природа и уз наложения на лишённого атрибутов *Брахмана*, который известен как Бытие и неизвестен как Сознание и Блаженство.

*Ученик:* Хотя мир нереален, он является причиной страданий, подобных рождению и смерти. Нереальный ночной кошмар не возникает, если выполнена *джана* (перед сном). Аналогично этому, что должно быть сделано, чтобы предотвратить появление мира?

*Гуру:* То, что появляется вследствие незнания чего-либо, прекратится лишь после познания того, что неизвестно. Змея и серебро, появившиеся вследствие незнания верёвки и перламутровой раковины, исчезнут лишь после узнавания последних. Точно так же мир, который появляется из-за незнания твоего *Я*, исчезнет только через познание *А т м а н а*. *Брахман* бесконечен, однороден, не привязан ни к чему, не рождён и тому подобное, невидим и не имеет имени и формы. Незнание воображается в НЁМ и в ЕГО проявлениях, а именно — индивидууме, Господе и мире, и является нереальным во всех трёх периодах времени. Всё, что видится, —

игра интеллекта, который есть результат этого незнания. *Брахман*, оставаясь неподвижным, освещает интеллект. Этот интеллект проецирует свои иллюзорные фантазии в состояниях бодрствования и сна и сливается с незнанием в состоянии глубокого сна. “Так же как вода миража не увлажнит песков пустыни, так и эта нереальная вещь (мир) не принесет ни малейшего вреда мне, кто есть его основа”. Таково убеждение реального Знания. Это есть состояние Освобождения. Я уже говорил это. Темнота не исчезнет с помощью какого-либо иного средства, кроме света; её не рассеять ритуалами, медитацией [*упасана*]<sup>1</sup> и т. п. Темнота незнания исчезает совместно со своими последствиями у того, в чьём сердце возгорается свет Знания. Он всегда остаётся непривязанным и однородным *Я*, имеющим форму *Брахмана*. Ничто не обретало существования в прошлом. Ничто не существует сейчас. Ничего не будет в будущем. Поскольку известные объекты не существуют (реально), то и термины “свидетель” или “видящий” не применимы. Если нет оков, то нет и освобождения. Если нет незнания, то нет и познания. Тот, кто познал это и отбросил чувство долга, является Мудрецом [*джняни*]. Входят ли его чувства в контакт с соответствующими объектами или нет — он не привязан и свободен от желаний. Поэтому даже хотя он может казаться действующим, он ничего не совершает.

Ученик: Как может индивидуум, являющийся видоизменением “Я—Я”, кто многочислен, конечен и является субъектом привязанности и других форм страданий, быть тождественным с *Брахманом*, который единственен, всепроникающ, свободен от привязанностей и других форм страдания? Если индивидуум и *Брахман* — одно и то же, кто тот, кто действует? И кто дарует плоды действия?

---

<sup>1</sup> *Упасана* — непрерывная медитация на божестве, форме или слове, подобном *ОМ*, до тех пор пока не достигается это божество, форма или слово. Это — техника, которой сегодня обычно не следуют. Её современный эквивалент — *бхакти* (преданность).

Гуру: Хотя *Брахман* не может быть тождествен индивиду [джива], который ограничен внутренним органом [*антахкарана*] и есть внешнее значение “Я”, тождество может быть со свидетелем [*сакшин*], который есть подразумеваемое значение слова “Я”. Действие совершает отражённая часть [*абхасья бхага*] дживы. Отражённая часть в *Ишваре* (Бог), который есть внешнее значение слова *Тат* [*Брахман*], дарует плоды действий. Здесь нет различия в Сознании, которое есть подразумеваемое значение этих слов (*Я* и *Тат*). И эти два аспекта (*джива* и *Ишвара*) реально не существуют.

Ученик: Кто — *джива*? Кто — *сакшин* (свидетель)? Разве отличие свидетеля от *дживы* не абсолютная невозможность, подобно “сыну бесплодной женщины”?

Гуру: Так же как отражение неба в горшке становится небом в воде, так и сознание, установленное в интеллекте [*буддхи*] совместно с отражённым сознанием [*абхаса*] интеллекта, сопровождаемым желаниями и действиями, становится *дживой* — делающим, наслаждающимся и *сансарин*ом. Сознание, которое является основой интеллекта и атрибутом *дживы*, или конечного [*вьяпти*] незнания, — незыблемый свидетель [*кутастха*]. Этот свидетель безначален и неизменен. Характеристики [*дхармы*], как, например, добро и зло, радость и печаль, уход в иной мир и возвращение в этот, принадлежат только отражённому сознанию. Даже в отражённом сознании они существуют только во внутреннем органе, который является их атрибутом. Они не существуют в сознании, которое является субстанциональной частью (*дживы*). Субстанциональная часть *дживы* есть свидетель. В одном и том же сознании внутренний орган есть придаток [*упадхи*] для идеи свидетеля и атрибут для идеи *дживы*. Иначе говоря, единое сознание становится *дживой* при наличии внутреннего органа или свидетелем, когда лишено его. Таким образом, один и тот же внутренний орган есть придаток сознания того, кто нуждается в различении. Следовательно, единое сознание есть свидетель для различающего и *джива* для того, кто испытывает недостаток в различении.

Ученик: Как может свидетель, многообразный и даже ограниченный в численности *джив*, быть тождествен *Брахману*, который — един?

Гуру: Точно так же как пространство в горшке — многообразном и ограниченном — не отличается от всеобщего и фактически есть это пространство [*манакаша*], так и свидетель — множественный и ограниченный, не отличается от *Брахмана*, но есть *Брахман*. Вот почему для него возможно быть тождественным *Брахману*. Поэтому познай “Я есть *Брахман*”.

Ученик: Для кого это знание? Для *дживы* или для свидетеля?

Гуру: Знание и неведение существуют только для *дживы*, но не для свидетеля.

Ученик: Не будет ли знание “Я есть *Брахман*”, возникающее в *дживе*, которая отлична от *Брахмана*, ложным?

Гуру: Незменное Я [*кутастха*], подразумеваемое в слове “Я”, всегда едино с *Брахманом* — подобно пространству горшка и безграничному пространству — и полностью с НИМ тождественно. Что касается *дживы*, подразумеваемой в термине “я”, то она может иметь тождество с *Брахманом* “путём устранения препятствия” [*бадха саманадхи-караньям*] через отрицание идеи *дживы*, точно так же как человек, воображаемый в столбе, становится единым со столбом, когда столб уже не принимается за человека.

Ученик: Существуют ли отражённое сознание [*абхаса*] и неизменное [*кутастха*], подразумеваемые в термине “Я”, в одно и то же время? Или они появляются в разное время?

Гуру: Они появляются в одно и то же время. Отражённое сознание — объект для свидетеля, а свидетель — самопознаваем. При обычном познании горшков и других внешних объектов имеет место нижеследующее. Понятийная

часть внутреннего органа, сопровождаемая отражённым сознанием, выходит на горшки и другие объекты, принимает их формы и устраняет препятствие [*аваранам*], которое, из-за неведения, естественно покрывает их. Как не-светящийся объект, покрытый горшком, не будет видим в темноте, даже если палкой разбить горшок, но может быть видим с помощью лампы, так отражённая часть всё-таки освещает объекты.

При прямом осознании *Брахмана*, который есть *А т м а н*, происходит следующее. Внутренний орган, воспринимая на слух звук важнейшего изречения Писаний [*махавакья*]<sup>1</sup> “Ты есть ТО” [*Тат Твам Аси*], принимает форму *Брахмана* [*Брахмакара*] и утрачивает контакт с чувствами. Это подобно знанию десятого человека [*дасама*], возникающему из звука, производимого предложением “Ты — десятый”, или идеям радости и печали, появляющимся без (соответствующих) внешних объектов. Эта идея формы *Брахмана* устраняет препятствие, скрывающее *А т м а н*, и тогда лёгкое неведение, которое всё ещё сохраняется во внутреннем органе, исчезает, словно грязь, смываемая мылом (с одежды). С этого времени *Брахман* проявляется своей собственной лучезарностью, подобно свету великолепного солнца, сияющему после того, как с глаз убраны пальцы. Лампа, стоящая в горшке, светит без помощи других источников, когда горшок разбит. Также и *Брахман* не требует помощи отражённого сознания.

*Ученик:* Каковы главные [*анпгаранга*] и второстепенные [*бахиранга*] средства достижения знания *Брахмана*?

*Гуру:* Ритуальные жертвы и подобные акты, медитация [*упасана*], совершаемые бескорыстно, являются второсте-

---

<sup>1</sup> Ведантические высказывания бывают двух видов — главные и второстепенные. Тексты, которые трактуют природу *дживы* и *Брахмана*, являются второстепенными. Они создают косвенное (интеллектуальное) знание. Главные тексты провозглашают тождество *дживы* и *Брахмана*. Они создают прямое знание.

пенными средствами. Четыре (совершенства)<sup>1</sup>, включающие в себя различение, три (шага)<sup>2</sup> и (одно) исследование смысла понятий “то” и “ты”, — эти восемь являются главными средствами.

*Ученик:* Если знание возникает только через “изречение”, то есть ли необходимость в “слушании” и во всех последующих шагах (*садханы* на Пути Знания)?

*Гуру:* Знание бывает двух типов — устойчивое (свободное от недостатков) и неустойчивое (с недостатками). Хотя неподготовленный искатель [*мандатхикари*], имеющий сомнения и ошибочные представления, и может иметь ясное знание путем заучивания “изречений”, оно не даст надлежащего следствия, ибо является несовершенным. Постоянной практикой “слушания” и тому подобного изъясн устраняется. В этом — цель “слушания” и других шагов. У продвинутого искателя [*уттама адхикари*], чей внутренний орган крайне чист и свободен от сомнений и ошибочных представлений, устойчивое ясное знание возникает просто от прослушивания “изречения” и нет необходимости (опять) в “слушании” и тому подобном для удаления несовершенств. Лишь тот “освобождён при жизни” [*дживанмукта*], чья мудрость прочна [*стхита праджня*].

*Ученик:* Каковы отличительные признаки Мудреца и человека, не обладающего знанием?

<sup>1</sup> Четыре совершенства — это: 1) различение между вечным и преходящим [*нитьянитья васту вивека*], 2) отсутствие желания наслаждаться плодами (действий) в этой жизни и следующих [*ихамутрартах пхала бхога вайрагья*], 3) обладание шестью достоинствами\*, в том числе контроль ума [*шама*], и 4) стремление к Освобождению.

\* Шесть достоинств: 1) контроль ума [*шама*], 2) контроль чувственных органов [*дама*], 3) прекращение активности [*упарати*], 4) стойкость [*титикишу*], 5) вера в Писания и Гуру [*шраддха*], 6) концентрация ума [*самадхана*].

<sup>2</sup> Три шага: 1) слушание [*шравана*], 2) размышление [*манана*] и 3) непрерываемое созерцание [*нидидхьясана*].

Гуру: Пребывающий в неведении отличается своей привязанностью [*рага*], а Мудрец — бесстрастием. Даже если невежественный человек случайно разовьёт бесстрастие, то оно, вернее всего, не будет устойчивым, так как он не избавился от чувства реальности объектов чувств. Его бесстрастие — поверхностно. В то же время бесстрастие Мудреца, который развил своё чувство нереальности объектов чувств, не изменяется во времени и, следовательно, сильно.

Ученик: Почему некоторые говорят, что выполнение ритуальных действий [*карма*], сопровождаемое медитацией [*упасана*], и знание [*джняна*] являются причиной устойчивости?

Гуру: Мысль, что истинное Я — отдельное от тела — есть делатель и наслаждающийся, а также идея, что делатель, действие и его результат отличны друг от друга, являются причиной выполнения ритуалов; результат — непрекращающаяся *сансара*. Истинное Я по природе есть непривязанный *Брахман*; делатель, действие и его результат не отличаются от А т м а н а ; таково знание и плод его — вечное Освобождение. Поэтому как могут существовать оба этих подхода?

Ученик.: Пока существует внутренний орган, его естественное качество неустойчивости не покинет даже Мудреца. Следовательно, если это не является препятствием к Освобождению после смерти [*видехамукти*], то как может иметь место опыт блаженства Освобождения при жизни? Разве даже Мудрецу нет необходимости медитировать (выполнять *упасану*), чтобы устранить неустойчивость ума?

Гуру: Поскольку *самадхи* и отвлечение — одно и то же для Мудреца стойкого в мудрости, он не действует ради устойчивости ума. Для него здесь нет ни неведения как причины деятельности, ни какой-либо иллюзии различия как результата неведения, ни привязанности и ненависти как результата иллюзии различия. Остаётся толь-

ко *праабдха* (та часть *кармы*, которая должна быть отработана в этой жизни); она и есть причина его активности. Активность, возникающая благодаря *праабдхе*, различается от личности к личности. Следовательно, активность Мудреца и его бездеятельность регулируются *праабдхой*. Поэтому здесь может быть и желание чувственных наслаждений и усилия достичь их, как в случае с Джанакой и другими — за счет *праабдхи*, ответственной за наслаждение. Подобным образом здесь может быть жажда Освобождения при жизни и отвращение к чувственным удовольствиям, как в случае Шуки, Вамадэвы и других — за счет *праабдхи*, ответственной за бездеятельность. Блаженство *Брахмана* не проявится просто благодаря неподвижности внутреннего органа. Оно станет очевидным только через постижение формы *Брахмана* [*Брахмакара вритти*]. Поскольку это произойдет только при размышлении [*чинтана*] над смыслом (текстов) Веданты и так как неустойчивость исчезнет уже благодаря этому, каждый, кто желает иметь блаженство Освобождения при жизни, должен лишь размышлять над смыслом текстов Веданты, не нуждаясь в медитации на образах (выполнении *упасаны*).

*Ученик:* Может ли Мудрец иметь значительную активность?

*Гуру:* Когда активность увеличена, счастье уменьшается; если же активность уменьшать, то счастье возрастает. Знание при этом не изменяется. Хотя активность враждебна тому виду счастья, которое отлично от Освобождения при жизни, она не противоречит Освобождению при жизни, ибо что касается *А т м а н а*, то здесь нет иллюзии оков деятельности и бездействия.

*Ученик:* Поскольку Мудрец не может иметь привязанности, вызванной видением объектов как не-*А т м а н а*, нереальным и пагубным, то что мотивирует его деятельность?

*Гуру:* Хотя Мудрец и знает, что его тело нереально, но он может быть активным вследствие *праабдхи*; напри-



мер, он может молиться, чтобы сохранить тело — за счет его *прарабдхи*. Это напоминает людей, наблюдающих фокус, даже когда они знают его секрет, или больного, делающего вредные для себя вещи, даже зная, чем это ему грозит.

*Ученик:* Каков смысл высказывания о том, что Мудрец не имеет желаний?

*Гуру:* Смысл не в том, что его внутренний орган не будет принимать форму желаний. Поскольку этот внутренний орган есть продукт не только чистой *самтвы*, но также и менее выраженных *раджаса* и *тамаса*, то все качества будут более или менее существовать в нём в комбинации с преобладанием *самтвы*. Поэтому до тех пор, пока внутренний орган остаётся, не будет полного отсутствия желаний, которые есть видоизменение *раджаса*. Но Мудрец не принимает желания за свойства *Атмана*. В этом разница. Он непривязан. Он не является делателем, хотя и действует. Вот почему Писание [*шрути*] говорит, что хорошие и плохие действия выполняются телом, а заслуги и грехи (вытекающие из них) после достижения Знания не затрагивают Мудреца.

*Ученик:* Разве для Мудреца нет необходимости входить в блаженное и недвойственное *нирвикальпа самадхи*, в котором все понятия погружены в незнание, как в глубоком сне, и не существует опыта блаженства, покрытого незнанием, а концепция внутренних органов в форме *Брахмана* [*Брахмакара вритти*] погружена в лучезарность *Брахмана*?

Услышав это, Гуру засмеялся, думая: “Почему он говорит, как глупец?”

*Ученик:* Не откажется ли тот, кто при жизни отверг блаженство Освобождения, и от Освобождения после смерти из-за желания достичь небесных миров?

*Гуру:* Отказ от блаженства Освобождения при жизни и желание мирских наслаждений могут встретиться у Муд-

реца из-за его *праабдхи*, но они не появятся после того, как его неведение сожжено Знанием. Поэтому его жизненная сила [*прана*] не уйдёт и он не сможет воплотиться снова ни в этом мире, ни в ином другом из-за *праабдхи*. Следовательно, отклонение Освобождения после смерти и желание или достижение других миров для Мудреца невозможно.

*Ученик:* Что есть Освобождение при жизни? И что такое Освобождение после смерти?

*Гуру:* Отсутствие иллюзии оков даже для находящегося в теле есть Освобождение при жизни. Поглощение грубого и тонкого неведения в сознании после опыта *праабдхи* есть Освобождение после смерти. Такова сущность важнейших текстов Писаний.

Услышав это, ученик пережил прямое знание своего *Я* и, после первого опыта Освобождения при жизни, достиг Освобождения после смерти.



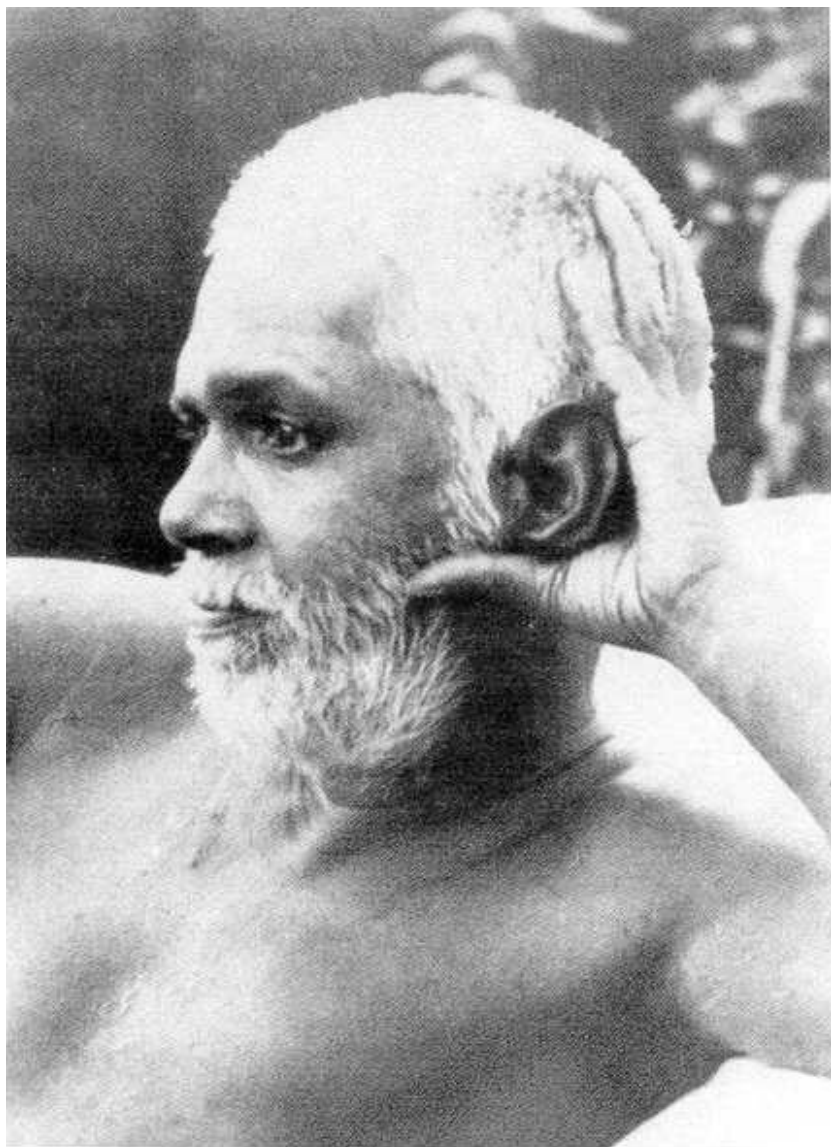
Тат Сат

**Часть 3**

**ОРИГИНАЛЬНЫЕ ТЕКСТЫ  
НА АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ**







**Мудрец Молчания**



## Сердце и Мозг

*Шри Аруначалам Айяр из Арни, тамильский юноша, однажды присутствовал в пещере Вирупакиша (до 1916 года) во время беседы Бхагавана и Кавьякантха Ганапати Муни, после которой он сочинил стихотворение из девяти строф, излагающих её содержание\*. Эти строфы были переведены Бхагаваном на тамили с добавлением десятой строфы. Это единственный текст, переведённый Шри Раманой с английского\*\*.*

1. Сердце\*\*\* и Мозг\*\*\*\* вселенной начали свою беседу  
В удивительной священной пещере,  
А все, кто присутствовал и слушал это,  
Были охвачены безмолвием и стояли как вкопанные.

---

\* Об этой беседе и об этом стихотворении Бхагаван говорил в Своей беседе в Старом Холле 16 апреля 1937 года (см. [24, с. 376—377]).

Текст этой беседы, опубликованный в “Беседах” [24] под номером 402, приведён ниже (см. с. 450—451) в качестве прямого комментария Гуру.

\*\*\* Специально для настоящего издания Д. Джаяраман сделал повторный английский перевод с тамильского стихотворного перевода Бхагавана, опубликованного в 1980 году (см. [9, с. 19—20]).

\*\*\*\* Бхагаван Шри Рамана Махарши.

\*\*\*\* Кавьякантха Ганапати Муни.

2. Как сияющий свет солнца.  
Которое символизирует сердце мира,  
Заставляет луну сиять с её высот,  
И она освещает землю,
  
3. Так и с губ Муни\*, пребывающего в Сердце,  
Упанишады текут к Первопричине\*\*,  
Чьё местообитание — мозг,  
Тогда как мы слушали внизу как Земля.
  
4. Я запишу стихами, пусть даже и не изящными,  
Тайную истину каждого услышанного слова.  
Я знаю, что это — Истина,  
(Потому что) Я ЕСМЬ (есть) Истина.
  
5. Шри Рамана, тот великий молчальник,  
Говорил целиком о Сердце и Мозге,  
(Которые есть) Тайна всех тайн.  
И вот мой лепет об этом.
  
6. “Как изображения на плёнке,  
Вставленной в кинопроектор,  
Увеличенные линзами и прошедшие через выход,  
Играют на стене,

---

\* Бхагаван Шри Рамана Махарши.

\*\* Кавьякантха Гапапати Муни.



7. Так и мельчайшие привязанности\* в Сердце,  
Усиленные линзами ума  
и прошедшие через выходные отверстия —  
Глаза, рот, нос и так далее, —  
Выпускают разнообразные удивительные картины  
в пространство.
8. До сих пор я проводил время в Сердце,  
А когда, после Него, пришёл в этот мир,  
Я узнал через Мозг путь вовнутрь.  
И тем же путем я осознал мою собственную природу”.
9. Таким образом они завершили их святую беседу,  
А старший (Ганапати Муни\*\*) записал это внутри.  
Все мы были погружены в глубокий Мир,  
И об этом я сейчас рассказал.
10. Это — перевод на чистый тамили  
Изящных английских стихов  
Аруначалама из Арни,  
Возвещающих (Истину) всему человечеству.



---

\* То есть *васаны*.

\*\* Шри Бхагаван родился 30 декабря 1879 года, а Ганапати Муни — годом раньше, 17 ноября 1878 года.



# П Р И Л О Ж Е Н И Я

---

Приложение 1

## Духовное Наставление

*(Беседа Шри Бхагавана)*

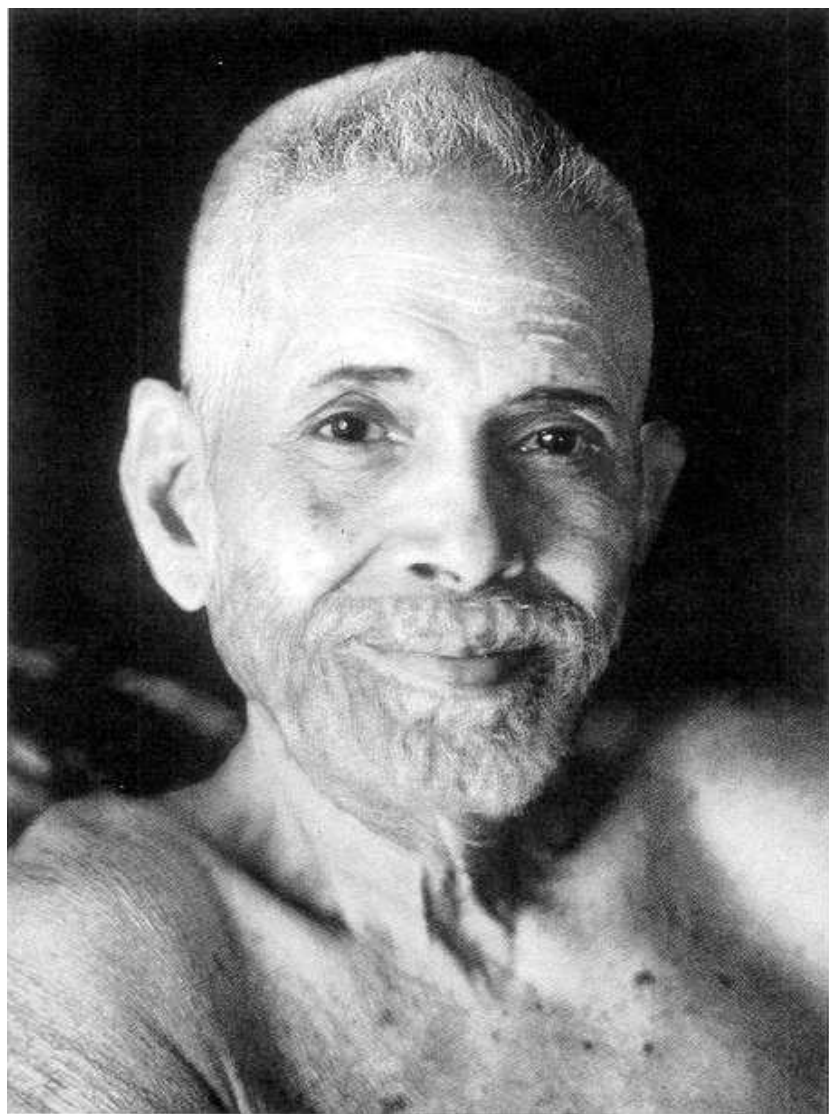
Приложение 2

## Ловушки на Пути

*[Редакционная статья  
журнала Шри Раманаширама  
The Mountain Path (Горный Путь)]*







*Даршан Садгуру*



## Духовное Наставление

*Садху Натанананда, один из самых, ранних, учеников Махарши, в 1923—1928 годах записывал свои беседы с Бхагаваном. В дальнейшем эти записи были обработаны, пополнены и показаны Махарши, который одобрил текст. В 1928 году текст был опубликован под названием. Упадеша Манджари, или “Духовное Наставление”.*

### Благословение

*Я ищу прибежища у священных стоп благословенного Раманы, который выполняет всю работу по созданию, сохранению и разрушению, оставаясь полностью ни к чему не привязанным, который делает нас сознающими то, что является Реальностью, и так покровительствует нам, что я могу записать Его слова как подобает.*

### Важность этого произведения

*Поклоняясь инструментами (мыслью, словом и телом) священному лотосу стоп Бхагавана Шри Раманы Махарши, являющемуся воплощением Безначального Бесконечного, Высочайшего Брахмана, Сат-Чит-Ананды (Бытия-Сознания-Блаженства), я собрал этот букет цветов Его наставлений [упадешаманджари] для пользы тех, кто находится впереди всех искателей Освобождения и очень любим Познавшими, для того, чтобы они могли украсить себя его цветами и достичь спасения.*

*Эта книга является конспектированной записью бесмертных слов той великой души, Шри Раманы Махарши, чьё учение полностью рассеяло сомнения и неправильные представления этой смиренной личности, подобно тому, как лучи солнца рассеивают тьму.*

*Предмет этой книги есть вечный Брахман, который сияет как вершина и как сердце всех Вед и Агам.*

*Темой этой работы является несравненная Само-реализация [атмасиддхи], восхваляемая всеми Упанишадами, являющаяся высшим Благом, которое следует искать всем духовно устремленным [брахмавиды].*

## ГЛАВА I

### НАСТАВЛЕНИЕ (*Упадеша*)

*1. Каковы признаки настоящего Учителя [Садгуру]?*  
Постоянное пребывание в А т м а н е , беспристрастный взгляд на всё окружающее, неизменное мужество всегда, везде, при любых обстоятельствах, и пр.

*2. Каковы признаки искреннего ученика [садшишья]?*  
Интенсивное стремление к устранению страдания и достижению радости, а также интенсивное отвращение ко всем видам мирских удовольствий.

*3. Каковы особенности наставления [упадеша]?*  
Слово “упадеша” означает “около места или сидения” (*упа* — около; *деша* — место или сидение). Гуру, который является воплощением того, что обозначается терминами *Сат*, *Чит* и *Ананда* (Бытие, Сознание и Блаженство), предохраняет ученика от непрерывных отклонений от истинного состояния, возникающих из-за принятия им форм объектов чувств, низвергающих в страдание, бьющих радостями и печалью, и утверждает ученика в его истинной природе без различий.

*Упадеша* также означает показ удалённого объекта совсем близким. Она убеждает ученика в том, что *Брахман*, который кажется ему далёким и отличающимся от него, близок и не отличается от него самого.

*4. Если это правда, что Гуру является собственным истинным Я (А т м а н о м ), то каков принцип, лежащий в основе доктрины, утверждающей, что каким бы продвинутым ученик ни был или какими бы оккультными*



силами ни обладал, он не может достичь осознания А т м а н а [атмасиддхи] без Милости Гуру?

Хотя состояние Гуру, с точки зрения абсолютной истины, есть природа каждого, для А т м а н а , истинного Я, ставшего индивидуальной душой [джива] вследствие неведения, очень трудно осознать своё истинное состояние, или природу, без милости Гуру.

Все умственные концепции оказываются управляемыми одним присутствием настоящего Гуру. Если бы он сказал тому, кто высокомерно заявляет, будто видел другой берег океана учёности, или тому, кто провозглашает, будто может совершать почти невероятное: “Да, вы узнали всё, что должно быть узнано, но познали ли вы самих себя? И вы, кто научился делать почти невозможное, видели ли самого себя?”, то эти люди стыдливо склонили бы головы и замолчали. Таким образом, очевидно, что только Милостью Гуру и без других внешних достижений возможно познать себя.

#### 5. Каковы признаки Милости Гуру?

Это находится за пределами слов или мыслей.

6. Если так, то почему же говорится, что ученик осознаёт своё истинное состояние с помощью Милости Гуру?

Это напоминает слона, который просыпается, увидев во сне льва. Точно так же как слон просыпается, как только увидит льва, так и ученик пробуждается от сна невежества и вступает в бодрствование истинного знания благодаря благосклонному взгляду Гуру, полному Милости.

7. Каков смысл высказывания о том, что природа истинного Гуру та же, что и Высочайшего Господа [сарвешвара]?

Если индивидуальная душа желает достичь состояния истинного знания или состояния Божественности [Ишвара] и с этой целью постоянно практикует преданность, то Господь, являющийся Свидетелем этой индивидуальной души и тождественный с нею, проявляется, когда преданность личности достигает стадии зрелости, в человеческой форме с помощью Сам-Чит-Ананды. Эти три черты, присущие Господу, фор-

ма и имя, которые Он также милостиво принимает, под видом благословения ученика растворяют его в Нём. Согласно этой доктрине, Гуру, поистине, может быть назван Господом.

8. *Как же тогда некоторые великие личности достигали Знания без помощи Гуру?*

Для некоторых зрелых людей Господь проявляется как Свет Знания и передает им сознание Истины.

9. *Чем кончается путь преданности [бхакти] и путь Сиддханты (т. е. Шайва Сиддханты)?*

Следует узнать истину о том, что все действия, совершённые с бескорыстной преданностью, с помощью трех очищенных инструментов (тела, речи и ума), в качестве слуги Господа, становятся действиями Господа и впредь освобождаются от чувства “я” и “моё”. Это есть то, что *Шайва-Сиддханты* называют *парабхакти* (высшая преданность), или жизнь в служении Богу [*ираи-пани-ниттал*].

10. *Чем заканчивается путь Знания [джняна], или Веданта?*

Следует познать истину о том, что “Я” не отличается от Господа [*Ишвара*], и быть свободным от чувства делателя [*картритва*, ахамкара].

11. *Можно ли сказать, что конец обоих этих путей — Знания и преданности — одинаков?*

Какими бы ни были средства, разрушение чувства “я” и “моё” является целью практики, а так как они взаимосвязаны, то разрушение одного из них вызывает разрушение другого; поэтому для того, чтобы достичь состояния Тишины, находящегося за пределами мыслей и слов, вполне достаточно или пути Знания, который устраняет чувство “я”, или пути преданности, который устраняет чувство “моё”. Таким образом, нет никаких сомнений в том, что конец путей преданности и Знания является одним и тем же.

*ЗАМЕЧАНИЕ: До тех пор пока “я” существует, необходимо признавать также наличие Господа. Если человек хочет легко обрести высшее состояние тождественности [сауджъя], ныне утерянное, единственно правильно то, что он должен следовать этому указанию.*

### 12. Каковы признаки эго?

Душа индивидуума в форме “я” и есть эго. Истинное Я, А т м а н , который является природой сознания [Чит], не имеет чувства “я”. Не обладающее сознанием тело также не обладает чувством “я”. Таинственное появление обманчивого эго между сознанием и лишённым сознания телом является главной причиной всех трудностей; при его разрушении любыми средствами то, что реально существует, будет усмотрено как оно есть.

Это названо Освобождением [мокша].

## ГЛАВА II

### ПРАКТИКА (Абхьяса)

#### 1. Каков метод практики?

Поскольку истинное Я, А т м а н , у человека, пытающегося достичь Само-реализации, не отличается от него самого и так как для него нет ничего другого, равного этому достижению или выше его, то Само-реализация есть лишь осознание своей собственной природы. Искатель Освобождения без сомнений и заблуждений осознаёт свою настоящую природу посредством различения вечного от преходящего и никогда уже более не отклоняется от своего естественного состояния. Это известно как практика Знания. Это исследование, ведущее к Само-реализации.

#### 2. Могут ли двигаться этим путём исследования все искатели?

Этот путь пригоден только для подготовленных душ. Остальные должны следовать другим методам в соответствии с состоянием их умов.

#### 3. В чем состоят эти другие методы?

Они таковы: (1) *стути*, (2) *джапа*, (3) *дхьяна*, (4) *йога*, (5) *джняна* и т. д.

(1) *Стути* — это воспевание хвалы Господу с глубоким чувством преданности.

(2) *Джапа* — произнесение имени богов или священных мантр, например *ОМ*, словесно или в уме.

(При практике *стутти* и *джапы* ум будет временами сосредоточенным [букв.: “закрытым”] и временами рассеянным [букв.: “открытым”]. Капризы ума не будут заметны для следующих этим методам).

(3) *Дхьяна* заключается в повторении имён и слогов мысленно [*джапа*], с глубоким чувством преданности. При использовании такого метода удаётся легко разобраться в состояниях ума, так как ум не становится сосредоточенным и рассеянным одновременно. В состоянии *дхьяны* нет контакта с объектами чувств, а когда есть контакт с объектами, то это не *дхьяна*. Поэтому находящиеся в этом состоянии могут наблюдать выходы своего ума и, удерживая его от других мыслей, устанавливать в *дхьяне*. Совершенство в практике *дхьяны* есть пребывание в *А т м а н е* (букв.: «Пребывание в форме “ТО”, *тадакаранилаи*»).

Поскольку медитация действует на источник ума чрезвычайно тонко, при её выполнении довольно легко заметить как возникновение, так и исчезновение мысли.

(4) *Йога*: источник дыхания тот же самый, что и ума. Поэтому успокоение одного ведет к успокоению другого без усилий. Практика успокоения ума через управление дыханием [*пранаяма*] называется *йогой*.

Сосредоточивая свои мысли на психических центрах, таких как *сахасрара* (букв.: “тысячелепестковый лотос”), йогины сколь угодно долго могут пребывать без сознания своих тел. Пока сохраняется это состояние, им кажется, что они погружены в какую-то Радость. Но когда ум, ставший спокойным, поднимается (становится вновь активным), это возвращает его мирские мысли. Именно поэтому необходимо тренировать ум практикой, подобной *дхьяне*, всякий раз, как он вырывается наружу. Тогда будет достигнуто состояние, в котором нет ни успокоения, ни появления ума.

(5) *Джняна* — это уничтожение ума, при котором его принуждают принять форму *А т м а н а* постоянной практикой *дхьяны* или исследования [*вичара*]. Затухание ума — состояние, в котором прекращаются всякие усилия. Те, кто

установился в нём, никогда не отклоняются от своего истинного состояния. Термины “Тишина” [мауна] и “бездействие” относятся только к этому состоянию.

*ЗАМЕЧАНИЕ: 1) Все виды практики применяются только с целью концентрации ума. Поскольку все ментальные активности, подобные запоминанию, забыванию, желанию, ненависти, привязанности, отвержению и пр., являются лишь видоизменениями ума, они не могут быть истинным состоянием человека. Только простое неизменное Бытие является истинным состоянием. Поэтому познание истины собственного Бытия и пребывание в ней известно как Освобождение от уз и как разрубание узла [грантхи насам]. До тех пор, пока это состояние спокойствия ума не станет устойчивым, практика непоколебимого пребывания в Атмане и удержания ума незапятнанным различными мыслями необходима для стремящегося к Свободе.*

*2) Хотя для достижения силы ума существует много видов практики, все они преследуют одну и ту же цель. Можно видеть, что кто-то для этого сосредоточивает ум на каком-либо объекте, желая после исчезновения всех умственных концепций в конечном счете оставаться только этим объектом. Это называется успешной медитацией [дхьяна сиддхи].*

*Те, кто следует путем исследования, осознают, что ум, остающийся в конце исследования, и есть Брахман.*

*Те, кто практикует медитацию, осознают, что ум, который остаётся в конце медитации, является целью их медитации.*

*Так как в любом случае результат оказывается одинаковым, обязанностью стремящихся к Освобождению является непрерывная практика по одному из этих методов до тех пор, пока цель не будет достигнута.*

**4. Является ли состояние “бытия Тишины” состоянием с усилиями или без усилий?**

Это не состояние лени без усилий. Все виды мирской деятельности, которые обычно называются усилиями, выполняются с помощью части ума и характеризуются частыми перерывами. Однако акт соединения с А т м а н о м

[*атма вявахара*], или пребывание во внутренней Тишине, является интенсивной деятельностью, выполняемой цельным умом и без перерывов.

*Майя* (иллюзия, или неведение), не разрушаемая никаким другим действием, полностью разрушается этой интенсивной активностью, которая называется “Тишина” [*мауна*].

### 5. Какова природа майи?

*Майя* есть то, что заставляет нас считать несуществующим истинное Я, А т м а н , — Реальность, которая присутствует всегда и везде, является самосветящейся и всепроникающей, а существующими — индивидуальную душу [*джива*], мир [*джагат*] и Бога [*пара*], которые, как уже убедительно доказано, не существуют нигде и никогда.

6. Так как А т м а н сияет полностью Сам по Себе, то почему же Он обычно не распознаётся, подобно другим объектам мира, всеми людьми?

Где бы отдельные объекты ни познавались, это есть А т м а н , познавший себя в форме тех объектов, ведь то, что известно как знание или сознание, есть только сила А т м а н а [*атма шакти*]. А т м а н является единственным сознающим объектом. Нет ничего отдельно от А т м а н а . Если же существуют такие объекты, то они всецело лишены сознания и потому не могут ни познать себя, ни взаимно познать друг друга. Ведь А т м а н (в них) настолько забыл свою истинную природу, что Он кажется индивидуальной душой, погружённой и борющейся в океане рождения (и смерти).

7. Хотя Господь проникает всё, из высказываний типа “обожание Его благодаря Его Милости” кажется, что Он может быть познан только с помощью Его Милости. Как же тогда индивидуальная душа может своими собственными усилиями достичь Само-реализации при отсутствии Милости Господа?

Так как Господь означает А т м а н и так как Милость подразумевает присутствие Господа или откровение Его, то не бывает времени, когда Господь остаётся неизвестным. Если сова не видит свет солнца, то это вина птицы,

а не солнца. Подобным образом, может ли то, что невежественные люди не сознают *А т м а н*, всегда являющийся природой сознания, быть иным, нежели их собственной ошибкой? Как это может быть ошибкой *А т м а н а*? Именно потому, что сама природа Господа есть Милость, Он известен как “благословляющий Милостью”. Поэтому Господь, сущность которого сама есть Милость, не должен дарить Свою Милость. И нет никакого особого времени, когда Он эту Милость дарует.

8. *Какая часть тела является местопребыванием истинного Я?*

Чаще всего имеется в виду Сердце с правой стороны груди. Это так, потому что мы обычно указываем рукой на правую сторону груди, когда ссылаемся на себя. Некоторые говорят, что *сахасрара* (тысячелепестковый лотос) является местопребыванием *А т м а н а*. Однако в этом случае при сне или обмороке голова не должна была бы падать вперед.

9. *Какова природа Сердца?*

Священные тексты, описывающие это, говорят: “Посредине груди, ниже грудной клетки и выше брюшной полости имеются шесть органов различных цветов<sup>1</sup>. Один из них, похожий на почку водяной лилии и расположенный на два пальца вправо, — есть Сердце. Оно обращено книзу и внутри него находится крошечное отверстие, которое представляет собой плотный мрак (неведение), исполненный желаний. Все психические нервы [*нади*] зависят от него. Это обитель жизненных сил, ума и света (сознания)” (см. “Дополнение к Сорока стихам о Реальности”, стихи 18–19).

Однако хотя оно описано таким образом, смысл слова “Сердце” [*хридаям*] есть истинное *Я*, *А т м а н*. Так как Сердце обозначается терминами Бытие, Сознание, Блаженство, Вечность и Неограниченность [*Сат*, *Чит*, *Анандам*, *Нитьям*, *Пурнам*], в Нём нет никаких различий, таких как внешнее и наружное или верх и низ. Это состояние спокойствия, в котором все мысли приходят к концу,

---

<sup>1</sup> Эти органы — не то же самое, что *чакры*.

названо состоянием А т м а н а . Когда Сердце осознано таким, каким является, тогда нет места для рассуждений о том, где находится Сердце — внутри тела или снаружи.

*10. Почему мысли о множестве объектов возникают даже тогда, когда нет контакта с внешними объектами?*

Все такие мысли вызваны скрытыми склонностями [*пурва самскар*]. Они появляются только в индивидуальном сознании [*джива*], забывшем свою истинную природу и облачённом в материальную форму. Когда бы отдельные вещи ни воспринимались, следует проводить исследование: “Кто это наблюдает за ними?” Тогда они сразу исчезнут.

*11. Каким образом три фактора (познающий, познаваемое и знание), которые отсутствуют в глубоком сне, самадхи и прочем, возникают в А т м а н е (в состояниях бодрствования и сна со сновидениями)?*

Из А т м а н а они возникают в такой последовательности:

- (1) *чидабхаса* (отражённое сознание), которое обладает свойством светоносности;
- (2) *джива* (индивидуальное сознание), т. е. видящий, или первичная идея;
- (3) феномены, т. е. мир.

*12. Так как А т м а н свободен от понятий знания и неведения, то как можно говорить, что Он наполняет тело в целом сознанием или сообщает сознание чувствам?*

Мудрые говорят, что есть связь между источником различных психических нервов и А т м а н о м , что она — узел Сердца и что связь между обладающим сознанием и не обладающим им существует до тех пор, пока этот узел не будет разрублен с помощью истинного знания. Мудрецы также говорят, что подобно тому как тонкие и невидимые силы электричества, проходя по проводам, выполняют самые невероятные вещи, сила А т м а н а , проходя по психическим нервам и наполняя тело в целом, сообщает чувствительность чувствам, и что если узел Сердца разрублен, то А т м а н останется таким, каким Он пребывает всегда, без всяких атрибутов.



13. *Какая может быть связь между А т м а н о м , который есть чистое Знание, и тройкой факторов, которые являются знанием, относительным?*

Эта связь в некотором отношении подобна работе кино-театра, как показано ниже:

#### Демонстрация кинофильма

#### А т м а н

- |   |  |
|---|--|
| (1) Лампа внутри (проектора).   | (1) А т м а н .  |
| (2) Линза, расположенная перед лампой.  | (2) Чистый ( <i>саттвический</i> ) ум, близкий к А т м а н у .                                     |
| (3) Киноплѐнка, содержащая длинный ряд снимков.   | (3) Поток скрытых склонностей ума, состоящий из тонких мыслей.                                     |
| (4) Линза, свет, проходящий через неё, и лампа, которые совместно образуют сфокусированный пучок света. | (4) Ум, его освещение и А т м а н , совместно образующие видящего, или <i>дживу</i> .              |
| (5) Свет, проходящий через линзу и падающий на экран.   | (5) Свет А т м а н а , исходящий из ума через чувства и падающий на мир.                           |
| (6) Различные виды изображений, появляющиеся в свете экрана.  | (6) Различные имена и формы, появляющиеся как объекты, воспринимаемые в свете феноменального мира. |
| (7) Механизм, приводящий киноплѐнку в движение.   | (7) Божественный закон, проявляющий скрытые склонности ума.  |

Точно так же как изображения вновь и вновь возникают на экране, пока киноплѐнка отбрасывает тень через линзу, так и феноменальный мир будет непрестанно появляться человеку в состоянии бодрствования и во сне до тех пор, пока существуют скрытые умственные впечатления. Так же как линза увеличивает крошечные пятнышки на киноплѐнке до больших размеров и как целый ряд кинокадров мелькает за одну секунду, так и ум увеличивает подобные побегам склонности ума в подобные деревьям мысли, за одну секунду показывая бесчисленные миры. И снова точно так же как в отсутствие киноплѐнки на экране виден

только свет лампы, так и А т м а н сияет Сам по Себе без всяких троичных факторов, когда умственные концепции в форме склонностей отсутствуют в состояниях глубокого сна, обморока или *самадхи*. И так же как лампа освещает линзу и пр., не подвергаясь её влиянию, так и А т м а н освещает эго [*чидабхаса*] и прочее, оставаясь незатронутым.

14. *Что такое дхьяна (медитация)?*

Это есть пребывание А т м а н о м , без какого-либо отклонения от своей действительной природы и без чувства выполнения медитации. Так как при этом условии не сознаются различные состояния (бодрствования, сновидений и пр.), то глубокий сон (выраженный) здесь также рассматривается как *дхьяна*.

15. *В чем разница между дхьяной и самадхи?*

*Дхьяна* достигается посредством обдуманного умственного усилия; в *самадхи* такого усилия нет.

16. *Какие факторы нужно принимать во внимание при выполнении дхьяны?*

Для установившегося в А т м а н е [*атма ништа*] важно замечать, не отклоняется ли он, хотя бы в небольшой степени, от поглощённости этим состоянием. При отклонении от своей истинной природы он может видеть перед собой яркие вспышки или слышать (необычные) звуки, или принять за реальность видения богов, появляющиеся внутри или снаружи себя. Но он не должен обманываться этим и забывать Себя.

*ЗАМЕЧАНИЕ:* 1) Если всё время, расточаемое на размышление об объектах, которые не есть А т м а н , затратить на А т м а н а , то Само-реализация будет достигнута за очень короткий срок.

2) До тех пор, пока ум не укрепитя в самом себе, определённого вида бхавана (размышление с глубоким чувством религиозного поклонения) чрезвычайно важна. В противном случае ум будет часто осаждаем своенравными мыслями или сонливостью.

3) Не расходуя всё время на практику бхаван типа “Я — Шива” или “Я — Брахман”, которые относятся к ниргунопасане (размышление о безатрибутивном

Брахмане), *следует практиковать метод исследования себя, как только в результате такой упасаны (размышления) будет достигнута сила ума.*

*(4) Превосходство такой практики (садхана) в том, что она не оставляет места ни для одной умственной концепции [вритти].*

*17. Каковы правила поведения, которым должен следовать устремлённый [садхак]?*

Умеренность в пище, умеренность в сне и умеренность в речи.

*18. Как долго нужно продолжать практику?*

До тех пор, пока ум не станет без усилий достигать естественного состояния свободы от концепций, т. е. пока чувства “я” и “моё” не прекратят существовать.

*19. Каков смысл пребывания в одиночестве [эканта васа]?*

Так как А т м а н проникает всё, нет никакого специального места для уединения. Состояние свободы от умственных концепций и называется “пребывание в одиночестве”.

*20. Каков признак Мудрости [джняна]?*

Её прелесть заключается в пребывании свободным от заблуждения сразу после осознания Истины. Страх существует только для того, кто видит хотя бы малые различия в Высочайшем *Брахмане*. Пока имеется идея, что тело есть истинное Я, никто, кто бы он ни был, не может осознать Истину.

*21. Если всё происходит в соответствии с кармой (праарабдха: результаты действий в прошлом), то как, можно устранить препятствия к медитации [дхьяна]?*

*Праарабдха* относится только к уму, который обращён наружу, а не вовнутрь; ищущий своё истинное Я не будет бояться никаких препятствий.

*22. Является ли аскетизм [санньяса] существенно необходимым для человека, собирающегося установиться в А т м а н е [атма ништа]?*

Усилие, предпринимаемое для избавления от привязанности к телу, направлено в действительности к пребыванию

в А т м а н е . Только зрелость мысли и исследование устраняют привязанность к телу, но не ступени жизни [аишрамы], такие как ученичество [брахмачарья] и пр. Ибо привязанность находится в уме, а этапы жизни относятся к телу. Как могут эти этапы, связанные с телом, устранить привязанность в уме? Поскольку зрелость мысли и исследование относятся к уму, только они могут — посредством исследования роли того же ума — устранить привязанности, которые прокрались в него из-за нашей беспечности. Однако так как практика аскетизма [санньясаишрама] является способом достижения бесстрастия [вайрагья] и поскольку оно есть инструмент исследования, то присоединение к обществу аскетов может рассматриваться, пожалуй, как способ исследования посредством бесстрастия. Вместо пустой траты жизни на вступление в орден аскетов, не будучи к нему готовым, лучше жить жизнью домохозяина. Для того чтобы установить ум в А т м а н е , который есть подлинная природа ума, необходимо отделить последний от семейства склонностей [санкальпы] и сомнений [викальпы], т. е. отречься от семьи [сансара] в уме. Это и есть настоящий аскетизм.

23. *Это установленное правило, что пока хоть в малейшей степени есть идея “Я — делатель”, познание А т м а н а недостижимо; однако возможно ли для искателя, являющегося домохозяином, правильно выполнять свои обязанности без этого чувства?*

Поскольку нет правила, что действие должно зависеть от чувства существования делателя, не нужно сомневаться, выполнимо ли какое-либо действие без делателя или акта делания. Хотя банковский чиновник в глазах других может показаться весь день внимательно и ответственно исполняющим свои обязанности, он будет выполнять их без привязанности, думая: “Я в действительности не связан со всеми этими деньгами”, и без чувства вовлечённости своего ума. Таким образом и мудрый домохозяин также может без привязанности, подобно инструменту в руках других, выполнять свои обязанности по дому, выпавшие на его долю в соответствии с его прошлой кармой. Действие и Знание не мешают друг другу.

24. *Какую пользу приносит своей семье мудрый домохозяин, безразличный к своему телесному комфорту, и какую пользу может принести ему семья?*

Хотя Мудрый полностью безразличен к своему телесному комфорту, он может рассматриваться как выполняющий службу для других, если — благодаря прошлой карме — семья зависит от его усилий. Если же вопрос в том, получает ли мудрый домохозяин какую-нибудь выгоду от выполнения домашних обязанностей, то можно ответить, что так как он уже достиг состояния полной удовлетворённости, являющегося общим итогом всех выгод и высочайшим из всех благ, он не стремится приобрести что-то ещё выполнением своих семейных обязанностей.

25. *Как можно добиться прекращения активности [нивритти] и покоя ума среди домашних обязанностей, требующих постоянной деятельности?*

Поскольку деятельность Мудрого существует только в глазах окружающих, а не в его собственных, то хотя он, может быть, и выполняет огромные дела, в действительности он ничего не совершает. Поэтому его активность не мешает бездействию и спокойствию ума. Ибо он знает истину, что все действия происходят просто в его присутствии, а сам он ничего не совершает. Следовательно, он остаётся лишь безмолвным свидетелем всех происходящих действий.

26. *Точно так же как причиной настоящей деятельности Мудреца является его прошлая карма, не будут ли впечатления [васаны], вызванные его настоящей активностью, влиять на его будущее?*

Только тот Мудрец, кто свободен от всех скрытых склонностей [васаны]. И как при этом тенденции кармы могут повлиять на полностью непривязанного к деятельности?

27. *В чём смысл брахмачарьи?*

Только исследование Брахмана следует называть брахмачарьей.

28. Будет ли практика брахмачарьи, выполняемая в соответствии с (четырьмя) этапами жизни [ашрамы], средством познания?

Поскольку различные средства познания, такие как управление чувствами и т. п., включены в *брахмачарью*, то практика целомудрия, должным образом выполняемая учениками [*брахмачарины*], очень полезна для их продвижения.

29. Можно ли вступить в общину аскетов [санньяса] непосредственно из группы учеников [*брахмачарины*]?

Те, кто достиг, не нуждаются в формальном вступлении в какие-либо общества. Осознавший своё *Я* не проводит различия между разными образами жизни. Поэтому никакой образ жизни не может ни помочь, ни помешать ему.

30. Теряет ли что-нибудь искатель [садхака], не выполняющий правил касты и установленных правил жизни?

Так как достижение (*ануштхана*, букв.: “практика”) Знания является высшей целью всех других видов практики, то не существует правила, согласно которому человек, остающийся в каком-то укладе жизни и постоянно ищущий Знания, должен следовать законам, обязательным для этого образа жизни. Если он и следует правилам касты и установленным принципам, то делает это только ради блага мира. Сам он не извлекает никаких выгод соблюдением правил. Но он ничего не теряет, если их не придерживается.

### ГЛАВА III

## ПЕРЕЖИВАНИЕ (*Анубхав*)

### 1. Что такое свет Сознания?

Это самосветящееся Бытие-Сознание, открывающее провидцу мир имён и форм как внутри, так и вне его. О наличии такого Бытия-Сознания можно сделать вывод из объектов, освещаемых им. Оно же само не становится объектом сознания.

## 2. Что такое Знание [виджняна]?

Это такое спокойное состояние Бытия-Сознания, которое испытывается продвинутым искателем и которое подобно океану без волн или неподвижному эфиру.

## 3. Что такое Блаженство?

Это есть переживание Радости (или Мира) в состоянии *виджняны*, свободном от всякой активности и подобном глубокому сну. Оно также называется состоянием *кевала нирвикальпа* (остающееся без концепций).

## 4. Что есть состояние, превосходящее Блаженство?

Это состояние непрекращающегося спокойствия ума, которое обнаруживается в состоянии абсолютного покоя, *джаграт-сушупти* (букв.: “сон с осознанием”), напоминающем неактивный глубокий сон. В этом состоянии, несмотря на активность тела и чувств, нет внешнего сознания, как у спящего ребенка<sup>1</sup> (который не сознаёт пищи, даваемой матерью). Йогин, находящийся в таком состоянии, неактивен, даже если и занят деятельностью. Это состояние также называют *сахаджа нирвикальпа самадхи* (естественное состояние поглощённости в себя без концепций).

## 5. Насколько авторитетно высказывание, что полнота движущихся или не движущихся миров зависит только от самого зрителя?

А т м а н , Я, означает воплощённое Бытие. Только после того как энергия, скрытая в состоянии глубокого сна, появляется совместно с идеей “я”, происходит переживание всех объектов. Истинное Я присутствует во всех видах восприятия как воспринимающий. Когда отсутствует “я”, нет объектов видения. По всем этим причинам можно не сомневаясь сказать, что всё выходит из А т м а н а и всё возвращается в А т м а н .

---

<sup>1</sup> Действия спящих детей, подобные еде и питью, являются действиями только в глазах других, но не в их собственных. Следовательно, дети реально не совершают эти акты, несмотря на кажущееся участие в них.

6. *Поскольку везде действительно наблюдаются бесчисленные множества, тел с оживляющими их личностями, то как можно говорить, что существует только один А т м а н ?*

Если принять идею “Я есть тело”<sup>1</sup>, то личностей будет множество. Состояние, в котором эта идея исчезает, есть истинное Я и в этом состоянии нет других объектов. Именно по этой причине истинное Я рассматривается как единственное.

7. *Каков авторитет высказывания, что Брахман можно постичь умом и в то же время, что ЕГО нельзя постичь умом?*

ОН не может быть постигнут загрязненным умом, но может быть постигнут умом чистым.

8. *Что такое чистый ум и что такое ум нечистый?*

Когда неопределимая сила *Брахмана* отделяет себя от *Брахмана* и вместе с отражением Сознания [*чидабхаса*] принимает разнообразные формы, то её называют нечистым умом. Когда же она, посредством различения, становится свободной от отражения Сознания [*абхаса*], то её называют чистым умом. Состояние соединения её с *Брахманом* есть её постижение *Брахмана*. Энергия, которая сопровождается отражением Сознания, называется нечистым умом, а её состояние отделённости от *Брахмана* есть её непонимание *Брахмана*.

9. *Возможно ли, даже пока существует тело, преодолеть карму [праарабдха], которая, как утверждают, должна продолжаться до гибели тела?*

Да. Если действующий (делатель), от которого зависит карма, т. е. эго, возникающее между телом и истинным Я, А т м а н о м , растворяется в своём источнике и утрачивает свою форму, то разве выживет карма, зависящая только от него? Именно поэтому если нет “я”, то нет и кармы.

---

<sup>1</sup> Мысль, что кто-либо суть своё тело, есть то, что названо *хридая-грантхи* (узлом Сердца). Из всех узлов этот узел, связывающий вместе сознательное с бессознательным, и является тем, что вызывает зависимость.



10. Раз Атман есть и Сознание, то какова причина описания Его отличным от сознающего и не сознающего?

Хотя Атман есть Реальность, но раз Он охватывает всё, то Он не оставляет места для подразумевающих двойственность вопросов о Его реальности или нереальности. Поэтому Его и называют отличным от реального и нереального. Подобным образом, даже хотя Он и есть Сознание, говорят, что Он отличен от сознающего и от не сознающего, поскольку Ему нечего узнавать или некому делать Себя известным.

#### ГЛАВА IV

### ДОСТИЖЕНИЕ (Арудха)

#### 1. Каково состояние достижения Знания?

Это устойчивое и без усилий пребывание в Атмане, в котором ум, который стал единым с Ним, впоследствии никогда не выходит вновь. То есть как каждый обычно и естественно имеет идею “Я не коза, не корова, не какое-либо другое животное, но человек”, когда он думает о своём теле, так тоже когда кто-то имеет идею “Я — не принципы [таттвы], начинающиеся в теле и заканчивающиеся в звуке [нада], но Атман, который есть Бытие, Сознание и Блаженство, присущее по природе Само-сознание [атма праджня]”, его называют достигшим твёрдого Знания.

2. К какой из семи ступеней Знания [джняна бхумики]<sup>1</sup> принадлежит Мудрец [джняни]?

Он принадлежит к четвёртой ступени.

<sup>1</sup> Семь джняна бхумик, таковы:

1. шубхекча (желание Просветления).
2. вичарана (исследование).
3. тануманаса (утончённый ум).
4. саттвапатти (Само-реализация).
5. асамшиакти (непривязанность).
6. падармхабхавана (невосприятие объектов).
7. турьяга (трансцендентальность).

Достигшие четырех последних ступеней именуются брахмавид, брахмавидвара, брахмавидварья и брахмавидвариштха соответственно.

3. Если так, то почему различают три более высокие ступени?

Признаки стадий с четвёртой по седьмую основываются на переживаниях души, достигшей Реализации [дживан-мукта]. Они не являются состояниями Знания или Освобождения. Если говорить о Знании или Освобождении, то в этих четырёх ступенях нет никакого различия.

4. Так как Освобождение присуще всем ступеням, то почему же вариштха (букв.: “наиболее совершенный”) особенно восхваляется?

Если говорить о переживании Блаженства, присущего вариштхе, то он превозносится только из-за специальных заслуг, приобретённых им в прошлых рождениях, которые и стали причиной этого его достижения.

5. Раз нет того, кто не желает испытывать постоянное Блаженство, то почему не все Мудрецы [джнянины] достигают ступени вариштхи?

Эта ступень не может быть достигнута только желанием или усилием. Она вызывается кармой [праарабдха]. Так как эго умирает вместе со своей причиной точно на четвёртой ступени [бхумика], то разве можно выше этой ступени найти ещё какого-нибудь действующего, имеющего желания или предпринимающего усилия? Предпринимающие усилия — не Мудрецы [джнянины]. Разве священные тексты [шрути], в которых специально упоминается вариштха, говорят, что люди трёх других ступеней являются непросветлёнными?

6. Некоторые священные тексты говорят, что высочайшее состояние — то, в котором органы чувств и ум совершенно бездействуют. Но как тогда такое состояние может совмещаться с опытом тела и чувств?

Если бы это обстояло так, то между этим состоянием и состоянием глубокого сна не было бы никакой разницы. Кроме того, как можно говорить, что такое состояние является естественным, если оно существует только в одно время, а не в другое? Подобное случается, как говорилось выше, с некоторыми людьми в соответствии с их кармой [праарабдха] на

какой-то срок или до самой смерти. Состояние бездействия чувств и ума не следует рассматривать как окончательное. Если бы это было так, то означало бы, что все великие души и Господь, являвшиеся авторами ведантических работ [*джняна грантхас*] и *Вед*, были непросветлёнными. Если высочайшее состояние таково, что в нём не существует ни чувств, ни ума и оно не является состоянием, в котором чувства и ум существуют, то как же оно может быть совершенным [*парипурнам*]? Поскольку лишь *карма* ответственна за активность или бездействие Мудрецов, то великие души провозгласили только состояние *сахаджа нирвикальна* (естественное состояние без концепций) окончательным состоянием.

7. *В чём разница между обычным глубоким сном и бодрствующим сном [джаграт сушупти]?*

В обычном глубоком сне нет не только мыслей, но также нет и сознания. В бодрственном глубоком сне есть только сознание. Вот почему его называют бодрствованием во сне, или сном, в котором присутствует сознание.

8. *Почему А т м а н описывается одновременно как четвёртое состояние [турия] и как лежащее за пределами четвёртого состояния [туриятита]?*

*Турия* означает “четвёртое”. Испытатели [*дживы*] трёх состояний — бодрствования, сна со сновидениями и глубокого сна, — известные как *вишва*, *тайджаса* и *праджня*, которые скитаются один за другим в этих трёх состояниях, не являются истинным *Я*. Именно с целью сделать ясным, что *А т м а н* отличается от этих трёх состояний и является их свидетелем, Он называется четвёртым [*турия*]. Когда это становится известно, то три первых испытателя исчезают, а вместе с ними исчезает и идея *А т м а н а* как свидетеля, т. е. “четвёртого” состояния. Вот почему *А т м а н* описывается как лежащий за пределами “четвёртого” [*туриятита*].

9. *Какую пользу извлекает Мудрец из священных книг [шрути]?*

Мудрец, воплощающий истины, упомянутые в Писаниях, совершенно не нуждается в них.

10. *Есть ли какая-нибудь связь между достижением, сверхъестественных сил [сиддхи] и Освобождением [мукти]?*

Только просветлённое исследование ведет к Освобождению. Сверхъестественные силы — совершенно иллюзорные явления, порождённые силой *майи* [*майяшакти*]. Само-реализация, являющаяся неизменной, есть единственное истинное достижение [*сиддхи*]. Достижения, которые появляются и исчезают, будучи следствием *майи*, не могут быть реальными. Они совершаются с целью получения славы, удовольствий и пр. К некоторым людям они приходят и без поиска — вследствие их *кармы*. Познай, что соединение с *Брахманом* есть настоящая цель всех достижений. Это есть также состояние Освобождения [*айкья мукти*], известное как “соединение” [*сауджья*].

11. *Если такова природа Освобождения [мокша], то почему некоторые Писания ассоциируют его с телом, говоря что индивидуальная душа может достичь Освобождения только тогда, когда она ещё не покинула тело?*

Освобождение и природу его переживания необходимо рассматривать в том случае, если узы являются реальностью. Поскольку речь идёт об *А т м а н е* [*пуруша*], то Он в действительности не связан в каком-либо из четырёх состояний. Так как связанность, согласно выразительной декларации Веданты, есть лишь словесное предположение, то может ли возникнуть вопрос об Освобождении, который определяется связанностью, когда связанности нет? Изучение природы уз и Освобождения без знания этой истины подобно исследованию несуществующих высоты, цвета и веса сына бесплодной женщины или рогов зайца.

12. *Если это так, то не следует ли считать неуместными и ложными описания уз и Освобождения, обнаруживаемые в Писаниях?*

Нет, они не таковы. Наоборот, иллюзия связанности, сфабрикованная невежеством с незапамятных времен, может быть устранена только Знанием, и для этой цели обычно принят термин “Освобождение” [*мукти*]. Вот и всё. Тот факт, что особенности Освобождения описаны по-разному, доказывает, что они — воображаемые.

*13. Но тогда не являются ли все усилия, такие как изучение (букв.: “слушание”), размышление и тому подобное, бесполезными?*

Нет, они не бесполезны. Твёрдое убеждение в том, что нет ни уз, ни Освобождения, есть высочайшая цель всех усилий. Поскольку эта цель отчётливого видения, посредством прямого опыта, того, что узы и Освобождение не существуют, не может быть достигнута иначе, как с помощью указанных ранее видов практики, то эти усилия полезны.

*14. Есть ли какой-либо авторитет у высказывания, что нет ни рабства, ни Освобождения?*

Оно основано на силе непосредственного переживания, а не только на силе Писаний.

*15. Если это переживается, то как оно переживается?*

“Рабство” и “Освобождение” — это только слова. Они не имеют своей собственной реальности. Поэтому сами по себе они действовать не могут. Необходимо допустить существование некоторой основной вещи, видоизменением которой они являются. Так, если исследовать: “Для кого есть узы и Освобождение?”, то ответ будет “Для меня”. Если человек теперь спросит: “Кто я?”, то увидит, что нет такой вещи, как “я”. И тогда будет ясно как день, что оставшееся и есть его подлинное бытие. Когда эта истина будет естественно и ясно пережита теми, кто отбросил прочь словесные дискуссии и вопрошает внутри себя, то не будет никаких сомнений в том, что все люди, достигшие Реализации, единообразно не видят ни уз, ни Освобождения, поскольку это касается истинного Я.

*16. Если поистине нет ни уз, ни Освобождения, то каково основание действительного опыта радости и страдания?*

Они представляются реальными лишь тогда, когда человек отворачивается от своей истинной природы. По-настоящему они не существуют.

*17. Возможно ли для каждого прямое, без сомнений, познание, в чём точно состоит его истинная природа?*

Нет сомнений, что это возможно.

### 18. Как?

Переживанием каждого является то, что даже в состоянии глубокого сна, при обмороке и тому подобном, когда вся вселенная, движущаяся и неподвижная, начиная с земли и кончая непроявленным [*пракрити*], исчезает, он не исчезает. Поэтому состояние чистого Бытия, общее для всех и всегда воспринимаемое непосредственно каждым, и есть его истинная природа. Вывод тот, что все переживания, как в состоянии Просветления, так и неведения, которые могут быть описаны пусть новыми и новейшими словами, противны истинной природе человека.



## Ловушки на Пути

Паломники на духовном пути редко имеют лёгкий и непрерывный путь. Проблемы возникают буквально на каждом шагу, и есть бесконечное множество ответвлений, которые могут соблазнить неосторожных.

Стандартный совет Бхагавана, даваемый каждому, кто встретил духовную проблему, был таков: “Найдите того, кто имеет эту проблему”.

Таким образом каждого, кто встречался с некоторыми неприятными ментальными состояниями, такими как страх, беспокойство или галлюцинации, Он просил переключить внимание с самого переживания на того, **кто** имеет это переживание, т. е. от ментальных и эмоциональных состояний к чувству “я”, которое их переживает.

Бхагаван предписывает это решение как замечательно эффективную панацею для решения всех воспринимаемых проблем, но оно может быть использовано только если данная проблема осознана как проблема. К несчастью, многие препятствия к духовному продвижению не воспринимаются как таковые.

Тонкость, с которой воображаемое “я” защищает свою территорию, и являющиеся результатом этого ошибочные позиции и практики часто не замечаются духовным искателем; во многих случаях нет возможности посмотреть в лицо этой проблеме и решить её классическим предписанным способом.

Воображаемое индивидуальное “я” полностью способно изменить всё что угодно и даже духовную практику для своей пользы, силясь продлить своё кажущееся существование. Например, медитация часто производит приятные побочные эффекты, такие как чувства блаженства, покоя, безмятежности. Но без ясности цели, которую даёт непри-

вязанность, эти состояния завершаются переживаниями воображаемого “я”, которые теперь уже преследуются и продлеваются как удовольствия сами по себе. Предаваясь им и привязываясь к приятным состояниям медитации, индивидуальное “я” не только продлевает своё существование, но и усиливает его. Прилипание к таким состояниям порождает чувство гордости и достижения результатов, которое поддерживает реальность индивидуального “я”, наслаждающегося ими: “я этого достиг, я продвигаюсь, прогрессирую, я — духовная личность”. Необходимо вспомнить, что все эти переживания суть только ментальные состояния, и какими бы приятными и облагороженными они ни показались, их следует обрабатывать тем же способом, что и все ментальные феномены. Внимание должно быть переключено с переживания на переживающего, т. е. к чувству “Я”, находящемуся внутри нас. Сказанное справедливо и для более захватывающих побочных эффектов медитации, таких как видения и психические силы. Они никоим образом не являются показателями духовного прогресса, а только проявлениями скрытых склонностей ума. Однако любая привязанность к этим феноменам — такой мощный возможный источник отождествления с маленьким “я”, что их нужно рассматривать скорее долгами, чем прибылью.

Другим тонким барьером к сознанию Себя, А т м а н а , является привязанность к так называемым “духовным” стилям жизни и к “духовным” активностям. Многие люди чувствуют, что жизнь в Ашраме или в тихом уединении была бы полезна для их духовного роста. Однако такие стили жизни скорее заканчиваются сами в себе, нежели помогают в Самосознании, и последующая привязанность к внешним формам тормозит непрерывное само-внимание, которое является сутью практики наставлений Бхагавана. Представление: “я живу духовной жизнью” глубоко укореняется, и даже если оно не выражено открыто или не чувствуется сознательно, то стремится скорее взлелеять идею индивидуального “я”, чем содействовать обнаружению её несуществования.

Бхагаван часто указывал, что ум сопровождает нас, куда бы мы ни пошли, и мы не можем ускользнуть от него, усваивая какой-то стиль жизни или уходя от мира. Он неодно-



кратно говорил, что ум оставляется позади только тогда, когда внимание переключается от мыслей к чистому Бытию-Сознанию, из которого они поднимаются и в котором они успокаиваются. Культивирование сознания, что индивидуальное “я” не существует иначе как умственная концепция, и повторное возвращение к чистому Бытию, когда бы привязанности к мыслям ни возникали, — такая “двойная” подходов бесконечно более важна, чем поддержание какого-либо стиля жизни. При правильном понимании и правильном применении эти подходы совершенно достаточны для уничтожения понятий, отделяющих нас от сознания того, чем мы в действительности являемся, и когда ими занимаются серьёзно, то никакой стиль жизни не воспрепятствует успеху (этих подходов). Бхагаван часто говорил, что обычная жизнь в миру не является препятствием для эффективной *садханы* при условии, что человек постоянно напоминает себе, что он не является делателем совершаемых действий. Многие почитатели были склонны рассматривать этот совет жить в обычной жизни с постоянным воспоминанием истинного бытия менее эффективным и худшим выбором, предназначенным только тем, кто не способен полностью посвятить себя духовной *садхане*. Однако эта практика обычной безэгоистичной деятельности имеет фундаментальную важность для всех, кто пытается следовать учению Бхагавана. Именно для того, чтобы подчеркнуть этот момент, Бхагаван цитирует в стихах 26 и 27 своего “Дополнения к Сорока стихам о Реальности” наставление, данное Васиштхой Шри Раме. Человеку следует бодро и мужественно играть свою роль в жизни, но всегда держать сердце установленным в собственном истинном Бытии. Без этого понимания и повторяющегося сознания, что индивидуального “я” нет, могут возникнуть опасные ошибочные представления даже в так называемой духовной *садхане*. Если человек следует пути само-отдачи, то у него могут сложиться впечатления, будто есть “я”, которое должно сдаться; если же человек занимается самоисследованием, то может находиться под влиянием иллюзии, что есть “я”, которое должно быть уничтожено. Оба эти представления ложны, и если человек постоянно

напоминает себе, что нет реальной сущности, делающей или думающей, то тогда он может увидеть яснее, что ничего не надо отбрасывать или уничтожать, кроме ложного представления о самом себе. Если, с другой стороны, сохраняется представление, что есть “делатель” *садханы*, то этот “делатель” будет сохраняться неопределенно долго, так как он ничего не сделает для уничтожения себя.

Представление об индивидуальном “я” является корнем всех проблем на духовном пути. Даже хотя здесь и может быть интеллектуальное понимание, что маленькое “я” — только понятие ума (ментальное понятие), но это предположение так глубоко укоренилось, что часто действует, а мы его не сознаём. Это особенно заметно при изучении связи, которую многие из почитателей имели с Гуру Раманой Махарши. С точки зрения Бхагавана, связи не было вообще — факт, который ясно вытекает из Его ответа на вопрос: “Имеете ли Вы учеников?”

“Человек может называть себя моим учеником или почитателем. Я не считаю кого-либо своим учеником или преданным. Если люди называют себя моими учениками, я и не одобряю и не возражаю. С моей точки зрения все одинаковы. Они считают себя готовыми, чтобы называться учениками. Что я могу им сказать? Я не считаю себя учеником или Гуру” (см. [24, с. 238]).

Несмотря на это недвусмысленное утверждение, которое повторялось в различных формах по нескольким случаям, многие чувствовали, что имеют личную связь со своим Гуру Раманой Махарши. То, которое имеет связь, — есть концептуальное “я”, тонко трансформированное для этого случая в так называемое “духовное” “я”, чтобы дать ему ауру респектабельности. Это одна из наиболее доставляющих удовольствие ловушек, о которую можно споткнуться на духовном пути, и поскольку она редко распознается как таковая, то может быть очень опасной.

Когда преданный получает улыбку или доброе слово от Бхагавана или когда Бхагаван, казалось бы, вызывает чудесные изменения обстоятельств, которые представляются почитателю полезными, индивидуальное “я” раздувается от гордости, словно говоря: “Мне оказали предпочтение

этим проявлением Милости. Следовательно, я делаю прогресс, раз воспринимаю такой великий почет”. Всё, что действительно случилось, состоит в том, что концептуальное “я” набросило тонкое духовное одеяние и затем расцвело от изобретения этой воображаемой связи. “Связь” Гуру-ученик является напряженно эмоциональной, и, поскольку непривязанности к эмоциям достичь значительно труднее, чем к мыслям, эта связь создает область большой потенциальной опасности. Эмоциональная привязанность то ли к Гуру, то ли к другой личности или делу — одно из наиболее мощных средств самосохранения индивидуального “я”, и, когда есть привязанность к духовной фигуре или определённой доктрине, она напускает на себя законность и рассматривается скорее полезной, нежели действующей в обратном направлении. Привязанность к творениям не-Я никогда не полезна и для противодействия этому необходимы ясность и распознавание. На все такие привязанности следует смотреть как на игры ума, которых нужно избегать.

Концептуальное “я” ещё более причудливо украшает свои кулаки, чтобы устроить засаду на неосторожного путешественника (на духовном пути). Когда бесконечное щебетание ума, перескакивающего с одного вопроса на другой, и привязанность к эмоциям видны такими, какими они на самом деле являются, индивидуальное “я” всё ещё может искать убежище в привязанности к понятиям. Когда духовные искатели впервые встречаются с поучениями Бхагавана, то вскоре остро сознают, что они идут по жизни с огромным количеством бесполезного умственного багажа. По мере того как они начинают впитывать и принимать поучения Бхагавана, старые представления о мире, о медитации и более всего о самих себе пропадают в свете слов Бхагавана. Это отвержение старых понятий весьма важно как предварительный шаг на духовном пути, но без правильного понимания того, что Бхагаван пытается нам сказать, есть огромная и часто неосознаваемая опасность простой замены устарелых понятий новыми, улучшенными, логически упорядоченными и сформулированными собственными словами Бхагавана.

Все понятия являются только ментальными, или умственными, структурами, и если человек рассматривает слова и идеи Бхагавана как “Абсолютную Истину”, то он кормит свое индивидуальное “я”, подтверждая его существование и снабжая его новым духовным мировоззрением. Ничто из того, что прочитано, услышано или понято, не есть “Абсолютная Истина”, в том числе и слова Бхагавана. Философии, системы верований и все духовные идеи являются просто ментальными структурами, и именно эти умственные структуры более чем что-либо другое препятствуют нам сознать то, чем мы действительно являемся, и отвлекают внимание от Реальности. Слова Бхагавана не должны рассматриваться как формулировка Истины или возводиться в какую-то философию; они — верстовые столбы, указывающие путь к Переживанию, которое не может быть выражено словами. Они должны рассматриваться как руководящая инструкция, которая, если ей следовать правильно, успешно уничтожает все понятия и находит кульминацию в сознании А т м а н а , истинного Я. Если вместо этого человек сопоставляет слова Бхагавана так, чтобы сформировать систематическое тело Учения, и принимает Его слова за формулировку Истины, не видя, что они только вехи к Истине, а не Сама Истина, то существует опасность того, что сознание А т м а н а будет закрыто, спрятано под очередным множеством слов и понятий.

Знакомая аналогия сделает этот момент совсем ясным. Когда человек впервые отправляется в духовный путь, он чувствует, что связан, и крепко удерживается сетью прочных железных цепей, состоящих из ложных идеалов и верований. Он встречает Учителя, который указывает на ошибочность ранее принятых им убеждений и затем показывает, как обнаружить истину о самом себе. Ученик успешно отбрасывает свои старые железные цепи, но вместо того чтобы использовать слова Учителя как указания для открытия своей истинной природы, принимает их как новое и ослепляющее откровение Истины, таким образом вновь обнаруживая себя связанным. Сейчас, всё-таки, цепи сияют чистым золотом: новые восхитительные концепции об А т м а н е , природе мира, несуществовании индивидуаль-

ного “я”. Однако новые золотые цепи связывают его так же надежно, как и старые железные. Новые понятия, такие как имманентность (неотъемлемость) А т м а н а , действенность само-исследования и отдачи себя, кажутся такими всеобъемлющими, такими логически объективными, такими интеллектуально неопровержимыми, что ученик счастливо проживает свою жизнь, даже гордо указывая на свои новые золотые цепи и советуя другим отбросить их старые, железные.

Рассказ об этом ученике может показаться смешным, но он содержит строгое предупреждение всем, кто воображает себя иными, чем они в действительности являются, и кто следует некоторому духовному пути, чтобы отбросить свои иллюзии. Другими словами, это относится ко всем нам, кто ищет осознания нашей подлинной природы. Ведь если бы мы не были привязаны к нашим концепциям и верам, то все осознали бы А т м а н а , истинное Я, здесь и сейчас. И мы познали бы, что такие понятия, как “путь следования” и “цель для достижения”, — ментальные, умственные, структуры, которые и не описывают Реальность, и не помогают в Её обнаружении.

Бхагаван остро сознавал способность слов и понятий отвлекать внимание от А т м а н а и по этой причине предпочитал передавать свои наставления через активное посредничество Тишины. Хотя Он всегда был готов давать простые ответы на простые вопросы, Он обычно не проявлял снисходительности в концептуальных рассуждениях с теми, кто, по Его собственным словам, “подвержен многодумию”. Его нелюбовь к словесному посреднику лучше всего выражена в отрывке из “Евангелия Махарши” (см. [1, с. 51]), где Он говорит, что слова являются всего лишь правнуками Реальности, Начального Источника. В непроявленном абстрактном Знании поднимается идея индивидуального “я”, или эго; это воображаемое “я” затем обзаводится мыслями, считая себя мыслителем, генератором этих мыслей, и мысли, в конце концов, выражаются словами. Сочленение слов и мыслей — феномен ментальной сферы и как таковой не может передать понимание А т м а н а . Всё, что они могут, — так это обманывать, и если человек

принимает обман, становясь привязанным к словесной структуре учения, то тогда он выставляет напоказ нечто внешнее *А т м а н у*, именуемое “Абсолютная Истина”, и утверждает индивидуальное “я”, которое верит в эту “Истину” и претендует на её понимание. И неудивительно, что Бхагаван предпочитал Безмолвие, ибо, как правило, слова и понятия обладают гораздо большей способностью искажать и обманывать, нежели просветлять.

Это приводит нас к тому, что, возможно, есть наиболее тонкая опасность на Пути. Представление о необходимости делать *садхану* (заниматься духовной практикой) вообще является таким же “понятием”, как и любое другое. Бхагаван неоднократно подчеркивал, что мы все реализованы здесь и сейчас и что только идея о нашей нереализованности препятствует сознанию этого факта. В одном из своих стихов по случаю (который Он перевёл из комментария Гаудапады на *Мандукья Упанишаду*) Он утверждает: “Нет ни творения, ни разрушения, ни судьбы, ни свободной воли, ни пути, ни достижения; такова конечная Истина”. (См. настоящее издание, с. 194). Та же идея повторяется в стихе № 1227 “Гирлянды изречений Гуру” Муруганара:

Нет ни возникновения, ни угасания.  
Никто не связан и никто не предпринимает усилий.  
Никто не стремится к совершенству,  
И никто не достигает Свободы.  
Такова Высочайшая Истина.

Представление, что мы пребываем в рабстве и нуждаемся в Освобождении посредством *садханы*, есть та самая вещь, что отделяет нас от сознания *А т м а н а*, Себя. Обсуждение проблем *садханы* и путей их преодоления питает и поддерживает это ошибочное представление, закрывает и скрывает наше истинное Бытие мусором воображаемого не-Я. С другой стороны, Бхагаван также подчеркивал, что усилие необходимо, если Само-сознание должно быть обнаружено. Концепции нужно отбросить, и на начальных стадиях *садханы* требуется решительность, серьёзность и повторяющиеся усилия, чтобы разбить шаб-

лоны целой жизни. Но поскольку *садхана* проводится, понятие усилия претерпевает радикальное изменение.

Непрерывной практикой исследования и само-отдачи и повторяющимся напоминанием себе, что нет “делателя” действий, порождается убеждение, что нет индивидуального “я”, и безэгоистная жизнь становится естественной и спонтанной. Этот ход сознания радикально меняет взгляд на *садхану* и отношение ко всему делу жизни. Поскольку приходит убеждение, что эго нереально и не нуждается в уничтожении, то также есть и понимание, что нет делателя *садханы* или любого другого действия. С отправной точки зрения, допускающей, что *садхана* есть нечто, что нужно делать для обнаружения некоторой духовной цели, человек должен прийти к пониманию духовной жизни как безличностного процесса, действующего в сознании без делателя. Подобно всем другим действиям, усилие внезапно видится как производимое своей собственной инерцией, и предшествующее представление о ком-то, делающем усилие, уходит. Воображаемый субъект, преследующий духовные цели, делающий воображаемый прогресс и гордящийся продвижением на воображаемом пути, вдруг видится тем, чем он действительно является: концептуальной структурой, сконструированной воображаемым малым “я” с единственной целью продлить своё собственное существование. Связь между усилием в начале *садханы* и конечной самопроизвольностью без усилия ясно видна в третьем стихе “Сути Наставления”, который предписывает незаинтересованное действие, и в последних стихах, превозносящих жизнь без чувства эго, по ту сторону всех мыслей о рабстве и Свободе (см. с. 131 и с. 135).





# **КОММЕНТАРИИ**

---

**Предисловие к тамильскому  
“Собранию произведений  
Раманы Махарши”**

**Суть Наставления**

**Сорок стихов о Реальности**

**Свадебная гирлянда  
посланий Аруначале**

**Сердце и Мозг**





## Предисловие к тамильскому изданию “Собрание произведений Раманы Махарши”

*Предисловие к тамильскому изданию “Собрание произведений Раманы Махарши” написал Шри Т. К. Сундареша Айяр (1897–1965), впервые пришедший к Бхагавану в 1908 году и сразу ставший Его ревностным почитателем. В 1980 году Шри Раманаширам издал книгу его воспоминаний “At the Feet of Bhagavan” (“У Стоп Бхагавана”), где и содержится приводимый ниже рассказ.*

Это был где-то 1927 год, когда (тамильское) “Собрание произведений” Шри Бхагавана [Нуул Тирантти] готовилось к публикации. Среди пандитов Ашрама шли разговоры о том, что книга должна иметь предисловие, хотя почитатели Махарши считали, что никто не правомочен писать предисловие к Его произведениям. Пандиты предложили написать такой текст, но никто из них не вызвался сам, каждый оправдывался тем, что не подготовлен к этой задаче. Эта драма продолжалась несколько часов, когда один предлагал другого и каждый отклонял эту честь. Бхагаван спокойно наблюдал всё это.

Где-то около десяти тридцати вечера, когда я проходил мимо Старого холла, Шри Бхагаван взглянул на меня и сказал: “Почему бы Вам самому не написать это предисловие?”

Я был ошеломлён Его предложением, но смиренно ответил: “Я рискнул бы написать, если бы имел благословение Бхагавана в этой работе”. Бхагаван сказал: “Пишите, и оно получится”.

Так я начал писать в полночь и, к моему большому удивлению, за три четверти часа подготовил черновик, как бы побуждаемый, ведомый некой Высшей Силой.

Я не изменил в нём даже запятой и в два часа ночи положил к стопам Бхагавана. Он был доволен изложением содержания книги и отметил простоту используемых мною выражений. Он сказал, что с предисловием всё в порядке, и попросил забрать

его. Я успел сделать только несколько шагов с этими исписанными листками бумаги, как Шри Бхагаван поманил меня, чтобы снова посмотреть их. Я заканчивал Предисловие так: “Можно надеяться, что эта книга, воплощение Милости Бхагавана, даст всем, кто устремлен к вечной Истине, Освобождение обретением высочайшего Блаженства избавления от всех страданий”. Махарши спросил: «Почему вы сказали: “Можно надеяться”? Почему не сказать: “Нет сомнения”?» Говоря это, Он своей собственной рукой исправил моё *намбукиррен* на *тиннам*.

Таким образом Шри Махарши поставил Свою печать одобрения на эту книгу, давая Своим преданным ту великую хартию Освобождения в форме Своего Наставления [*упадеша*], которая не оставляет уму никакой возможности сомневаться в ней.

## Суть Наставления

(*Упадеша Ундийяр / Упадеша Сарам*)

*Шри Рамана часто говорил, что духовные поучения всегда должны даваться таким способом, чтобы соответствовать пониманию и духовной зрелости тех, кому они предназначены. Поскольку аскеты, которым Господь Шива давал Свои наставления, поднимались Им с очень низкого уровня, Он, естественно, постепенно переходит от относительно грубых методов духовной практики, подразделяя их в соответствии с действительностью и превосходством (первые пятнадцать стихов), к наиболее тонкому и прямому методу, а именно – Само-исследованию, или Само-вниманию (последние пятнадцать стихов).*

*Существует множество комментариев на это небольшое по объёму, но исключительно важное произведение. При подготовке русского комментария составитель-переводчик использовал опубликованные комментарии (на Упадеша Ундийяр и Упадеша Сарам) таких известных учеников и почитателей Бхагавана, как Ганapati Муни, Шри Садху Ом, Б. В. Нарасимхасвами, А. Р. Натараджан, Д. М. Шастри.*

## 1

Слово *карма* здесь обозначает любое действие, будь то ритуальное или иное, а слово “плод” – результирующую боль или удовольствие, которые должен испытать человек, совершивший это действие.

Действие, или *карма*, не приносит плод само по себе, но только в соответствии с предписанием Бога. То есть время и способ, каким каждое действие даёт свой плод, решается не действием самим, но только Богом. Таким образом в этом стихе Шри Бхагаван многозначительно опровергает философию *пурва мимансы*, которая поддерживалась аскетами в лесу Дарука и которая утверждает, что действие приносит плод независимо от Бога и что нет Бога, кроме действия [*карма*]. Поскольку действие не имеет сознания, как оно может быть Богом?

## 2

Посаженное зерно становится деревом, а дерево в свою очередь приносит плод. Но плод состоит из двух частей – съедобной и зёрен. Хотя съедобная часть плода поедается, зёрна остаются, чтобы стать новыми деревьями и принести больше плодов.

Подобным образом в случае с плодами действий. Если мы совершаем доброе действие, то его плод будет переживаться в форме некоторого удовольствия, в то время как если мы совершаем плохое действие, его плод будет переживаться нами как некоторая боль. Переживаемый таким образом в форме удовольствия или боли, плод действия погибнет, как съедобная часть плода. Но плод действия всё-таки останется в виде зёрен, т. е. в форме склонностей [*васаны*], или желания выполнить такое действие вновь. Такие зёрна, или склонности, побуждают человека погрузиться в океан совершения всё большего и большего количества действий. Следовательно, плод любых действий не может дать Освобождение.

## 3

Никакое действие, выполнено ли оно телом, речью или умом, не даёт человеку Освобождения. Но если действие совершено без желания его плода, с позиций преданности, предлагающей этот плод Богу, то оно очистит ум и таким образом подготовит его к пониманию, что Само-исследование – которое суть не действие, а тишина ума – одно является прямым путём к Освобождению. Поэтому это действие следует понимать как косвенную помощь, а не как прямое средство Освобождения. Шри Бхагаван часто говорил, что какой бы Путь человек ни избрал, в последний момент [перед Освобождением] он должен принять прямой путь Само-исследования, чтобы познать Себя и достичь Освобождения. “Только *Атма-вичара* может открыть истину, что

ни эго, ни ум в действительности не существуют, и дать возможность искателю осознать чистое, неразличённое Бытие А т м а н а , или Абсолюта” (“Евангелие Махарши”, книга 2, глава 1).

Начиная с этого стиха, Шри Бхагаван излагает *карма-йогу* (путь незаинтересованного действия) и *бхакти-йогу* (путь преданности). Важно отметить здесь, что Он не считает *карма-йогу* Путем, который отделён или независим от *бхакти-йоги*. Если плод действия от всего сердца не предложен Богу посредством искренней любви к Нему, то это действие не может рассматриваться практикой *карма-йоги*, а потому оно не очистит ум.

В следующих пяти стихах Шри Бхагаван суммирует различные практики *карма-йоги* и *бхакти-йоги* в порядке возрастания их очищающей ценности, и в стихе 9 Он показывает, как такие практики в конечном счете сливаются с пребыванием в А т м а н е , которое, воистину, есть высочайшая преданность [*парабхакти*].

#### 4

На практике большинство серьёзных искателей в различной степени сочетают все эти три метода. Почитание [*пуджа*], выполняемое предписанным способом, совершается телом, причем часто механически, стандартно, а потому занимает самое низкое место. При повторении *мантр* [*джана*] ум блуждает меньше, отсюда и средняя позиция. Мысленное почитание является лучшим, ибо следует быть бдительным к движениям ума, и тогда он может быть возвращён обратно к медитации.

#### 5

Этот стих касается интегрального почитания. Если человек понимает, что все формы в мире пронизаны Его Присутствием, то автоматически приходит подлинное уважение ко всей жизни. Всё – священо, ибо Бог проявлен в каждой форме. Восемь форм – это пять элементов (земля, вода, огонь, воздух, эфир), солнце, луна и живые существа.

Почитание может выражаться либо в ритуальном почитании, либо в подходящем служении. Но в то время как ритуальное почитание приложимо ко всем восьми формам Бога, **служить** можно только живым существам, обеспечивая их пищей, одеждой или кровом; для остальных семи форм подходящего служения нет.

## 6

Повторение Его Имени, или *мантра*, более полезно для концентрации, чем тщательно разработанное восхваление, которое на некоторой стадии отвлекает. По мере развития концентрации голос постепенно уходит вовнутрь. Тогда всё заканчивается безмолвием.

## 7

Медитация бывает двух видов: устойчивая, не прерываемая другими мыслями, в которой поддерживается поток одной мысли, и неустойчивая, нарушаемая вторжением посторонних мыслей. В последнем случае ум становится разбросанным, несобранным. Медитация должна быть первого типа, естественная, самопроизвольная, а не затруднённая и навязанная. Сравнение со струей *гхи* должно обозначать упорство в выражении нежного отношения в форме преданности в течение медитации. Сравнение с потоком воды должно показывать безупречную чистоту. Все реки должны достичь своей цели — океана. Подобно этому, ум должен возвратиться к его источнику, духовному Сердцу.

## 8

Медитация “Он есть Я” означает медитацию на Нём как не отличном от себя. Для медитации на Боге как не отличающемся от себя необходимо иметь твёрдое убеждение, что Он существует и сияет внутри человека как *Я*. Когда устремлённый наделён таким твёрдым убеждением, он ясно поймёт, что наилучший способ медитировать на Боге — медитировать на Нём просто как на *Я*, реальности первого лица.

Поэтому нужно понять, что медитировать надо не на мысли “Он есть Я”, а непосредственно на *Я*, *А т м а н е*. Ведь *А т м а н* один не отличается от Себя, а все мысли, включая мысль “Он есть Я”, есть “отличающиеся от себя”. Следовательно, рекомендацию, данную в этом стихе, надо понимать как медитацию на *Я*, или Само-внимание, а не просто как медитацию на мысли “Он есть Я”.

Таким образом в этом стихе Шри Бхагаван открывает, как практики *карма-йоги* и *бхакти-йоги*, упомянутые в предыдущих четырех стихах, должны в конечном счете слиться с практикой Само-внимания, или Само-исследования. В следующем стихе Он показывает, что силой такого Само-исследования практик

достигнет состояния пребывания в А т м а н е , которое есть сущность высочайшей преданности [*парабхакти*].

## 9

Обретя твёрдое убеждение, что Бог есть то, которое сияет в нём как *Я*, медитирующий будет пытаться медитировать на *Я*, которое одно не отличается от него самого. Но так как практик может оставаться индивидуальностью только до тех пор, пока внимателен к иному, чем он сам, он автоматически падает в свой источник, когда полностью отвлекает своё внимание от этого (не-*Я*) и пытается установить его на *Я*. Поэтому результат такого внимания к Себе – усилия, сделанного, дабы внимать *Я*, – тот, что медитирующий сам становится несуществующим (как личность) при погружении в состояние Бытия [*сам-бхава*]. Когда медитирующий таким образом перестает существовать, не может быть никакой медитации, и поэтому такое состояние здесь именуется (на тамили) *бхаванатита*, т. е. превосходящее медитацию. И поскольку Бог поистине есть не что иное, как истинное *Я*, которое есть состояние Бытия [*сам-бхава*], постоянное пребывание есть высочайшая преданность Богу.

## 10

Когда, достигая вышеуказанного состояния, превосходящего медитацию (см. стих 9) ум (который должен подняться, чтобы без мысли о награде выполнять *пуджу*, *джату* и *дхьяну*), остаётся успокоенным в источнике (истинном *Я*), откуда он до этого поднялся, то это – кульминация *карма-йоги* и *бхакти-йоги*; это также – кульминационный пункт *раджа-йоги* и *джняна-йоги*. Как такое пребывание в А т м а н е достигается *карма-йогой* и *бхакти-йогой*, объяснено в предшествующих стихах; как оно достигается *раджа-йогой*, объясняется в следующих пяти стихах; и как оно осуществляется *джняна-йогой*, объясняется далее, начиная с 16-го стиха.

Этот стих можно сравнить со стихом 14 “Дополнения к Сорока стихам” (см. с. 147).

## 11

Этот и следующие три стиха касаются контроля ума посредством регуляции дыхания, применяемой в Йоге. В практике *хатха-йоги* регуляция дыхания проводится с использованием вдоха [*пурака*], задержки [*кумбхака*] и выдоха [*речака*], выполняемых



с определённой длительностью. Несмотря на это Шри Бхагаван предлагает иной способ регуляции дыхания – наблюдение за дыханием [см. *Шри Рамана Гита*, гл. 6].

Махарши, однако, рекомендовал дыхательный контроль как дополнительную помощь на начальной стадии контроля слабого ума, пытающегося отклониться от *А т м а н а*, а не в качестве самостоятельного средства Самопознания. Хотя во второй главе *Шри Рамана Гиты* и говорится, что регуляция дыхания совместно с само-исследованием является средством пребывания в *А т м а н е*, она помогает только косвенно, сдерживая ум, о чём и говорится в этом стихе. В стихе 13 Шри Бхагаван ясно объясняет, почему регуляции дыхания нельзя придавать самостоятельного значения. Она вызывает только временное успокоение ума, оставляя незатронутой коренную причину движений мысли – скрытые склонности ума [*васаны*], проистекающие из прошлых действий.

## 12

Ум – это сила познания, или размышления, тогда как дыхание, или жизненная сила [*прана*], – это сила делания, или действия. Но исходная сила, которая функционирует в форме ума и в форме *праны*, является единой, словно ствол дерева с ветвями ума и *праны*.

Источник жизненной силы и ума один и тот же – Сердце. Наблюдая источник дыхания или ума, человек должен быть в состоянии вернуться обратно к Сердцу. Однако на практике это не так. Легче сфокусировать внимание на “я”-мысли, ибо сейчас она является центром нашего внимания. Все активности построены вокруг неё.

## 13

Есть два различных класса состояний, в которые может погрузиться ум: временное затишье ума и разрушение ума. Если ум затих временно (состояние *лайя*), то он должным образом восстанет снова, но если его форма умерла, погрузившись в состояние разрушения [*наша*], то она больше никогда не поднимется опять.

Успокоение ума, достигаемое задержкой дыхания, напоминает успокоение ума, получаемое в таких состояниях, как глубокий сон, смерть, обморок и кома; оно является временным, а значит, только *манолайей*, или временным затишьем ума. Из такого затишья ум поднимется вновь. Поскольку счастье

переживается только при успокоенном уме и поскольку подъём ума есть страдание само по себе, то если мы жаждем наслаждаться вечным счастьем, необходимо добиться постоянного успокоения ума. Такое постоянное умолкание ума, являющееся подлинной целью всего духовного стремления, именуется *мано-наша*, или разрушение ума. Его смысл только в том, что исчезает идея об уме как отдельной сущности. Об этом Шри Бхагаван говорит в стихе 17.

Причина того, что регуляция дыхания [*пранаяма*] не приводит к полному угасанию ума, подробно раскрыта Шри Бхагаваном в “Кто я?” (см. с. 57 настоящего издания). Чтобы прийти к разрушению ума, ум должен исследовать себя, чувство “я” первого лица, и таким способом познать свою истинную форму сознания. Этот путь Само-исследования есть тот Путь, о котором Шри Бхагаван упоминает в следующем стихе.

#### 14

Устремлённый не должен удовлетворяться *пранаямой*, которая успокаивает ум только пока длится задержка дыхания. Он должен стремиться “убить” его. Это достигается неуклонным упорством в концентрации ума на Высочайшем – А т м а н е , истинном Я.

Временное успокоение ума приходит в ходе духовной практики. Длительность этого покоя в действительности не так важна, но в нём кроется и опасность, которую вскрыл Шри Бхагаван: “*Садхаки* (искатели) редко понимают разницу между временным успокоением ума и постоянным разрушением мыслей. В *манолайе* на какой-то период имеет место спад мыслеволн, и хотя этот период может длиться даже тысячу лет, мысли, успокоенные лишь временно, поднимутся, как только *манолайя* прекратится. Поэтому духовный практик должен очень осторожно наблюдать за своим духовным прогрессом, не позволяя себе быть застигнутым такими периодами покоя мысли. При возникновении описанного переживания необходимо сразу же оживить сознание и исследовать внутри, кто ощущает этот покой. Не допуская вторжения мыслей, необходимо в то же самое время предупредить погружение в глубокий сон или самогипноз... Легкий, прямой и кратчайший путь к спасению – это метод исследования. С его помощью вы ведёте силу мысли всё глубже и глубже, пока она не достигает своего источника и не сливается с ним. И тогда вы получите отклик изнутри и обнаружите, что покоитесь там, уничтожив все мысли сразу и навсегда” (см. [2, с. 100–101]).

Таким образом временное успокоение ума следует использовать, чтобы направить внимание вовнутрь, к познанию “Кто я?”. И тогда его форма умрёт, ибо обнаружится, что на самом деле вообще нет такой вещи, как ум.

## 15

Чувство делания, чувство “я совершаю это действие”, может существовать только пока существует ум, чья форма есть чувство “Я есть это” или “Я есть то”. Поэтому, когда ум разрушен, чувство делания также разрушено. Следовательно, йогин, чей ум мёртв и кто, поэтому, пребывает как *Я, А т м а н*, Реальность, не может быть делателем какого-либо действия. Какое бы действие Он, по видимости, ни совершал, это действие существует только с точки зрения тех, кто ошибочно отождествляет Его с телом, совершающим это действие. Здесь уместно провести сравнение со стихом 31 из поэмы “Сорок стихов о Реальности” [*Улладу Нарпаду*](см. с. 142).

В этом стихе Шри Бхагаван завершает поучения, касающиеся пути *раджа-йоги*, и далее со следующей строфы Он учит пути Самоисследования как истинной *джняна-марге*, или пути Знания.

## 16

Когда, оставив своё внимание к внешним объектам и перестав познавать их, ум внимает *А т м а н у*, истинному *Я*, и познаёт Себя (свою собственную форму познания, в свете которого познаются внешние объекты), это одно есть истинное Знание, или *джняна*.

Просто отбросить познание внешних объектов само по себе недостаточно: ведь в глубоком сне, когда внешний мир не осознаётся, мы истинного Знания не достигаем. Для достижения истинного Знания следует не только оставить познание внешних объектов, но необходимо также предпринять положительное усилие, сосредоточив внимание на чувстве “я”, первом лице, чтобы познать “Кто я?”.

## 17

В предыдущем стихе Шри Бхагаван учил, что познание умом своей собственной формы Света (или сознания) есть истинное Знание, а здесь Он учит, как ум должен это делать. Если в сумерках внимательно рассмотреть змею, то можно обнаружить, что змеи вовсе нет, а то, что казалось змеей, – просто верёвка. Подобным образом, если ум исследует свою природу без забывчивости,

т. е. без ослабления внимания, вызванного наплывом мыслей или сном, то выяснится, что нет такой вещи, как ум, а то, что казалось умом, суть не что иное, как А т м а н , Я, чистое Бытие-Сознание “Я есмь”. Так же как верёвка – единственная реальность нереальной змеи, так и это Бытие-Сознание, которое есть лучезарная форма, упомянутая в предыдущем стихе, есть единственная реальность нереального ума. Что же это за нереальная и несуществующая вещь, которую сейчас называют умом? Ответ на этот вопрос Шри Бхагаван даёт в следующем стихе.

## 18

Термин “ум” обычно используют как собирательное имя для множества мыслей. Из всех мыслей мысль “Я есть тело” одна является корнем, поскольку она – единая нить, на которую нанизаны, словно бусы, все остальные мысли (как утверждает Шри Бхагаван во второй строфе “Атма-видья”, см. с. 188) и поскольку никакая другая мысль не может существовать в её отсутствие. Поэтому то, что обычно называют “ум”, в результате анализа сводится к этой коренной мысли: “Я есть тело”.

Здесь важно отметить различие между “я”-мыслью и подлинным Я, которое есть чистое Бытие-Сознание “Я есмь”. Когда “Я есмь” остаётся само по себе, без всяких наложений, то это суть Реальность, или А т м а н , Я, но когда “Я есмь” смешивается с наложениями как “Я есть это” или “Я есть то”, тогда это – ум, или эго (см. “Евангелие Махарши”, книга 1, гл. 6 в [1]).

Мысль: “я”, или “я”-мысль, – познающий субъект, а все остальные мысли являются его объектами. Следовательно, хотя эти мысли приходят и уходят, “я”-мысль всегда остаётся основанием, на котором они развиваются, и, когда “я”-мысль утихает, все другие мысли смолкают вместе с ней. Таким образом, “я”-мысль – единственная сущностная характеристика ума. Поэтому конечная истина о природе ума может быть обнаружена только при исследовании сути этой “я”-мысли, первого лица. Следовательно, в стихе 17, говоря об исследовании природы ума, Шри Бхагаван фактически имеет в виду исследование природы “я”-мысли.

## 19

Когда внутри исследуется эта мысль-корень, чувство “Я есть тело”, чтобы найти источник её возникновения, то она утихнет, или исчезнет, поскольку, как змея, не имеет собственной реальности, а поэтому может казаться существующей, лишь пока внима-

тельно не исследована. Это бдительное внутреннее исследование источника “я”-мысли одно есть *джняна-вичара* (Само-исследование), которое ведёт к подлинному Самопознанию. Место подъёма “я” здесь обозначает истинное Я, А т м а н , Бытие-Сознание “Я есмь”, которое является источником возникновения мысли “Я есть тело”, а совсем не обозначает некое место, ограниченное временем и пространством, которые сами по себе суть только мысли, появляющиеся вслед за подъёмом этой коренной мысли.

Шри Бхагаван считал Само-исследование универсальным “лекарством”. На вопрос об упражнениях *хатха-йоги* как средстве изгнания болезней, необходимом в качестве предварительного шага в *джняна-йоге*, Он ответил: “Пусть те, кто их отстаивает, и пользуются ими. Здесь она не применяется, ибо все болезни эффективно уничтожаются непрерывным само-исследованием” (см. [2, с. 206]). Махарши предписывает само-исследование как замечательно эффективную панацею для решения всех возникающих проблем, однако оно может быть использовано только если данная проблема осознана как проблема (см. Приложение 2, с. 391).

## 20

Когда ум, или эго, чувство “Я есть это” или “Я есть то”, таким образом замолкает и погружается в свой источник, истинное Я, единое истинное Бытие-Сознание-Блаженство далее самопроизвольно сияет как “Я – Я”, или “Я есмь Я”, А т м а н , абсолютная реальность, Целое.

Тамильские слова “нан нан”, которые обычно переводятся как “Я – Я”, могут также означать “Я есмь Я”, поскольку в тамильском предложении связка “есть” обычно опускается.

С другой стороны, первичный смысл (понятия) “Я” есть А т м а н , чья форма – непрерывная пульсация чувства “Я”. Выражение “Я – Я” может использоваться, чтобы обозначить непрерывность этого чувства [см. комментарий С. С. Когана к стиху 30 поэмы “Сорок стихов о Реальности”, в котором Шри Бхагаван выразил те же идеи, что в этом и предыдущем стихах].

## 21

Поскольку в глубоком сне “я”-мысли нет, “я”-мысль бодрствующего состояния умирает ежедневно. Но наше Бытие не прекращается – мы создаём свое существование в глубоком сне как “Я есмь”, ту единичную реальность, что самопроизвольно сияет как “Я – Я”, или “Я есмь Я”. Истинное значение “Я” не может быть

тем, которое отсутствует в одном из состояний нашего каждодневного существования. Следовательно, только “Я–Я” может быть “Я”, а не то “я”, что появляется при бодрствовании и исчезает в глубоком сне. Только “Я–Я”, живущее во всех трёх состояниях (бодрствование, сон и глубокий сон) и во всех временах (прошлое, настоящее и будущее), есть истинное значение слова “Я”.

## 22

Все пять оболочек – физическое тело, дыхание, или жизненная сила, ум, интеллект и темнота неведения, переживаемого в глубоком сне при исчезновении остальных четырёх оболочек, – бесчувственны и нереальны, ибо не обладают каким-либо присутствием им собственным сознанием или существованием. Следовательно, они не могут быть истинным Я, которое и существует Само по Себе и сияет Само по Себе.

Посредством идей, представленных в стихах 16–22, Шри Бхагаван даёт подлинный смысл духовного поучения Писаний, известного как *нэти-нэти* (не это, не это). Обычно неправильно понимается, что устремлённый должен отрицать пять оболочек, медитируя: “Я не это, я не это”. Однако в вышеприведенных семи стихах Шри Бхагаван открывает, что *нэти-нэти* обозначает не метод практики, а только окончательное состояние опыта. То есть в стихах 16–19 Он учит методу практики Само-исследования, а в стихе 20 – что в результате такой практики Реальность самопроизвольно воссияет как “Я – Я”, или “Я есмь Я”; в стихе 21 Он объявляет, что Реальность, самосветящаяся как “Я – Я”, всегда есть истинный смысл слова “Я”; и наконец, в стихе 22 Он заключает, что поскольку пять оболочек бессознательны и нереальны, они не могут быть истинным “Я”, Я, Реальностью, чья природа – Бытие-Сознание. Другими словами, истинное знание о природе пяти оболочек есть переживание, которое достигается лишь познанием подлинной природы “Я” посредством практики Само-исследования. Поскольку Шри Бхагаван не хочет, чтобы устремлённые становились жертвами неправильного понимания поучения *нэти-нэти*, в этой работе Он сначала учит практике Само-исследования, а потом уже заключает, что пять оболочек не есть Я.

В оставшихся восьми стихах Шри Бхагаван даёт дополнительные выводы, которые будут полезны для практики Само-исследования. Но они могут быть осознаны только при непосредственном опыте, при действительном внимании к “Я” и осознании, таким образом, его истинной природы.

## 23

То, которое действительно существует, есть только “Мы”, А т м а н , или “Я”, которое самопроизвольно сияет после смерти ума. Поскольку это “Мы” есть единственное подлинное бытие, или реальность, не может существовать никакого другого сознания, чем это, и, следовательно, оно само есть сознание, которое познаёт себя. Поэтому “Мы”, Реальность [*Сат*], являемся также Сознанием [*Чит*]. Другими словами, наше существование и знание о нём – не две различные вещи, а одна и та же реальность.

Шри Бхагаван сам прокомментировал этот и предшествующий 22-й стих как стихи, в которых говорится о чувствительности, или сознании: «В первом (стихе 22) тело, чувства, дыхание, ум и неведение описаны как *асат* (нереальные) и *джадам* (бесчувственные), в то время как “Я” есть *эка сат* (единственная Реальность). После этого остаётся вопрос: «Является ли “Я” сознательным [*Чит*] или бесчувственным [*джадам*]?» Ответ на это и дан в стихе 23 “*Сат* (Реальность) есть *Чит* (Сознание)”».

## 24

Бытие-Сознание “Я семь” – подлинная природа и Бога и душ. Но на это “Я есмь” наложены атрибуты, или оболочки [*унадхи*]. Эти оболочки формируют ошибочное знание, или неведение, и вызывают кажущиеся различия между Богом и душами. Например, душа чувствует: “я обладаю маленьким знанием, но Бог – всезнающ; я – бессилён, а Бог – всесилен; я – ограничен, но Бог – всепроникающ”. Важно отметить, что это “восприятие атрибутов” – просто воображение, которое существует только с точки зрения души [*джива-дришти*], а не с точки зрения Бога [*Ишвара-дришти*].

Пока человек думает, что он – тело, он будет связан атрибутами. При само-исследовании “Кто я?” он обнаруживает, что не является телом и на самом деле не имеет оболочек, как Реальность. Ссылаясь на общую для всех религиозных систем триаду – личность, мир и Бог, Шри Бхагаван говорит (см. с. 138), что её компоненты – иллюзии ума, покинувшего источник, Сердце, конечную Реальность. Когда они рассматриваются с точки зрения этой Реальности, то видятся как одно.

## 25

То, которое существует и сияет в человеке как “Я есмь”, есть истинная природа Бога. Лишь собственное восприятие атрибутов маскирует человеку знание этого “Я есмь”. Поэтому познание

этого “Я есмь”, которое есть собственное истинное *Я* человека, без атрибутов есть само по себе познание Бога.

Сравните этот стих со стихом 20 “Сорока стихов о Реальности” (см. с. 141).

## 26

У нас нет двух “Я”, одно из которых познавало бы другое. Поэтому Самопознание – познание Себя, *А т м а н а*, – есть не что иное, как состояние бытия С собой, *А т м а н о м*, истинным *Я*. Это состояние пребывания тем, кем мы действительно являемся, – просто Бытие-Сознание “Я есмь”, а не мысль: “Я есть это” или “Я есть то”. Оно называется *атма-ништа* (преданность *А т м а н у*) или *танмайя-ништа* (пребывание Реальностью).

## 27

Простое сознание собственного существования – “Я есмь”, свободное от чувства “я знаю” и “я не знаю”, одно есть истинное Знание.

Та же установка дана Шри Бхагаваном в стихе 12 “Сорока стихов о Реальности” (см. с. 139).

## 28

Этот стих можно интерпретировать и так: “Если человек знает свою собственную природу, тогда она обнаруживается как безначальное, бесконечное и непрерывное Бытие-Сознание-Блаженство”. Когда *садханой*, предписанной в предыдущих стихах, человек познает своё *Я*, то он обнаружит, что никогда не рождался и никогда не умрёт.

## 29

И узы и освобождение являются только мыслями, и, следовательно, они существуют лишь в состоянии неведения [*аджняна*], а не истинного Знания [*джняна*]. Аналогичную идею Шри Бхагаван провёл в стихе 39 “Сорока стихов о Реальности” (см. с. 144).

Поскольку Бог есть совершенное Целое, Он не нуждается в нашем служении и не хочет какой-либо службы от нас. Но когда мы возникаем как отдельные личности, чувствуя “Я есть это тело”, то переживаем бесконечные страдания, а значит, всемилосердному Богу необходимо прийти нам на помощь, чтобы спасти от нами же созданных проблем. Таким образом, своими “Я есть это-и-то” мы ставим Бога перед необходимостью служить нам. Поэтому единственным истинным служени-



ем Богу будет прекращение подъема личности и постоянное пребывание как Я.

С другой стороны, “непоколебимость в служении Богу” может рассматриваться как утверждение родства между Путиами *бхакти* и *джняны*. Преданность не является настоящей *бхакти*, пока почитатель считает себя отдельной реальностью. Только полная отдача своей индивидуальности может быть подлинной *бхакти*, которая есть также истинная *джняна*.

### 30

Этот заключительный стих определяет место всей поэмы “Суть Наставления” в истории об аскетах из леса Дарука, которую использовал поэт и выдающийся ученик Махарши – Шри Муруганар. Аскеты практиковали аскёзу [*тапас*] ради ложных целей – обретения сверхобычных сил, исполнения желаний и, следовательно, раздували эго. Этот так называемый “*тапас*” не был истинным *тапасом*. Истинный *тапас*, как его определил Шри Бхагаван в этой работе, есть не что иное, как состояние безэгоистности (совершенного самоотрицания), в котором человек знает и пребывает как истинное Я, а не выступает как личность, чтобы делать или достигать чего-либо.

Фраза “Таково наставление Раманы” должна относиться не только к этому стиху, а ко всему произведению в целом. Тамильскую версию этого последнего стиха сочинил Шри Муруганар, заявляя (в последней строке), что Шри Рамана Махарши – А т м а н , истинное Я: “Так сказал Господь Рамана, кто есть Я”. Шри Рамана сам никогда не говорил, что он “просветлён”, и Он не включил утверждение Муруганара в санскритский перевод этого стиха. Тем не менее это Господь Рамана, А т м а н , говорит в тридцати стихах “Сути Наставления”, и для тех, кто понимает и следует этим поучениям, стремясь к Свободе, это Он один, кто учит, руководит и освобождает.

## Сорок стихов о Реальности

(Улладу Нарпаду)

На “Сорок стихов” написан ряд известных комментариев, часто изобилующих философскими рассуждениями и ссылками на Писания. Здесь представлен полный комментарий,

принадлежащий С. С. Когану, близкому ученику Бхагавана, опубликованный Шри Раманаширамом в 1992 году. В предисловии автор говорит:

*“Я также написал короткие примечания к каждому стиху, развивая основные идеи стиха так, чтобы в некоторых местах эти комментарии читались как пересказ, но без учёных цитат и длинных рассуждений. Ибо духовные искатели (садхаки) нуждаются только в том, чтобы понять дух высказываний Бхагавана и применить его в их духовной практике (садхане).*

*В этих сорока стихах, как заметит читатель, Бхагаван затронул все самые яркие пункты своего Учения, постоянно подчёркивая огромное значение и эффективность вичары, или исследования природы самого исследователя. Все Учители Упанишад утверждают, что человек – не элементы, составляющие тело, а “ум, разумный принцип, или Бытие, которое использует тело”. ТО есть безмятежное, блаженное Я, Абсолют, Реальность-без-второго, которое все сознательно или бессознательно ищут различными путями – кругами или прямо, ошибочно или правильно – и о котором садхак стремится иметь прямое и полное Знание”.*

### **Благословение**

#### **1**

Этот стих и следующий за ним составляют Благословение, которое обычно предшествует духовным и поэтическим произведениям индийской литературы. Оно может быть адресовано какому-то особому божеству, такому как Ганapati, дэви, богу, поддерживающему поэтическое вдохновение, или вообще богам, или любимому богу, или Гуру, или тому или другому из трёх главных божеств (Брахма, Вишну, Шива). Но Бхагаван, признавая единственную Реальность, из которой всё исходит, составляет свое посвящение для Неё как чистому Сознанию [*Чит*], пребывающему в Сердце как чистое существование (*Сат*), или абсолютный Брахман.

Буквальный перевод первого предложения этого стиха следующий: “Можно ли сознать то, что отлично от существования?” Таким образом, знание, или сознание, становится критерием существования, поскольку несуществующее не может сделать себя известным. Например, цвет, который нельзя уви-

деть, или звук, который нельзя услышать, равносильны нулю. Каким бы, однако, нечто несуществующее ни воспринималось, подобное миражу воды или фигуре человека в деревянном столбе, оно может быть только кажимостью, обманчивой мыслью воспринимающего сознания. Ибо только полностью реальное существует независимо, а кажущееся не имеет никакого существования.

Но здесь может возникнуть вопрос: “Поскольку Реальное и кажущееся реальным доступны для познания, то как их различить?” Первое – неизменно и существует (вечно) как познающий, который всегда является субъектом и никогда – объектом; тогда как последнее, будучи просто мыслью, непрестанно изменяется и является нечувствующим, всегда объектом и никогда – субъектом. Внимательное изучение открывает, что внешний мир – т. е. каждый воспринимаемый объект, и каждая мысль, и ощущение – это нереальная, подобная сну, кажимость.

Что касается Реальности, то хотя Она не так легко может быть узнана, тем не менее, согласно этому стиху, Она определенно познаваема. А если так, то “как познать Её?” Бхагаван спрашивает и, чтобы вести искателя к Реальности, даёт некоторые ключи к разгадке Её природы: Реальность есть чистое сознание, Реальность пребывает в Сердце, более того, Она есть Само Сердце; будучи Сама свободной от мыслей, Реальность является источником всех мыслей, и так далее. Отсюда мы должны заключить, что Реальность – это не только сознание, но также и неизменное сознание. Сама Она свободна от переменчивых мыслей. Мысли истекают из Неё и, словно тени, отбрасываются на Ней, мешают нам рассматривать Её; поэтому, чтобы иметь способность непосредственно постичь Реальность, мы должны распрощаться со всеми мыслями и остаться, подобно Ей, в нашей исконной чистоте в Сердце – “без мысли”.

В дальнейшем мы увидим, что Бхагаван развивает свою тему – *вичара*, или исследование, есть легчайший метод, посредством которого можно достичь этой цели *джняны*, или знания безусловной реальности, которая есть собственное Я человека.

Этот стих один создаёт определённую тональность для всего произведения, так же как *шрути*, или непрерывный исходный звук, в музыке. Читатели поступят правильно, если всегда будут помнить это при изучении других стихов.

## 2

Те, кто больше всего отождествляет себя с телом, и есть люди, больше всего страшась смерти. Видя разложение тела, они заключают, что их собственное исчезновение будет одновременным с разложением тела, и страшатся ужасного Неизвестного, что таится за разложением тела. Их единственная надежда сохраниться лежит, поэтому, в почитании Всемогущего Господа, который один бессмертен.

Но те, кто посредством практики *садханы*, или духовной дисциплины, превзошли это ложное отождествление, больше не имеют тел, чтобы стать жертвами смерти. К ним не приходит даже мысль о смерти. Они – *видехи*, бестелесные, хотя и продолжают занимать тело.

Этот стих также подразумевает, что обретением прибежища в Господе эти раздираемые страхом люди будут со временем так духовно продвигаться, что окажутся способными разрушить их чувства “я” и “моё” и достичь бессмертия, т. к. гибель эго несомненно уничтожит смерть и мысль о ней.

## Текст

## 1

“Сорок стихов” начинаются здесь. Чтобы понять смысл, вложенный Бхагаваном, мы должны использовать ключ, который Он даёт нам в Благословении. Там Он объявляет Реальность Сознанием [т. е. сознающим себя Сознанием], свободным от мысли, которое пребывает в Сердце. Здесь Он вводит в рассмотрение этот [земной] мир, чтобы встретить на их собственной [“земной”] почве тех учеников, кто воспринимает “реальный” внешний мир. Он говорит нечто подобное следующему: “Вы наблюдаете мир и приписываете ему всемогущего творца. Но как мы уже видели, это творение есть только кажимость, проявление того Сознания, о котором мы говорили. Творение само по себе не более реально, чем изображения, проецируемые на экран”. Мысли поднимаются из Сердца самопроизвольно, словно испарения из океана, и превращаются в калейдоскопический мир имён, форм, красок, звуков, запахов и других впечатлений. Все эти впечатления находятся в Сердце или на Сердце, как на холсте, а Сердце само есть и зритель и освещение.

Чистое Сознание, или Чистый Ум, является, таким образом, изображениями, экраном, зрителем и светом, или освещением.

## 2

Большинство религий базируется на предположении, что триада, упомянутая в тексте, является вечной. Бхагаван отвергает это предположение как детище невежественного эго, которое ошибочно принимает себя за тело. Представление “Я-есть-тело” заставляет признать личность [*джива*], мир и его творца тремя отдельными, вечными, сосуществующими реальностями. Бхагаван, как мы уже видели, воспринимает единое существование, в котором эти трое выступают иллюзорным проявлением, исчезающим, однако, в момент, когда вечное *Я* схвачено и эго гибнет.

## 3

Та же самая линия мысли продолжается. Разрушение эго есть *sine qua non* [совершенно неперемненное условие (лат.)] для осознания Себя внутри Сердца. Оно кладёт конец всем теоретическим выкладкам о реальности и нереальности, Боге и мире, чья истинная природа будет открыта в действительном переживании. Это самое блаженное из достижимых состояний, лежащее по ту сторону множественности иллюзорного мира.

## 4

Этот стих относится к *джняни*, который, хотя и имеет тело, видит себя бестелесным и бесформенным, а потому не может видеть Бога и фактически всё в форме. *Аджняни* (неосознавший), воспринимая себя как тело, принимает Бога тоже как тело и почитает Его во всех видах материальных, внешних представлений. Тем не менее факт остаётся фактом, что даже он воспринимает всё посредством своего бесформенного *Я*, которому мы уже разрешили быть единственным видящим, единственным знанием, т. е. *Я* – “безграничное Око”. Те, кто порицает идолопоклонничество, забывают, что они сами почитают материальные символы и иконы и приписывают Богу формы, размеры, позы, даже настроения, чувственные восприятия, точно так же, как они поступают по отношению к себе. Не имея переживания или представления о бесформенном всеведущем Духе, они буквально потеряли идею почитания чего-либо, не представленного в форме. Бог, таким образом, появляется [каждому] согласно степени реализации [его] истинного *Я*.

Фраза “Может ли быть видение без глаз?” означает, что без сознания не может быть знания о чём-либо, так же как без светильника нельзя увидеть ни один из предметов, находящихся в тёмной комнате. Может ли существовать мир для человека, потерявшего сознание [в обмороке]?

## 5

Тело является сложной структурой, содержащей большое количество инструментов, или органов, которые *Я, А т м а н*, в качестве эго использует для многообразных целей, в том числе слушания, нюхания, видения, мышления, чувствования, запоминания и рассуждения. Материалы, из которых эти инструменты или [их] части выполнены, изменяются от грубейших до тончайших. *Шастры* (Писания) упорядочили их в пять групп. К каждой группе приписана одна оболочка, или *коша*. *Коша*, имеющая дело с чисто физическим содержанием, именуется *аннамайякоша* (оболочка пищи). *Пранамайякоша* (витальная оболочка) следит за пятеричными функциями жизненных энергий: дыханием, усвоением, воспроизведением, выделением и движением. *Маномайякоша* (ментальная оболочка) содержит способности к мышлению. *Виджнянамайякоша* – это оболочка умственных способностей и способности рассуждать, способности к научному и философскому мышлению. Последней является *анандамайякоша*, оболочка блаженства, или причинная [каузальная] оболочка, хранящая внутри себя кармические семена каждого рождения и связанная с тем состоянием, в котором крепко спящий, без снов, наслаждается глубоким покоем. Эта *коша* выполнена из тончайшей субстанции – *саттвы*, которая сама по себе есть счастье, благодаря своей свободе от загрязнённости и своей интимной близости к блаженному *А т м а н у*.

Таким образом, термин “тело” включает все эти *коши*, чьё появление и исчезновение вызывает появление и исчезновение всех объективных и субъективных восприятий. Принятие тела за себя является, следовательно, необходимым для наслаждения миром, а тело обязано своим существованием, как мы увидим в следующем стихе, пяти чувствам, которые являются свойствами ума.

## 6

Посредством чувствительных органов, квартирующих в пяти *кошах*, чувства демонстрируют уму множество объектов – физических, витальных, эмоциональных, ментальных и интеллект-

туальных. Отдельно от этих пяти чувств-восприятий имеются виды других внутренних чувств, которые также являются результатом ума, действуют посредством ума и понимаются умом – такие как чувства времени, пространства, “я” и “моё” и, например, художественное, этическое, религиозное и духовное чувства. Поскольку все эти чувства формируют мир, мы знаем и имеем один общий источник – ум, и мир, следовательно, не может быть иным, нежели этот ум.

## 7

Этот стих напоминает о Благословении и подтверждает предыдущий стих, который определяет сознание критерием существования, так же как и источником мира. Сознание “всегда сияет” как “безграничное Око”, упомянутое в четвертом стихе, вечный Познающий. Подразумевается, что появление мира происходит одновременно с его сознанием, а исчезновение – одновременно с удалением этого сознания. Ибо факт сознания мира есть факт его существования. Мы не можем подтвердить, что объект существует, не подтвердив сначала, что познаём его. Поэтому сознание есть единственная присутствующая Реальность.

## 8

“Все дороги ведут в Рим”, и всё искреннее почитание приходит из Сердца и ведёт к бесформенному Богу в Сердце. Считать, что подлинная сущность человека та же, что и Бога, – важный шаг к осознанию Его как Чистого Сознания и к процессу погружения в Него. Сколько миллионов невинных человеческих существ были бы избавлены от ужаса религиозных преследований, проводимых столетиями во имя Бога, и сколько войн было бы предупреждено, если бы эта истина была принята в качестве единой истины, лежащей в основе всех религий, в качестве основной всемирной веры!

## 9

Диады – это пары противоположностей: знание и неведение, свет и темнота, счастье и страдание, рождение и смерть и т. д. Триада – это тройственный принцип видимого, зрителя и зрения; объекта, субъекта и восприятия первого последним. Как все числа зависят, или происходят, от первого числа, так все

диады и триады базируются, поднимаются, из воспринимающего ума и имеют ту же природу, что и единый видящий. Тот, кто осознаёт мир как таковой, сохраняет постоянную безмятежность во всех условиях жизни.

## 10

Говорить о неведении означает допускать его противоположность – знание, и наоборот. Пока мы ничего не знаем о каком-либо объекте, мы остаёмся в неведении о его существовании. Получение “хорошего урока” предполагает наше предшествующее незнание его сути. Знание, таким образом, есть свет, который рассеивает темноту неведения. Но знание и неведение, относящиеся к внешним объектам, являются не более чем видами мысли. Они приходят и уходят, а потому несущественны для поиска Истины. Что важно, так это их познающий, кто есть неподвижный, неизменный, также именуемый первоисточником, поскольку он есть действенный, беспричинный, вечный мыслитель, который предшествует всем своим мыслям и переживает их – “основной Единый” (стих девятый).

## 11

Конечно, глупо узнавать обо всём в мире и оставаться не знающим своего собственного Я, А т м а н а . Знание тленного [разрушаемого] – вселенной и всего её содержимого – погибает с телом и не может переноситься в другое тело, за исключением, возможно, склонностей или способностей тоже к тленному, которое может и не иметь какого-либо духовного значения в будущей жизни. Лишь нетленное продолжается и даёт вечное удовлетворение, и это Нетленное лежит целиком внутри нас, кто есть источник и основание и знания и неведения – т. е. всех каких бы то ни было переживаний.

## 12

Здесь продолжается тема десятого и одиннадцатого стихов. Мы уже видели, что знание объектов есть знание тленного, кажущегося, несуществующего, нереального (см. Благословение). Знание Себя, Я, есть истинное знание, потому что оно полное, т. е. неизменное, недвойственное, всегда чистое [без мысли]. Эта чистота является не пустотой [из-за отсутствия в ней воспринимаемых объектов], а вечносияющей полнотой Сознания-Бытия [*Чум-Сам*].



## 13

Поэтому мир со всей своей множественностью форм, красок, запахов, вкусов и так далее по существу есть не что иное, как чистое сознание, подобно драгоценностям различной формы, которые суть не что иное, как золото. Воспринимать формы, цвета, запахи и тому подобное как отличные друг от друга есть неведение, но сознавать их единой субстанцией, из которой они сделаны, – чистым умом – есть истинное знание.

“Однако неведение не отделено от Я”, потому что все переживания в качестве мыслей приходят из истинного Я, А т м а н а , который является их свидетелем (стихи 6–7).

## 14

“Вы” и “он” есть мир; он держится и рушится вместе с “я”, или эго, которое его создает. Осознание собственного бытия есть осознание целого мира тем же лучезарным бытием – “Единым”. Тот, кто реализовал Себя, сознательно переживает это состояние бытия при бодрствовании, а все остальные переживают его во сне без сновидений. В глубоком сне [суиупти] “я”, подобно всему остальному, исчезает и человек остаётся в собственном исконном состоянии – в истинном Я, но обычно не сохраняет воспоминаний об этом состоянии при пробуждении.

## 15

Настоящее всегда *есть*, ибо даже прошлое было настоящим в своё время и точно так же будущее станет настоящим в его время. Поэтому, что бы ни случилось, всё происходит только в настоящем. Когда был рождён [библейский] Мафусаил, он был рождён в настоящем, а когда он умер через девять или десять столетий, то умер тоже в настоящем, несмотря на более позднюю дату. Подобным образом всё, что случилось с ним между этими двумя событиями, также происходило в настоящем. Поэтому настоящее есть, в действительности, единственно важное время. Более того, давайте не забывать тот факт, что время составлено из мгновений, которые являются столь короткими, что не оставляют места ни для прошлого, ни для будущего, но только для настоящего. Следующий стих покажет нам, что даже настоящее нереально, будучи одним из представлений нашего ума, чем являются прошлое и будущее – действиями нашей памяти.

## 16

Конечно, время и пространство являются не более чем нашими представлениями. Так как в нашем долгом жизненном путешествии мы проходим через множества переживаний, мы должны представить себе прошлое, настоящее и будущее, чтобы удобно расположить их в порядке появления в нашей памяти. Так как мы воспринимаем разнообразие, мы должны представить себе пространство, в котором дадим ему [этому разнообразию] пристанище, подобное экрану, где движутся кинокадры. Без экрана не может быть изображений. Экраном, на котором вселенная фактически показывается и движется, является поэтому наш собственный ум, из которого она исходит как мысли или внешние физические объекты, внутренние представления, ощущения, эмоции, включая чувства времени и пространства.

Те, кто принимает себя за тело, считают создателем и разрушителем всего *время*, и поэтому оно внушает им огромный страх — страх будущих бедствий, смерти, утраты удачи и положения или чего бы то ни было ещё. Многие из них советуются с астрологами, чтобы те прочли указы времени и предсказали события задолго до их появления. Это к ним относятся рождение, юность, старость и смерть; творение, сохранение и разрушение; прошлое, настоящее и будущее; здоровье и болезнь, благосостояние и напасти. Всё существует (для них) без тени сомнения: они становятся жертвой времени и его капризов. Другие, кто знает себя как чистый Дух, являются бестелесными, вне времени и пространства; и Бхагаван утверждает, что они поэтому свободны от галлюцинации (“Я-есть-тело” и её следствий). “Только мы есть; времени и пространства нет”.

## 17

*Джняни* (осознавший Себя) подобно любому другому человеку ссылается на тело как на “Я”. Но тогда как другие ограничивают их “Я” телом-из-плоти-и-крови, его высотой и шириной, *джняни* считает своё “Я” жизнью, которая наполняет собой тело так же, как и безграничное пространство вне его. Реализация есть прямое и несомненное доказательство этой истины.

## 18

Для невежественного [*аджняни*] пространство, занимаемое миром, является границей его реальности, но для *джняни* Реальность есть безграничный субстрат мира. Наука говорит нам, что пространство не материально, т. е. оно не образовано из

атомов и молекул, подобно заполняющим его объектам, что делает их видимыми для глаза. Восприятие пространства глазом – наихудшая из иллюзий, вызывающих страдание людей. Пространство – это ментальное понятие, т. е. оно – *проекция ума, предназначенная для того, чтобы сделать реальность мира правдоподобной*. Если пространство суть понятие, то такими же должны быть и объекты, занимающие его, несмотря на их атомы и молекулы. Все вселенные и галактики в Космосе выполнены из атомов и только из атомов. Но в конце концов, что такое атомы, как не неразрушимая неограниченная энергия? *Джняни* знает эту энергию как чистый разум, который есть он сам. Неограниченная Реальность есть, таким образом, неограниченная энергия, а также и неограниченное сознание – *Сат*, так же как и *Чит* – всемогущая, вездесущая и всезнающая, а также этот мир, творец мира и видящий его.

## 19

Судьба, или рок, есть *карма*. *Карма*, как и свободная воля, неразумна и может поэтому влиять только на неразумное в человеке, а именно – тело, но не на разумное существо, являющееся владыкой тела. Когда достигнуто осознание этого единства, *карма* и свободная воля лишаются подпорок и самопроизвольно стираются в пыль.

Знатоки Писаний не беспокоятся, влияет ли судьба или свободная воля на человека или на его тело, но они спорят о том, что из них доминирует над другим при своём действии. Наш собственный подход к этому вопросу прост. Мы свободно проявляем свою волю, и пусть *карма* сама позаботится о себе. Мудрец *Вашишта* убеждает *Раму* (в *Йога-Васиште*) предпринимать постоянные усилия в своей *садхане* при всех сложностях судьбы. Он сравнивает *карму* и свободную волю с двумя дерущимися баранами, из которых сильнейший всегда в конечном счете победит. Таким образом, энергичные усилия преодолеют судьбу.

Некоторые теоретики заходят так далеко, что считают, будто даже использование силы воли предопределено, т. е. судьба всегда доминирует, совсем не оставляя места свободе воли. Если они правы, тогда религия, этическое поведение, подчинение моральным законам, служение и гуманные действия являются впустую потраченным усилием и злодеяния будут на одном уровне с добродетельными поступками. Более того, тогда люди были бы не лучше, чем машины, которые производят то, что в них вложе-

но, или чем животные, которые не отвечают за свои действия и поэтому не подлежат наказанию или вознаграждению. К счастью, это не так: допущение наказания и награды, которое является фундаментальным условием в действии *кармы*, неминуемо ведёт к допущению свободы воли. *Карма* начинает действовать только после того, как воля уже проявлена *ad libitum* [по собственному усмотрению (лат.)]. Возникновение – это свободная воля, а не *карма*, которая преследует свободную волю, словно её тень.

## 20

Великие религии Запада полагают, что вопрос, отличен ли Бог от человека, является кощунственным. Превосходство Бога над человеком, доказывают они, так самоочевидно, что сам вопрос есть умаление всемогущества Бога. Бхагаван отвечает на этот вопрос отрицательно, потому что – в то время как западные теологи считают человека чистейшей пылью, портящимся телом – Бхагаван относится к человеку как к Духу или жизни внутри тела, которая является бесконечной и вечной.

Бхагаван утверждает, что те, кто не имеет переживания *А т м а н а*, но провозглашают, что видели Бога, видели только их собственное ментальное представление Бога, более или менее похожее на их собственный физический образ, имеющий форму, цвет, размер и т. п., которых Бог как чистый Дух просто не имеет.

## 21

Бог есть истинное *Я*, *А т м а н*, говорим мы, но “как увидеть собственное *Я*”, которое не имеет другого, чтобы воспринимать или отражать Его? Видение Себя есть знание Себя; истинное *Я*, будучи чистым знанием, Само – видящий и Само – видимое. Познающий и познаемое, таким образом, суть одно и то же. Поэтому видение Бога есть растворение в Боге или в *Я*.

Выражение “будучи единым” означает свободу человека от его *упадхи* (оболочек), которые есть всё что угодно, только не “единство” – с их *ношами*, органами, способностями и их разнообразными качествами, такими как форма, размер, цвет, запах и вкус. Следовательно, чтобы быть собой, т. е. быть “единым”, человек-эго должен сбросить все эти излишества, которые он ошибочно считал собой, и оставаться как сознание в Сердце. Это есть истинное видение, или истинное бытие Бога.

## 22

Здесь ум есть *джива*, которая, работая своим *манасом* (рас-судком нижнего уровня), воспринимает мир и остаётся всегда поглощённой мыслями о нём. Будучи разумным познающим, *джива* есть не что иное, как Сам Господь, но, поскольку она находится в постоянном контакте с миром, она не может иметь о Нём знания или, что то же самое, о самой себе. Чтобы иметь это знание, требуется только направить свое внимание вовнутрь, к Сердцу, где пребывает Господь. Это то же самое, что и отказ от оболочек, упомянутых в предыдущем комментарии.

## 23

Тело, будучи неодушевлённым, ничего не знает о “Я” и не-“Я”, однако “Я” продолжает существовать с телом или без него – в бодрствующем состоянии, или в глубоком сне, или в обмороке – как человек, который сам бодрствует, крепко спит и падает в обморок. Когда он пробуждается, весь мир просыпается, а когда он крепко спит, весь мир – в глубоком сне. Чтобы познать истинную природу этого неувядаемого “Я”, мы должны исследовать его источник.

## 24

Тело, не сознавая своего собственного существования, не говорит “Я”; и *А т м а н*, который суть чистый Дух, чистый Разум, никогда не рождающийся и так далее, также не говорит “Я”. Но почему-то разум, подчиняясь силе *авидьи* (неведения), принимает тело, отождествляет себя с ним и называет себя “Я”, связывая таким образом тело и душу в узел, который известен как узел неведения в сердце – буквально “одушевлённо-неодушевлённый узел”. Это особенно крепкий узел, вызывающий столетия рождений, но развязывающийся сам по себе, когда Само-реализация достигнута, а зависимость и неведение уничтожены навсегда.

“Сансара” означает вращение колеса рождения и смерти. В Индии жену многозначительно также называют *сансара*.

## 25

Эго – настоящий призрак. Призрак – это развоплощённый дух, принимающий неясные очертания, чтобы играть роль живого существа и мистифицировать людей. Эго есть также и бесформенный Дух – Сам *А т м а н*, но оно приобретает тело и, не зная, что оно – Дух, обманывает других так же, как и себя.

Эго начинает свою *сансарическую* карьеру, отождествляя себя с телом, чтобы наслаждаться приятностями мира. Оно пожинает плоды падения в бездонную *авидью* (невежество), утрачивая память о своей истинной природе и приобретая ложные представления о рождении, действии, еде и росте, накоплении богатства, женитьбе и рождении детей, о бытии больным, голодным, несчастным и, наконец, о смерти. Но когда время его освобождения близко, оно предпринимает исследования своей подлинной природы, теряет своё отождествление с телом, превосходит свои предыдущие иллюзии и снова становится свободным, полным блаженства самораскрытия и Самопознания [*джняна*].

## 26

В стихе 14 тоже говорится, что эго, или “я”, – это всё. Но здесь нас подводят к выводу, что истинная отдача, истинное подчинение, есть подчинение эго (которое есть вся сумма не-Я, “всего”). То же самое подчинение может быть достигнуто методом *вичары*, исследования, о котором говорилось раньше.

## 27

*Не-появление “я”* означает безэгоистность, естественное состояние бытия, или ТО. Чтобы удержать эго от поднятия, мы должны найти место его возникновения и уничтожить его там, прежде чем оно поднимется, так чтобы мы могли всегда сознательно пребывать как ТО, без эго, в Сердце, что мы бессознательно делаем в глубоком сне. Слово “место” здесь означает “Сердце”.

## 28

Основная тема четырех предыдущих стихов, и это необходимо отметить, – *вичара*, посредством которой должен проводиться поиск источника эго. Глубокое погружение – метафора, подразумевающая спасение эго из глубин неведения, в которые оно упало, не дилетантское, но весьма квалифицированное и непрестанное, иначе успех будет спорадическим (единичным) и даже сомнительным. Бхагаван имеет в виду, что эта жизнь *садхака* должна быть посвящена Реализации и ничему ещё, ибо кто знает, какие препятствия судьба воздвигнет против него, чтобы блокировать его движение к Высочайшему в будущих жизнях? Поэтому Он просит нас превратиться в ныряльщиков прямо сейчас, сдерживая речь и дыхание. Дыхательный контроль равнозначен ментальной тишине (приостановке мыслей), которая дол-

жна практиковаться рядом с само-исследованием для того, чтобы обучить ум быть одному, в состоянии *кайвалья* (“свобода-от-мыслей”). Тогда ум воспримет себя в своей естественной чистоте, в высшей степени драгоценном *А т м а н е*, «из которого возникает “я”».

## 29

Бхагаван не упускает возможности напомнить нам, что поиск “Кто я?” – не формула для механического наблюдения, подобного заклинанию, но интеллектуальное исследование природы “Я”, которое проводится до тех пор, пока его основа не будет полностью осознана и его источник достигнут. Весь процесс является диалектическим, включающим в себя проявление логических способностей, пока он не заканчивается в тишине Сердца, превосходящей все способности. Некоторая внушающая формула, такая как “Я есть ТО”, может использоваться на начальном этапе, но со временем она должна превратиться в непоколебимое убеждение, рядом с успокоением ума (как отмечено в предыдущем комментарии), которое постепенно растёт по глубине и длительности. Вот почему Путь *вичары* известен как Путь Знания [*джняна-марга*].

## 30

Что случается с “я”, которое нашло свой собственный источник и погибло? Смысл в том, что “Я”, не признававшее свою собственную реальность, теперь, посредством исследования “Кто я?”, лицом к лицу столкнулось с Ней и повернулось от представления бытия смертного тела (“я”) к осознанию бытия сияющего моря сознания (*Я*). Это и есть гибель ложного “я”, предоставляющая место истинному *Я*, которое вечно присутствует как “Я”, “Я”, “Я”, без начала и конца. Мы не должны забывать, что существует только единое “Я”, “Я”-без-второго, рассматриваем ли мы его как эго, “я”, полностью погружённое в удовольствия мира и в неведение, или как *А т м а н*, *Я*, субстрат и источник мира.

Слова «когда ум, обращённый вовнутрь, вопрошает: “Кто я?”...» ещё раз подтверждают, что поиск должен проводиться умом.

## 31

Цель всех человеческих усилий – сознательных или бессознательных – обретение счастья. Немудрый ищет его вовне: в благополучии, супружестве, высоком политическом или общественном

положении, известности, мирских достижениях и удовольствиях всех сортов. Мудрый знает, что счастье, приходящее от внешних причин, является иллюзорным из-за своей случайной природы и неспособности даже временно даровать удовлетворённость, свободную от забот, страха и нескончаемого беспокойства. Постоянное полнокровное счастье есть сама природа человека, а потому оно под рукой у каждого, кто его серьезно ищет. Для того, кто добился этого внутреннего блаженства, далее нет ни дел для совершения, ни цели для достижения. Все его устремления осуществлены, его единственной заботой остаётся тот океан блаженства, который выходит за пределы понимания обычного человека.

### 32

Основной смысл данного стиха в том, что, когда *Веды* говорят нам, что мы есть *ТО*, мы скорее должны решиться проводить исследование себя, чтобы пережить *истину этого* и пребывать как *ТО*, или *А т м а н*, нежели механически думать, что мы не тело, а *ТО*. Исследование и медитация в конечном счете поднимутся над мыслью о теле и достигнут состояния *тануманаши* (очищенного ума), посредством которого чистое сознание может быть непосредственно схвачено. Это – безмолвное Сердце Само.

### 33

Познать что-то – значит создать двойственность: познающий и познанное. Но в самопознании не может быть двойственности, познанное есть сам познающий, объект и субъект являются одной и той же подлинностью.

Всеобщим опытом является то, что “Я” не ограничено и едино: оно не делится на части и не пятнается качествами. Каким бы толстым или худым, старым или молодым, ученым или невежественным, богатым или бедным, здоровым или больным человек ни был, он сознаёт себя только как “Я”, лишённое любых атрибутов. Голое “Я”, “Я”, “Я” – это первичное познание каждого, предваряющее “мое” познание, тело, все его принадлежности и все его мысли. Это показывает, что истинное *Я* недвойственно, однородно, неделимо и может пребывать беспримесным Само по Себе, без волнующих Его мыслей, будучи Само не мыслью, а интуитивным опознанием Себя в качестве вечного познающего, точки опоры – точнее, сущности – всего, что человек знает. Очевидно, что, поскольку “Я” есть чистое неделимое



сознание, *джняни* переживает Его как одно и то же во всех [существах].

## 34

Тема предыдущего стиха продолжается. Осознание своего *Я* есть осознание истинной природы всего остального, ибо *Я* пребывает одиноким и однородным. Диспуты углубляют неведение и нередко ведут к желчности характера, гневу, ненависти, зависти среди участников дискуссии, не говоря уже о тщеславии и высокомерии, которые они создают в сердцах победителей. Таким образом, искатели Истины и постоянного Мира должны их остерегаться.

## 35

Иногда нам снится, что мы летим в воздухе или перепрыгиваем пропасть шириной в десятки метров, или останавливаем мчащийся автомобиль легким касанием руки, или делаем такие вещи, которые в бодрствующем состоянии показались бы удивительными, а при пробуждении от сна – нереальными. Человеку, освободившему себя от иллюзии, *сиддхи*, проявленные в бодрствующем состоянии, покажутся напоминающими чудеса во сне, полностью ложными. Величайшим из всех чудес и всех *сиддхи* является обнаружение Себя и вечное пребывание в Себе.

Раньше, бывало, юноши, помешанные на обретении *сиддх*, изредка приходили в Шри Раманашрам, собираясь использовать присутствие Бхагавана для развития успеха в своём поиске *сиддх*. Один или двое из них были достаточно благоразумны, чтобы выслушать совет почитателей и быстро покинуть ашрам. Но один, более настойчивый, чем другие, продолжал игнорировать все советы до тех пор, пока через две или три недели не пришлось звать его друзей, чтобы “йога” увели. Этим людям повезло спастись от ловушек *сиддх*. Многие другие имели свои *сиддхи*, повернутые к ним, словно бумеранги, неблагоприятно действующие на физическую конституцию и склад ума. От рождения *сиддхи* приходят к очень немногим, благодаря йогическим практикам, проведённым в *садханах* предыдущих жизней, и кармическим предопределениям. Эти люди чувствуют себя в безопасности и иногда полезны человечеству, если разумно ведут себя в *садхане* этой жизни. Вероятно, что они достигнут *мукти*, если удачны и имеют благоприятные, другими словами *саттвические*, склонности.

“То, которое всегда достигнуто” относится к А т м а н у , всегда присутствующему как истинная природа этого, сознаёт это это или нет (см. комментарий к стиху 30) – перед рождением тела, при его существовании и после его посмертного разложения.

## 36

Стих 32 отбивает охоту использовать (в *садхане*) мысль “Я – не это”. Однако данный стих утверждает, что даже такая негативная медитация полезна в той степени, что ведёт к позитивной медитации “Я есть ТО”. Но даже и эта медитация кажется для *джняни* излишней, т. к. ТО уже согласилось, что человек всегда есть ТО – “То, которое всегда достигнуто” (стих 35). Что мы не являемся телом, любой мыслящий человек может обнаружить для себя, даже без попыток Само-реализации. Ибо какой олух не найдёт различия между собой и, скажем, стулом или столом, который не движется, не думает, не говорит, подобно ему, но сделан из тех же элементов? В человеческом теле определённо должно быть нечто – больше и выше того, что есть в других объектах. Это нечто есть жизнь, или ум, или знание, или ТО, которое *садхаки* пытаются изолировать от тела и воспринять само по себе, в его исключительности [*кайвалья*]. ТО – это Само-реализация, или самопознание, которого мы жаждем.

## 37

Недвойственность всегда существует, смотреть ли с точки зрения мира или же осознавшего себя йогина. Осознание Себя не может превратить двойственность в недвойственность. Истина недвойственности вечно остаётся подлинной, как показано в стихе 1.

О *десятом человеке* говорится в притче, рассказывающей о путешествии десяти людей. Перейдя вброд реку, они решили пересчитать себя, чтобы убедиться, что никто из них не потерялся при переправе. Человек, пересчитавший девять своих спутников, забыл сосчитать себя, в результате чего они начали искать десятого – на самом деле всегда присутствующего как сам считающий. То же относится и к человеку, который всегда присутствует как вечная недвойственная реальность, но воображает себя всегда в двойственности благодаря своему восприятию множественности – “я” и “вы”, стула, двери, окна и миллиона других объектов. Но осознавший себя человек свободен от этого ложного воображения: он знает себя как *десятого человека*.

## 38

Кто делатель? Если это тело является исполнителем действий, то тогда мы должны приписать ему разум, разум, которым оно не обладает. Отождествление инструмента действия с деятелем – причина многих беспокойств. Проиллюстрируем этот пункт. Один человек имеет зуб на другого и планирует разделаться с ним. Тёмной ночью он подстерегает жертву, хватается за камень и убивает её. Кто убийца? Конечно, не камень, хотя именно камнем совершено злодеяние, не рука, державшая камень, не тело, частью которого рука является и которое неодушевлено, а потому так же невиновно, как и камень. Это ум, объятый ненавистью, запланировал и осуществил преступление, используя тело и камень в качестве инструментов. Поэтому ум есть эмпирический человек, или эго, которое должно пожирать плоды своих действий, совершённых посредством тела, до тех пор, пока считает себя делателем. Но это убеждение, подобно самому эго, не является постоянным: оно исчезает, как только проведено исследование о личности исполнителя действий.

Тройственная карма, обвивающая шею исполнителя действия, состоит из *санчиты* (накопленной кармы), *праарабдхи* (кармы, которая должна быть отработана в этом рождении) и *агами* (кармы, которая станет активной в будущих рождениях). Последний разряд кармы останется неисполненным для человека, достигшего Освобождения в нынешнем теле и не получившего другие рождения для отработки в них кармы.

Иногда задают вопросы, касающиеся *праарабдхи* просветлённого, почему она не исчезает с его достижением *джняны*, таким образом избавляя от страдания, могущего возникнуть в форме страшной болезни, которая, как известно, обременяла некоторых известных *джняни*. Ответ состоит в том, что *праарабдха джняни* предоставлена ему перед или до рождения, когда он ещё был обязан отрабатывать карму до своего достижения *джняны*. Что касается его страдания, то оно не так болезненно для него, как это кажется другим, поскольку значительно облегчено блаженством Реализации, которое безостановочно струится в его Сердце.

Некоторые представители Запада, ориентированные на Библию, думают, что страдание *джняни* вызвано тем, что он принимает на себя грехи своих учеников. Веданта отрицает передачу грехов и ответственности за них. Истинная справедливость

выражается законом *кармы*, который не допускает, чтобы кто-то страдал за преступления других, и менее всего Гуру, приходящий показать путь к Истине. Ничуть не наказываемый, он награждён служением, любовью и преданностью учеников. Таким образом, вера в Спасение посредством искупающего страдания Учителя абсолютно неприемлема на этом пути, где каждый награждается за решение задачи собственного освобождения благодаря тяжелому труду, самоочищению, почитанию Гуру, самоконтролю, духовным практикам и всеохватному чувству моральной ответственности. Во всей ведической литературе нет ни одной ссылки на передачу грехов, но всегда – на *карму*.

### 39

Этот стих очень похож на предшествующий, который считает чувство делания причиной *кармы*. Подобным образом чувство связанности или свободы определяет существование уз и освобождения. Таким образом, представления о себе ответственны за все действия судьбы: рождение, смерть, узы, неведение и т. д. Но ошибочные представления могут быть исправлены правильным знанием, которое можно обрести только исследованием природы человека, являющегося жертвой этих представлений. Тогда его истинное *Я* откроется Само и рассеет все представления, все чувства и все мысли, включая чувство и мысль о самой индивидуальности.

### 40

Все эти формы Освобождения, часть из которых, говорят, имеют место в развоплощённом состоянии, в некоторых сверхчувственных мирах – Вайкунтха и т. п., – являются гипотетическими. В лучшем случае они ободряют *садхаков*, которые к ним равнодушны. Сущность заключается в том, что истинное и абсолютное Освобождение происходит только из *джняны* (знания Абсолюта), которое одно может уничтожить невежество, в этом ли теле или в одном из последующих. Ибо нет ни планов, ни состояний сознания, где полное Освобождение возможно, иных, чем бодрствующее состояние, т. е. в теле, в котором чувствуются зависимость и неведение и предпринимаются попытки спасения. Менее всего подходит [для Освобождения] состояние после смерти, где нет тела, чтобы чувствовать ограничения и воздаяния *кармы*.

Поэтому тот, кто стремится достичь Высочайшего, должен усердно прилагать усилия, здесь и теперь, предпочтительно ме-

ходом *вичары*, который Бхагаван так милостиво предлагал и так часто повторял в этих стихах. Решительный *садхак* наверняка проверит эти истины на собственном опыте, если подвергнет их испытанию, полный уверенности в собственном “Я” и неизменной безмолвной поддержке Учителя, Кто есть не что иное, как та самая Реальность, которую он так серьезно ищет, и Кто беспрестанно пребывает в его собственном Сердце как Бытие, Сознание и Блаженство – *Сат-Чит-Ананда*.

## Свадебная гирлянда посланий Аруначале

*Следующий ниже комментарий основан, главным образом, на книге\* покойного профессора Мадрасского университета, известного философа адвайта-веданты Т. М. П. Махадэвана, почитателя Бхагавана\*\*.*

### Введение

Для Бхагавана Шри Раманы Аруначала была не просто горой. Это был символ абсолютного Духа. Бхагаван не видел расхождения между Своим переживанием Знания, *адвайтой*, и преданностью Аруначале. Фактически на этом высочайшем уровне нет противоположности между *джняной* и *бхакти*. То, что на языке религии или мистицизма называют “Бог”, есть то же самое, что и Абсолют *адвайты*.

В мистицизме свадьбы преданный [*бхакт*] считает себя невестой Бога. Он использует интимный язык любви для разговора со своим Господом. Все процессы, связанные с чувственной любовью, имеют место между душой *бхакта*, невестой, и Женихом, исключая похоть. Преданный томится, раболепствует, льстит, упрекает и ссорится с Возлюбленным. Здесь ухаживание, соединение, разлучение и воссоединение. В разновидности мистицизма, известной как мистицизм свадьбы, мистик открывается в любовной игре с Божеством. Кульминация этой *садханы*, однако, есть осознание недвойственности. Любовь никогда не удовлетворяется, пока длится дуалистическое сознание. Там, где двое, там нет истинной любви. Любовь – это единство; *ананда* есть *адвайта*.

---

\* См.[11, с. 1–100].

\*\* В настоящем издании оригинальные тексты обработаны составителем и даны выборочно.

А т м а н есть блаженство. В “Свадебной гирлянде посланий” Шри Рамана нас ясно учит этому. Уже в первом стихе Он говорит о переживании “Я есть Аруначала”. Когда любовь созревает и осознаёт себя, нет ничего, кроме Аруначалы. Аруначала есть всё; всё есть Аруначала. Это полное переживание, которое есть *адвайта*.

Название этой лирической поэмы, *Аруначала-акишара-мана-малай*, означает “Свадебная гирлянда посланий Аруначале”. *Мана Малай* – это свадебная гирлянда, символизирующая соединение невесты с женихом.

Поэма названа *Акишара малай*, потому что первые буквы всех стихов Гимна расположены в порядке тамильского алфавита. *Акишара-мана-малай* может также означать: “Гирлянда, служащая эмблемой тесного единения с неиссякаемым [*акишара*] Господом”. Эта фраза содержит также имя Бхагавана Шри Раманы – *акиша-рамана*. Важно, что Гимн содержит 108 стихов, так как это число – самое священное.

### Благословение

Оно посвящено Ганапати, удаляющему все препятствия, для того чтобы цель поэмы была достигнута: душа соединилась с Богом или, другими словами, чтобы осознать отсутствие различий *дживы* от *Брахмана*.

### Рефрен

Это *мантра*, или тема, этого величественного молебна. Она повторяется в конце каждого стиха. Даже те, кто не знает стихов, присоединяются к повторению этой *мантры* хором.

### 1

Душа, отождествляющая себя с эго, отделилась от Бога. Цель преданности – убрать это отдаление и узнать Бога как истинное *Я*. Окончательное осознание: “Я есть Аруначала”, “Я и небесный Отец – одно”. Здесь слово “Я” означает и подразумевает Бога, а не эго.

### 2

Отсутствие различий – цель *бхакти*. Так называемые *джива* и *Иивара* на самом деле – одно. В стихе дан пример кажущегося различия и сущностного единства: тамильское слово *алагу* и санскритское *сундара* означают одно и то же.

## 3

Дом *дживы* – это ум, который есть не что иное, как пучок мыслей и жилище волнения. Эфир Сердца, незапятнанного и чистого, – местопребывание Господа. Его спасающая Милость побуждает Его поднимать душу из трясины отчаяния и вести её в Свой дом, Сердце, – чертог блаженства.

## 4

Бог спасает душу, даруя ей Свою Милость, не ради Своей собственной цели; Ему нечего совершать и нечего достигать. Только ради души Он избавляет её от рабства. Освободив её, Он будет вечно защищать её. Но душа сомневается.

## 5

Душа преданного страстно жаждет доброго имени Господа. Ей невыносима мысль, что Он, самый сострадательный, будет обвинен в грубости и дезертирстве. Посмотрите на её собственное положение! Если бы она не была спасена совсем, то проблемы бы не было. Душа продолжала бы наслаждаться радостями мира, воображая, что они составляют счастье. Но Бог создал в ней вкус к Бесконечности, открыв ей Себя. И она узнала, что значит тосковать по Нему. Даже эта тоска – результат Его Милости. Если преданный принят Им, как он может оставить Его?

## 6

Душа, чувствуя себя покинутой, выражает свое недовольство в форме вопроса.

## 8

Для того чтобы пленить даже заурядный ум, Бог должен принять миловидную форму. Только тогда ум, возможно, оставит свои суетные поиски мимолетных удовольствий мира и ляжет спокойно, созерцая Красоту, т. е. Бога.

## 9

Душа взывает к Господу, чтобы Он соединился с ней и сделал её своей. Только Он, Жених, может уничтожить девственность души – эгоизм.

Эротическая образность является чисто символической и не должна восприниматься буквально.

## 24

В мистицизме свадьбы после Божественного объятия в преданной душе не остаётся индивидуальности. Эго преданного полностью уничтожается Милостью Бога.

## 25

Эго ещё должно быть уничтожено; Милость Бога ещё должна прийти. Душа-эго спрашивает Господа: “Почему Ты выбрал меня как цель для уничтожения?”

## 27

Солнце поглощает этот мир и вытесняет темноту. Темнота эго, скрытая в лотосе Сердца, исчезает, когда его лепестки открываются и принимают лучи солнца. Как и в первом стихе *Аруначала Панчаратнам*, Аруначала здесь отождествляется с солнцем, а Сердце – с лотосом.

## 28

Бог – собственник и едок пищи, человек – только пища. Бог – Личность, активный принцип. Человек становится Личностью, сознавая присутствие Бога как блаженства. Бог один существует как Радость, человек не имеет отдельной сущности.

## 29

В стихе 27 Аруначала – солнце, вызывающее расцвет лотоса Сердца. Здесь Аруначала – луна, раскрывающая водяную лилию и освобождающая источник блаженства внутри неё.

## 30

Пять оболочек скрывают истинную природу души. Отождествляя себя с ними, душа проходит через эмпирическую жизнь, полностью предав забвению свое чистое Я. Эти покровы должны быть удалены, а потому преданная душа молит Аруначалу раздеть её, дать одежду Его Милости.

## 31

В Божественном Присутствии блаженство бытия поднимается само собой, слова и мысли увядают.

## 32

Бог обладает *майей*, силой иллюзии. Преданная душа, обманутая *майей*, может быть спасена только Его Милостью. Долг Его прост и ясен. ОН должен спасти её, появившись перед ней как лучезарный Свет.



## 34

Душа любит Бога гораздо больше, чем всё в этом мире. Поэтому естественно, что она должна или соединиться со своим Господом, или погибнуть. Жить в постоянной печали для неё хуже, чем не жить.

## 35

*Прарабдха* – та часть деяний прошлого, которая ответственна за нынешнее рождение. Если Бог, чьё сострадание бесконечно, не приходит и не спасает, то винить остаётся только *прарабдху*. Но способна ли она противостоять Божественной Милости? Для Господа нет ничего невозможного. ОН не может оправдываться. Если Бог не спасёт душу, то кто спасёт её?

## 36

Ответ на вопрос, поставленный душой в предыдущем стихе, открывается ей в молчании, и в этом стихе она даёт выход своим чувствам.

Молчание, а не речь, – средство спасения. Высочайшая Реальность не достигается речью или мыслью. Подлинное учение о Реальности передаётся безмолвием. Наставление Тишиной было характерным для поучений Бхагавана. Тишина – это не просто молчание, но спокойствие в глубочайшем смысле этого слова, превосходящем любую двойственность. Это есть подлинное Молчание.

## 37

*Турия*, бодрствующий сон [*джаграт-сушупти*], – это высочайшая цель. Бхагаван учит в этом стихе, что осознание *турии* должно быть целью души.

## 38

Доблесть Аруначалы лежит в Его природе как самосветящегося солнца Знания. В Его присутствии не может быть темноты неведения. Когда Он поднимается в сердце, неведение, находящееся там, развеивается. Так же как нет в действительности восхода или захода солнца, а это только мы поворачиваемся или отворачиваемся от него, так нет движения для высочайшего Духа. Но когда мы осознаём, что Он есть Аруначала, неподвижная Гора Света, мы избавляемся от ослепляющей темноты заблуждения.

## 39

Как собака, потерявшая своего хозяина, будет непрерывно стараться выследить его по запаху, так и душа преданного не успокоится, пока не соединится со своим Господом. По запаху “я”, вопрошая: “Кто я?” и “Откуда я?”, она достигнет Цели – Источника, Сердца\*.

## 40

Хорошо любить Бога, но любовь без знания закончится лишь усталостью души. Поскольку именно темнота неведения связывает душу, только свет Знания удалит эти оковы. *Бхакти* ведёт к *джняне*. Когда Знание приходит и двойственность исчезает, когда Преданность созревает в Знание, человек видит Бога как своё истинное Я, любит и служит Богу везде и во всём.

## 41

Пчела должна ждать, пока бутон цветка раскроется. Другое дело – всемогущее солнце, которое может властно открыть бутон и заставить его расцвести. Аруначала, Солнце, способное открыть все сердца, притворяется жалкой, беспомощной пчелой, ожидая, чтобы мы, бестолковые, сами чуть-чуть открыли их.

## 42

Душа преданного восхваляет здесь Милость Господа, который дал ей возможность осознать Истину без какого-либо формального наставления. Она радуется тому, что Бог даровал ей видение Истины Своей обильной любовью.

## 43

Свет А т м а н а , истинного Я, сияет как “Я – Я”, “Я есмь Я”, внутри каждого живого существа. Эта истина невыразима, но сокровенно чувствуется как глубинная реальность.

## 44

Обнаружение Себя, Я – это угасание индивидуального “я” в процессе само-исследования. Этот стих дает саму суть Учения Бхагавана.

Необходимо повернуть ум вовнутрь, к источнику его собственного света, который есть А т м а н . Такова подлинная интроверсия. Когда она становится постоянной, Истина открывается.

---

\* См. также [1, с. 109].

Истина того, что “Я есмь”, т. е. Бог, есть единственная реальность, самосветящееся чистое Сознание, Сознание, Знание.

#### 45

Господь сейчас учит, что Он есть *Я*, пребывающее в сердце всех существ, и что само-исследование – способ достичь Его. Когда в результате внутреннего поиска неведение разрушено, душа обнаруживает Его как свое собственное сокровенное *Я*. Это возвращение того, что никогда в действительности не утрачивалось, – вечной Истины.

#### 47

Соединение с Богом невозможно, если нет чистоты ума, речи и тела. Душа молит Аруначалу, чтобы благодаря Его Милости она могла утратить себя в Нём.

#### 48

Когда преданная душа отдает себя Богу, Он отвечает уничтожением эго. Аруначала – разрушитель всего ограниченного.

#### 49

Здесь говорится о собственном переживании Бхагаваном Милости Аруначалы.

В ноябре 1895 года, незадолго перед шестнадцатилетием. Он услышал имя “Аруначала” от родственника, и оно совершенно очаровало Его. Аруначала был для Него всем. Он и Аруначала – одно и то же.

#### 50

Смелость подразумевает конфронтацию, двойственность. В *бхакти* смирение лучше смелости и имеет больше шансов на успех. Необходимо полагаться на силу Милости, а не на силу собственного эго.

Смелость восхваляется в *джняне*. Мужество Быть – это мужество быть Целым, живым членом живой вселенной, а не быть отдельным “я”, конфликтующим с этим миром.

#### 51

Прикосновение – один из способов, которым наставник посвящает своих учеников. Душа преданного просит Господа дать ей это посвящение. На языке мистицизма свадьбы оно называется “объятие”.

Душа так жаждет Бога, что уверена, будто погибнет, если Бог не отзовётся. К кому ей обратиться, если Он не придёт спасать её?

### 53

Бог не отвергнет душу, думая, что она некрасива, не наряжена и т. д. Это в миру поклонники будут искать украшения в невесте. Мать жениха может хотеть богатства, отец – благородного поведения, а жених – миловидности. Но все эти соображения не могут повлиять на Бога.

У Него нет родителей. Он – высочайший самосущий Господь. Если на преданной душе нет украшений, то кого винить? Это Бог должен украсить её украшением высочайшей пробы, т. е. Своей Милостью. Когда Милость окутывает душу, она становится несравненной красавицей, готовой быть принятой Господом. Раз душа становится объектом любви Бога, все её дефекты исчезнут.

### 55

Здесь можно увидеть связь между преданностью и Знанием. Эгоизм – продукт незнания – полностью уничтожается, когда восходит солнце мудрости, превращаясь в пепел в огне Знания. Но эго должно быть подготовлено к сожжению: его надо оросить дождём Милости. Именно преданность доводит до конца эту подготовительную задачу. Путь Знания становится лёгким для преданного, получившего Милость Бога.

### 56

Кульминация мистицизма свадьбы – осознание недвойственности. Когда Божественная любовь созревает, от чувства “Я – Ты” не остаётся и следа. Божественное объятие завершается уничтожением эго. Пока есть чувство различия, не может быть счастья.

### 59

Бог “обнажён” в том смысле, что Он не обусловлен, недвойствен, чист. Все обуславливающие наслоения вызваны *майей*; они нереальны. Когда покров *майи* убран, высочайшая Реальность остаётся открытой как чистое, необусловленное *Я*.

### 60

Душе стать преданной нелегко. Её естественные склонности – объекты чувств. Для спасения нужна Милость Бога. Поэтому душа говорит, обращаясь к Нему: “Я не любила Тебя.

Инициатива была не моя. Это Ты разжёг во мне божественную страсть, а потому не должен оставлять меня. Если мужчины обманывают, их можно понять, но как может обманывать Бог?" Бог играет с душой в прятки, чтобы сделать её стремление к Нему ещё более интенсивным.

#### 64

Милость – это нектар бессмертия, который только и может одолеть змеиный яд *майи*. Но ни одно лекарство не подействует, если назначено слишком поздно. Милость должна действовать своевременно, иначе человек может умереть в неведении. И кто знает, когда смерть придёт? Поэтому Милость должна быть дарована прямо сейчас. Каждое мгновение дорого.

#### 66

Безумие ради чувственных удовольствий именуется страстью. Безумие ради Бога – это преданность. Любовь к Богу должна заменить любовь к удовольствиям чувств. Но даже божественное безумие надо превзойти, чтобы завоевать недвойственность.. Окончательная Само-реализация – лекарство от этого Безумия. И это лекарство обретается Милостью Бога.

#### 67

Человеку требуется большое мужество, чтобы оставить соблазны удовольствий чувств и искать единения с Богом. Такой человек – настоящий герой [*дхира*]. Бог бесстрашен, ибо Он недвойствен. Страх может быть только там, где есть двойственность. Почему же тогда Он не решается принять душу? Она стремится к осознанию недвойственности и молит Господа, чтобы Он без промедления соединился с ней.

#### 70

Считается, что просто мысли об Аруначале достаточно для освобождения души от рабства *сансары*. Бхагаван Шри Рамана юношей услышал имя “Аруначала”, случайно произнесённое одним из родственников, был привлечён к Аруначале и оставался там 54 года, без желания куда-либо уйти.

Аруначала только ждёт предложения для спасения преданной души. Достаточно, чтобы она вспомнила Имя, и тогда Господь приходит и требует её. Тогда душа привлекается даже помимо её воли – от мирских привязанностей в бытие Господа. Таково трансцендентное величие Аруначалы! Оно неизмеримо и неописуемо!

## 73

Разум души на самом деле – не разум, а неведение, которое выдаёт себя за знание. Удалить его трудно, и только Милость Бога, действующая, словно магический порошок, может помочь сделать это. После этого душе открывается радость чистого Бытия-Сознания, которое есть Бог, *Я, А т м а н*.

## 74

Открытое Пространство – это безграничная недвойственная Реальность, *Брахман*. ЕГО символ – эфир Сердца. Здесь нет ни рождения, ни смерти, ни приходящих, ни уходящих, ибо все изменения принадлежат только индивидуальностям. Но *Брахман* – только один, без другого. Обретение этого *Брахмана* и есть Цель жизни.

Эта Цель завоёвывается в битве против представления о множественности и его причины – неведения, в битве, где победа достигается только с помощью Милости Бога. Душа молит показать ей эту битву – темноты неведения и Света Мудрости, где Успех на стороне Света благодаря божественной Милости, которая есть лишь иное имя для Мудрости.

## 78

Не зная своего бессилия, эго воображает себя всемогущим. Только после тяжелого переживания оно смиряется, съезживает-ся от страха и жаждет самосохранения. Осознав никчемность эго, преданная душа молит Бога о Милости, чтобы спастись от хитростей эго.

## 79

В не отмеченном на картах море *сансары* душа дрейфует без цели, или направления. Сосуд души не имеет рулевого, и она обречена на уничтожение. Душу спасёт от гибели Милость Бога.

## 81

Господь не может, словно обычный человек, выбирать между красотой и безобразностью, беспримесным и грязным. Долг Бога – не показывать душе её недостатки, а удалять их. Милость Бога может всё. Поэтому душа молит Бога поднять её и спасти.

## 82

Это язык мистицизма свадьбы. Душа жаждет соединения с Господом, которое осознаётся в Сердце. Сначала Сердце должно быть подготовлено, стать нежным и благоухающим. Тогда пусть душа просит Господа прийти и обнять её.

Когда неведение, главное препятствие, удалено, когда узел Сердца разрублен, великое Тожество осознано. Так звучит этот стих на языке *адвайты*.

### 85

Бритьё головы означает отречение от эго. Сердце, лишённое эго, становится подходящим местом для проявления Господа.

Пока эго длится, не может быть подлинного счастья. Лишь когда эго уничтожено, осознаётся недвойственное блаженство.

### 87

Сознательный контроль речи, несомненно, – **полезная практика**. Но не следует принимать молчание за просветление. **Истинная Тишина есть спокойствие ума**. Это *мауна* в её настоящем смысле.

### 89

Самый главный вор в сердце преданного – Господь. ОН приходит не видимый никем. ОН знает всё; и никто не может узнать Его. ОН приходит безмолвно, чтобы спасти душу и даровать ей радость божественного союза.

Преданная душа изумляется безграничному милосердию Господа, Его безграничной заботе о ней.

### 90

Аруначала – это возлюбленный. Всё поведение души продиктовано только её любовью. Если она и употребляла грубые слова, то лишь для того, чтобы заставить Его прийти. Не обращай внимания! Приходи и будем счастливы!

### 91

Душа приглашает Господа в дом своего Сердца – самое подходящее для неё место, чтобы насладиться с Ним блаженством недвойственности. Эфир (Пространство) Сердца – чистое Сознание. Здесь нет ни дня, ни ночи, ни сна, ни бодрствования, ни времени, ни пространства.

### 92

Быть поглощённым заживо – это *дживанмукти*, сознание человеком своей истинной природы в этой самой жизни.

## 94

Преданная душа пришла к Богу по Его призыву. И теперь Он несёт все её ноши\*.

## 95

Душа тоскует о соединении с Господом, высочайшим Я. Когда она входит в Сердечный центр со своим Господом, её эго полностью уничтожается. Утрачивая своё “я”, она находит своё Я. Теперь она живет всеобщей, вечной, бесконечной жизнью. *Джива* стала Шивой.

## 96

Последние мысли являются наиболее важными, ибо они определяют будущее души. Шри Кришна говорит в *Бхагавад-Гите* [VIII, 5 – 6]:

Кто о Мне лишь одним помышляет  
в смертный час, покидая тело,  
тот в Моё Бытие приходит;  
в этом, Партха, не ведай сомненья.

Ведь о ком человек помышляет  
в час кончины, с телом прощаясь,  
он к тому и приходит, Партха,  
побуждаемый силой мысли\*\*.

Чтобы избежать перерождения, человек должен думать о Боге в момент смерти. Для этого он, Божественной Милостью, должен практиковать размышление о Нём всю жизнь. Тогда он самопривольно и без усилий подумает о Боге в последний момент.

## 97

Дом души – эго, ложное “я”, связывающее душу. Милость Бога освобождает преданного от оков, придуманных эго. Душа входит в эфир Сердца, дом Бога, местообитание истинного Я.

## 98

В этом Гимне душа открыто говорит об играх Господа с ней. За это Он не должен обижаться на неё. Ведь ею движет уст-

\* См. также обещание Шри Кришны в *Бхагавад-Гите* [стих IX, 22] на с. 218 настоящего издания.

\*\* См. Семенов В. С. *Бхагавадгита* в традиции и в современной научной критике. М., 1985.

Всеволод Сергеевич Семенов (1941 – 1986) – выдающийся ученый-востоковед и замечательной души Человек. Мир ему!



ремлённость к Нему. В своей бесконечной Милости Господь должен простить душе всё это, прийти и спасти её.

### 99

*Веданта* означает конец, или цель, *Вед*. Она учит смыслу *Вед*, а этот смысл в том, что высочайшее *Я*, *Брахман*, недвойственно. *Брахман* только Один, без второго. Душа молит, чтобы эта полная истина открылась ей.

### 102

В тот самый момент, когда преданная душа думает об Аруначале, она становится жертвой Его Милости. Рыба, попавшая в сеть рыбака, теряет свободу. Но душа, пойманная в сеть Божественной Милости, обретает свою подлинную свободу. Преданная душа не хочет ускользнуть из Его сети.

### 103

Паук ставит сеть, чтобы питаться жертвой. Аруначала, высочайшее Божественное Руководство, разворачивает Сеть Милости, чтобы спасти душу. Поглощение Богом – это уничтожение. Когда это происходит, душа осознаёт свое тождество с Высочайшей Реальностью.

### 104

Нет разницы между Господом Аруначалой и Его именем, между Господом и Его преданным. Служение преданному есть служение Господу.

### 106

Полная внутреннего смирения, душа считает свои стихи убогими в сравнении с поэзией великих тамильских *бхактов* прошлого (Тирунянасамбандар, Аппар, Маниккавасагар и др.).

### 107

Любая попытка восхвалять Господа обречена на неудачу, ибо Он выше слов и мыслей. Но душа не может не восхвалять Его, хотя и не надеется найти соответствующие слова. Она готова ко всему, даже к отказу принять её послания. Жаловаться не будет. Полная само-отдача.

### 108

Молебн любви завершается этим стихом. Преданная душа молит об усилении Божественной любви в своём сердце и просит Господа принять её свадебную гирлянду Посланий.

## Сердце и мозг

*Нижеследующий текст взят из классического сборника бесед Бхагавана Шри Раманы Махарши [24, с. 376–377]. В данной беседе (№ 402) составитель “Бесед”, Мунагала С. Венкатарамая, описывает её содержание как свидетель, не используя прямой речи Учителя. Тем не менее всё сказанное (кроме первого предложения) – рассказ Самого Бхагавана.*

Говоря о мозге и Сердце\*, Шри Бхагаван вспомнил следующий давний инцидент.

Кавьякантха Ганапати Муни однажды доказывал, что мозг – самый важный центр, а Шри Бхагаван настаивал, что – Сердце. Этот спор наблюдали и другие. Через несколько дней Шри Бхагаван получил письмо, содержащее короткое английское стихотворение от одного юноши, Н. С. Аруначалама, который даже ещё не был студентом высшей школы.

Это стихотворение – замечательно по своей поэтической образности. Шри Бхагаван, Кавьякантха и все остальные представлены как Сердце, ум и тело соответственно или также как солнце, луна и земля. Свет солнца отражается луной, и земля освещается им. Подобным образом и мозг действует посредством сознания, полученного из Сердца, а тело при этом защищается. Это поучение Шри Бхагавана содержится и в *Шри Рамана Гите*\*\* . Сердце – самый важный центр, из которого жизненность и свет излучаются в мозг, давая ему возможность действовать. *Васаны* в их тончайшей форме заключены в Сердце, далее они истекают в мозг, который отражает их, сильно увеличивая, что соответствует стадиям демонстрации кинофильма. Вот почему говорят, что этот мир – не более чем кинопоказ.

Шри Бхагаван также добавил, что если бы *васаны* находились в голове, а не в Сердце, то они уничтожались бы при отрубании головы и тогда перевоплощения заканчивались бы. Но это не так. Следовательно, *васаны* пребывают в *А т м а н е*, т. е. в Сердце, а не в мозгу (который является просто сценой для игры *васан*, приходящих из театральной уборной – Сердца).

---

\* Здесь и далее имеется в виду Сердечный центр, расположенный двумя пальцами правее средней линии груди.

\*\* См. [4, с. 70].

## ГЛОССАРИЙ

Цель настоящего глоссария – разъяснить используемые в тексте слова и термины (главным образом, на санскрите) и указать их произношение.

В санскрите и тамильском языке нет системы ударения, как в русском языке, но имеется система долгих и кратких звуков. Все долгие гласные находятся под ударением, а краткие нет. Поэтому одни слова могут иметь несколько ударений, а другие вообще не содержать ударения. Точная транслитерация с санскрита невозможна без применения специальных фонетических символов. В связи с этим ниже приводится также и латинская транслитерация как наиболее распространённая. Она даётся в упрощённой форме, пусть не всегда совершенно точной, но достаточной для духовного практика. Показано чёткое различие долгих и коротких гласных звуков: долгие звуки помечаются сверху чёрточками.

Гласные а, і, у сходны с русскими “а”, “и”, “у”, если не учитывать различий по долготе-краткости. Произношение этих гласных приблизительно следующее:

а – как звук “а” в первых двух слогах слова “хорошо” и в последнем слоге слова “папа”;

ā – как звук “а” в первом слоге слова “папа”;

і – как “и” в первом слоге слова “институт”;

ī – как “и” в “близость”;

у – как “у” в “бутылка”;

ū – как “у” в “буря”.

Звуки е (сходный с русским “эй”) и о (сходный с русским “о”) – всегда долгие.

В латинской транслитерации сочетание “jṇa”, в какой бы части слова оно ни встретилось, есть попытка выразить звук специфический для санскрита. Индийские санскритологи допускают несколько вариантов его произношения, которые приближённо описываются как:

– носовое “ṅya” (с “ṅg”, как в английских словах *gunning*, *walking* и т. п.);

– твердое “gya” (соответствующее русскому “гья”);

– мягкое “nya”, как в слове “Ваня”.

Однако, поскольку в традиционном произношении таких слов, как *jñāna* и *grājñāna*, в русском языке звучит слог “джня”, эта традиция удерживается и в русской части настоящего глоссария.

При устном воспроизведении санскритского текста обычно допускается ряд фонетических условностей, приближающих произношение санскритских звуков к родному языку читающего. В нашем случае при произнесении санскритских слов часто отсутствующее в санскрите и обязательное для русского языка ударение проставляется в согласии с просодикой санскрита и акустическим впечатлением для русского уха. Эти условия не всегда совпадают с грамматически верными с позиций санскрита. В частности, при наличии нескольких долгих слогов ударение ставится на последнем из них, если этот слог не последний в слове (*sākshātkāram* – *сакшаткара*), а иначе – на предпоследнем (*dhāranā* – *дхарана*).

## А

*агами карма* – *āgami karma* – новая карма (см.), накопленная в нынешней жизни и переносимая для отработки в будущие перевоплощения.

*адвайта* – *advaita* – недвойственность, часто неправильно называемая “монизм”; также и философское учение неддуализма, *адвайта-веданта* (см.).

*адвайта-веданта* – *advaita vēdanta* – направление Веданты (см.), связанное с учением неддуализма.

*аджняна* – *ajñāna* – неведение, или незнание, противоположность *джняны* (см.).

*Ади Шанкарачарья* – *Adi Shankarācharya* – букв.: “первый наставник Шанкара”, ибо слово “Шанкарачарья” издавна употребляется как титул главы каждого религиозного ордена, основанного при жизни первым, Ади, Шанкарой (см.).

*Ананда* – *ānanda* – Блаженство.

*анартха* – *anartha* – зло, бедствие.

*Анма\** – *anma* – А т м а н (см.).

*Аннамалай\** – *Annamalai* – см. Аруначала.

*антармукха дришти* – *antarmukha drishti* – внутреннее видение, обращённость ума вовнутрь.

---

\* Тамильское слово.

*антахкарана* – antahkarana – внутренний орган, или ум.

*апана* – arāṇa – один из десяти жизненных токов (поддерживает пищеварение и выделение и направлен вниз).

*апра* – arṇa – за проявленной жизнью; лишённое жизни.

*Аруначала* – Arunachala – священная гора в Южной Индии, где Шри Рамана провел всю Свою взрослую жизнь (1896 – 1950); Бог Шива (см.), воплощённый в горе, выступающий как безмолвный Учитель на Пути Знания (см. *Арунаалешвара*; Дакшинамурти), Гуру (см.) Бхагавана Шри Раманы Махарши.

*Аруначалешвара* – Arunachaleshwara – букв.: “Господь Аруначала”; Аруначала (см.) как личный Бог, воплощение Шивы, или Абсолюта.

*асана* – āsana – поза в Йоге (см.).

*атма-вичара* – ātma vichāra – само-исследование, практика тщательного исследования, или внимания к чувству “я”, с целью узнать “Кто я?”.

*атма-дхьяна* – ātma dhyāna – медитация на А т м а н е .

*А т м а н*, или *атма* – ātman; ātma – чистое Я, выражаемое чувством “Я есмь”; Абсолют, высочайшее Бытие, конечная Реальность, *Брахман* (см.).

*Атманусандхана* – ātmanusandhāna – постоянное созерцание А т м а н а (см. *нидидхьясана*).

*ахам* – aham – принимает различные значения в зависимости от контекста: Я (истинное переживание А т м а н а ); “я” (иллюзорное чувство индивидуальности, вызванное неправильным отождествлением чувства “Я” с телом).

**АХАМ** – АНАМ – русское соответствие английскому АНАМ, аббревиатуре “The Association of Happiness for All Mankind” (“Ассоциация счастья для всего человечества”); некоммерческая духовно-образовательная организация с Центром в штате Северная Каролина, США.

*ахамкара* (или *аханкара*) – ahamkāra – букв.: «создающая “я”»; способность, обычно называемая “эго”, вызывающая отождествление истинного Я, А т м а н а , с иллюзорным “я”; чувство личности.

*ахам сварупа* – aham svarūpa – истинная природа человека.

*ахам спхурана* – aham sphurana – лучезарность, или пульсация, чувства “Я”, не привязанного к какому-либо объекту, переживаемая в Сердечном центре с правой стороны груди.

*аштанга-йога* – astānga-yōga – учение Йоги (см.), содержащее восемь ступеней.

## Б

Бхагаван – Bhagavān – обычно используемое имя для Бога (букв.: “Господь”). Титул того, кто, подобно Шри Рамане, признан осознавшим своё тождество с А т м а н о м – достигшим Само-реализации.

*бахирмукха дришти* – bahirmukha drishti – обращённость сознания (ума) вовне.

Брахма – Brahṁā – индуистский бог, творящий вселенную; одно из трёх главных божеств индуизма.

*Брахман* – Brahman – безличный Абсолют в индуизме.

*буддхи* – buddhi – интуиция, интеллект; один из четырех аспектов внутреннего органа (см. *антахкарана*).

*бхавана* – bhāvana – представление или отношение и особенно духовное – к Богу и *садхане* (см.); непрерывная медитация; устойчивая концентрация ума.

*бхакта* – bhakta – преданный; почитатель.

*бхакти* – bhakti – преданность и любовь.

Бхарата – форма обращения Шри Кришны к Арджуне в *Бхагавад-Гите*, означающая “сияющая душа”.

## В

Вайкунтха – Vaikuntha – небо Вишну (см.).

*вайрагья* – vairāgya – свобода от мирских желаний; бесстрастие.

Валлалар – Vallalar – один из почитаемых тамильских святых XIX в., чье полное имя было Валлалар Шри Рамалинга Свами.

*васаны* – vāsanās – скрытые склонности, или тенденции, присущие человеку, результат его действий в предыдущих воплощениях, которые управляют его действиями в этой жизни, пока не будут побеждены *танасом* (см.) или Милостью Гуру.

*Васудэва* – Vāsudēva – Господь Кришна как сын Васудэвы, Господь, чье проявление – весь этот мир; одна из 108 *Упанишад*, показывающая Путь Васудэвы.

*Веданта* – Vēdānta – философия, базирующаяся на текстах *Упанишад* (см.).

*Веды* – Vēda – священные книги индуизма: *Риг*, *Яджур*, *Сама* и *Атхарва*, открытые людям через Мудрецов (XX в.

- до н. э. – V в. до н. э.), являющиеся окончательным авторитетом для большинства индуистов.
- вивека* – *viveka* – различие (между Реальностью и нереальным).
- видехамукта* – *vidēhamukta* – существо, освобождённое после того, как оно оставило своё тело.
- видехамукти* – *vidēhamukti* – Само-реализация после оставления тела.
- виджняна* – *vijñāna* – особое знание; различие реального от нереального.
- виджняна-марга* – *vijñāna mārga* – Путь различающего знания.
- вийога* – *viyōga* – разделение.
- вина* – *veena* – струнный инструмент.
- вичара* – *vichāra* – само-исследование; см. *атма-вичара*.
- вишайя васаны* – *vishaya vāsanās* – предрасположение к наслаждениям чувств.
- Вишну – *Vishnu* – одно из трёх главных божеств индуизма, хранитель вселенной. Вишну периодически воплощается (обычно в человеческом теле) ради наказания злодеев и поддержки добра в мире.
- вьывахарика* – *vyavahārika* – феноменальное, или эмпирическое.
- вьяна* – *vyāna* – один из десяти жизненных токов, вызывающий циркуляцию крови и пронизывающий всё тело.

## Г

- Ганapati – *Ganapati* – старший сын Господа Шивы (см.), устранитель препятствий, имеющий голову слона при человеческом теле. Он же – Господь Ганеша.
- Гудакеша – *Gudākēsha* – эпитет Арджуны как победителя сна. Господь Кришна использует этот термин, обращаясь к Арджуне.
- гуны – *gunās* – три основополагающие качества, тенденции, или напряжения, лежащие в основе всего проявленного: *саттва*, *раджас* и *тамас*, соответственно характеризующиеся как белое, красное и чёрное.

## Д

- Дакшинамурти – *Dakshinamurti* – Шива (см.) в облике юноши, который, обращённый лицом на юг, наставляет учеников посредством Молчания; “Бесформенная Сила”. Оба значения связаны с Аруначалой (см.) и Шри Раманой.

*дахара видья* – dahara vidyā – созерцание Божества в пещере Сердца.

*джаганмайя* – jaganmāyā – тайна мира.

*джива* – jīva – индивидуальная душа (воплощается снова и снова до Освобождения), или эго.

*дживанмукта* – jīvanmukta – человек, достигший Освобождения ещё при жизни в теле, например Шри Рамана Махарши.

*дживанмукти* – jīvanmukti – Освобождение, достигнутое ещё при жизни в теле.

*джняна* – jñāna – знание трансцендентальности и бесформенности Абсолюта; знание Себя, А т м а н а .

*джняна-йогин* – jñāna yōgin – человек, осознавший Себя на Пути Знания; практик Пути Знания.

*джняна-марга* – jñāna marga – Путь Знания.

*джняни* – jñāni – букв.: “тот, кто знает”; человек, осознавший Себя, А т м а н а .

*дрик* – drik – субъект.

*дришья* – drisya – объект.

*дхарма* – dharma – добродетельные поступки; гармоничная жизнь; естественный долг человека; врождённые качества.

*дхьяна* – dhyāna – созерцание; седьмая ступень восьмеричной Йоги (см.).

*дэва* – dēva – бог или божественное существо.

*дэвата* – dēvata – божество.

*Дэви* – Dēvi – Божественная Мать или богиня.

## И

*Индра* – Indra – Господь *дэвов*.

*Иша* – Isa – высочайший Господь.

*Ишвара* – Ishvara – имя высочайшего личного Бога индуизма, обозначающее Его господство над мирами.

## Й

*Йога* – yōga – соединение или средство соединения человека с Богом, но обычно обозначает путь *раджа-йоги*, изложенный Мудрецом Патанджали в *Йога-сутрах*.



**К**

*кайвалья* – kaivalya – абсолютное Единство; окончательное Освобождение; одна из 108 *Упанишад*.

*Кайласа* – Kailāsa – священная гора в Гималаях, известная как обитель Господа Шивы.

*Кали-юга* – kali yuga – последний из четырех мировых периодов: *Крита*, *Трета*, *Двапара* и *Кали*; *Кали* (“тёмный век”), как полагают, начался в 3101 году до н.э. с битвы при Курукшетре, т. е. с началом наставлений Шри Кришны, записанных в *Бхагавад-Гите*.

*кама* – kāma – желание; физическая любовь.

*карма* – karma – имеютя три главных значения: 1) действие; 2) последствия действий; 3) судьба и три главные части: *санчита*, *прарабдха*, *агами* (см.).

*карма-марга* – karma mārga – Путь ритуала, религиозных обязанностей и действия.

*кевала кумбхака* – kēvala kumbhaka – внезапная задержка дыхания, будь то на вдохе или на выдохе, ведущая к успокоению ума.

*кшетра* – kshētra – священное место паломничества; в Йоге – город, или поле, тела.

*кшетраджня* – kshētrajña – сознательный принцип в поле тела; абсолютный свидетель, знающий три состояния личности: бодрствование, сон и сон без сновидений.

*кундалини* – kundalini – духовная сила, спящая в основании спины, в первой из *чакр* (см.).

**Л**

*лайя* – laya – букв.: “растворение”, но Шри Рамана использует этот термин для указания на трансоподобное состояние временного бездействия ума.

*лингам* – lingam – вертикальный каменный столб со сферическим концом, символ непроявленного Шивы.

**М**

*майя* – māya – иллюзия.

*манана* – manana – вторая стадия *садханы* (см.) на классическом пути Знания: глубокое размышление над Истиной.

С точки зрения Шри Бхагавана, это – Само-исследование, поиск А т м а н а (см. [4, с. 156]).

*манас* – manas – ум, рассудок, мышление; также используется для описания “внутреннего органа” (см. *антахкарана*) как совокупности *читты*, *буддхи*, *манаса* и *ахамкары*.

*мантрам* (*мантра*) – mantram (mantra) – космические звуковые формы *Вед*, используемые для почитания и молитвы; слоги для медитации на форме Господа; ритуальное повторение.

*марана* – marana – искусство навлекать смерть посредством сверхъестественных сил.

*матх* – math – место встреч и жилище *садху*.

*махавакья* – mahavakya – букв.: “великое высказывание”; четыре главных изречения, провозглашающих истину *Брахмана* (по одному из каждой *Веды*):

1) *Праджняна Брахма* “*Праджняна* (Сознание) есть *Брахман*”

2) *Ахам Брахмасми* “Я есть *Брахман*”;

3) *Тат Твам Аси* “Ты есть ТО”;

4) *Айям Атма Брахма* “Этот А т м а н есть *Брахман*”.

*Махарши* (*Маха риши*) – maharshi – великий *риши*, или Мудрец.

*махат* – mahat – интеллектуальный принцип как источник *ахамкары* (см.): из Абсолюта истекает Непроявленное, из него – *махат*, а из *махата* – *ахамкара*.

*Махатма* – mahātma – возвышенная душа; высокодуховная личность; Учитель в гармонии с Бесконечностью.

*Махешвара* – Mahēśvara – один из пяти аспектов Господа Шивы, скрывающий Истину от душ до тех пор, пока их *карма* полностью не отработана.

*мауна* – mōṇa – Молчание; невыразимость; Истина *Брахмана*, выражаемая знатоком *Брахмана* только его пребыванием в Безмолвии.

*митхья* – mithyā – ложь.

*мокша* – mōksha – Освобождение.

*мудра* – mudra – положение руки при поклонении или в танце.

*мукта* – mukta – Освобождённый.

*мукти* – mukti – Освобождение.

*мутт* – mutt – см. *матх*.

## Н

*нади* – nādi – 72 000 психических нервов тела, передающих жизненную силу. Из них *ида*, *пингала* и *сушумна* – три главных нерва. В состоянии *самадхи* (см.) все они слиты в одну *пара*, или *амрита*, *нади* (см. [4, с. 102]).

*наша* – nāsha – разрушение.

*нидидхьясана* – nididhyāsana – третья и последняя стадия на пути Знания перед Реализацией: твёрдое пребывание в Истине (с усилием), которое при Само-реализации переходит в прямое, без усилий, переживание А т м а н а .

*нираса* – nirāsa – бесстрастность.

*нирвикальпа самадхи* – nirvikalpa samādhi – высочайшее состояние концентрации, в котором душа утрачивает все чувства отличия от всеобщего Я, но временное, с возвращением к эго-сознанию.

*нисчала бхава* – nischala bhāva – неподвижность; твёрдость; вечность.

*ништа* – nishtha – пребывание в стойкой медитации.

*нияма* – niyama – религиозные обязанности, предписанные для второй из восьми ступеней Йоги (см.).

## О

*ОМ* – Om – глубинный символ Всеобщности, Целостности, символ А т м а н а (см.) и *Брахмана* (см.); источник всех звуков и сущность *Вед*. Этот священный Слог произносят в начале и конце процесса дарения, принесения жертвы, выполнения *тапасы* (см.); в начале и конце священных текстов (см. *ОМ Тат Сат*, *ОМ Шри Раманарпанамасту*, *пранава джапа*).

*ОМ Тат Сат* – Om Tat Sat – обозначение *Брахмана*.

*ОМ Шри Раманарпанамасту* – Om Sri Ramanāraṇamastu – букв.: “ОМ! Да будет это предложено Шри Рамане!”

## П

*падма* – padma – лотос; йогическая поза, в которой правая ступня располагается на левом бедре, а левая ступня – на правом.

*парампада* – paramapada – высочайшее состояние.

*парамитхика* – paramārthika – конечная, или абсолютная, реальность.

*Параматман* – paramatman – Высочайшее Я, истинное Я, А т м а н , *Брахман*.

*Парантана* – parantara – эпитет Арджуны: “Уничтожающий врагов”.

*парайяна* – paraṇānam – пение или монотонное распевание.

*Партха* – Partha – Арджуна как сын Притхи (Притхи – другое имя Кунти, его матери).

*праджняна гхана* – prajñāna ghaṇa – *Брахман*; Абсолют, незблемое Знание.

*праkriti* – prakṛiti – изначальная субстанция, из которой созданы все вещи; первичная природа.

*прамада* – pramada – отклонение от пребывания в Абсолюте.

*прана* – prāṇa – первая из десяти жизненных сил, обитающая в груди и поддерживающая дыхание и выдыхание.

*пранава джапа* – prāṇava japa – повторение священного звука *ОМ*, представляющего субстрат “звука творения”, поддерживающего вселенную.

*пранаяма* – prāṇāyāma – контроль дыхания: четвертая ступень Йоги.

*прарабдха карма* – prārabdha karma – та часть *кармы* (см.), которая определена прошлыми действиями, приносящими плоды в нынешней жизни.

*Прастхана трайя* – Prasthāna Traya – тройной канон Веданты: *Упанишады*, *Брахма-сутры* и *Бхагавад-Гита*.

*пратьяхара* – pratyahara – удаление чувств от объектов: пятая ступень лестницы Йоги.

*Пураны* – Purāṇas – букв.: “Сказание древних времен”; традиция насчитывает восемнадцать священных книг (III–VI вв. н. э.), в которых описывается космогония, первичное и вторичное творение, генеалогия царей и т. д.

*пуруша* – puruṣa – Дух, душа, жизненный принцип.

*пурушартха* – puruṣartha – человеческие цели; цели, достойные человеческого поиска: *дхарма*, *артха*, *кама* и *мокша*.

## Р

*Рагхава* – Raghava – эпитет Шри Рамы как принадлежащего к роду Рагху.

*раджа-йога* – rāja yōga – букв.: “царственная йога”; основная система йоги, сформулированная в учении Патанджали.

- раджас* – rajas – одно из трёх первичных качеств (см. *гуны*), описанное как красное, принцип активности.
- риши* – rishi – Мудрец ( см. также Махарши).
- Рудра* – Rudra – Господь Шива в одном из его пяти аспектов; Бог как Разрушитель.

## С

- савикальна самадхи* – savikalpa samādhi – состояние сознания, в котором различие между познающим, познанием и познаваемым ещё не утрачено. Шри Рамана использовал этот термин для обозначения уровня *самадхи* (см.), который поддерживается постоянным усилием.
- Садашива* – Sada Siva – высочайший Господь как вечная доброта.
- Садгуру* – sadguru – великий Учитель, истинный, или совершенный, Гуру.
- садхана* – sādhana – букв.: “эффективное средство достижения”; духовная практика, Путь, ведущий к Освобождению.
- садху* – sādhu – аскет или тот, кто отрёкся от мира в поисках Освобождения. Однако Шри Рамана часто использовал этот термин как титул человека, осознавшего Себя, А т м а н .
- сахаджа нирвикальна самадхи* – sahaja nirvikalpa samādhi – пребывание в первичном, чистом, естественном состоянии без усилий.
- сахасрадала* – sahasradala – тысячелепестковый лотос; средоточие Света, воспринимаемого, на пути Йоги, на макушке головы.
- сакиши* – sākshin – свидетель.
- самадхи* – samādhi – Шри Рамана употреблял этот термин, имея в виду состояние прямого переживания А т м а н а .
- самана* – samana – один из десяти жизненных токов, выполняющий функции пищеварения,
- санкальна* – sankalpa – воля, ментальная активность, мысль, склонности и привязанность.
- Санкхья* – sankhya – одна из ортодоксальных систем индийской философии, являющаяся теоретическим фундаментом *раджа-йоги*.
- санньяса* – sannyāsa – отречение от мира.
- санньясин* – sannyāsi – отрёкшийся от мира.
- сарватма бхава* – sarvātma bhāva – состояние восприятия А т м а н а во всём; пребывание в Единстве Бытия.

*Сат* – *sat* – существование; чистое Бытие.

*саттва* – *sattva* – склонность к чистоте; одна из трёх *гун* (см.).

*Сат-Чит-Ананда* – *satchidananda* – Бытие-Сознание-Блаженство.

*сварупа* – *swarūpa* – истинная форма, или природа; часто употребляется как синоним *А т м а н а*.

*сварупа ништа* – *swarūpa nishtā* – пребывание в своей истинной природе.

*сиддха* – *siddha* – человек, достигший сверхобычных сил; состояние Освобождения; человек, достигший Освобождения.

*сиддхи* – *siddhi* – осознание, достижение; сверхобычные силы.

*Сканда* – *Skanda* – имя Бога, младшего сына Шивы: “Тот, кто накопил силу чистотой”. Другое значение: “мощно атакующий в битве”. Он же – Господь Субраманья (“Тот, кто бодрствует в росте духовности устремлённых”).

*смрити* – *smṛiti* – канонические Писания индуизма, но менее авторитетные, нежели *Веды* (*ирути*).

## Т

*тамас* – *tamas* – темнота; неведение; одна из трёх *гун* (см.).

*Тан*\* – *tan* – собственное Я, истинная природа.

*танмайя ништа*\* – *tanmaya nishtā* – пребывание в *А т м а н е*, бытие Собою.

*тапас* – *tapas* – букв.: “жар”; обычно этот термин означает интенсивную медитацию, связанную с практикой самоотречения, контроля физического тела, ума и воздержания.

*Тат* – *tat* – ТО; *Брахман*.

*таттва джняна* – *tattva jñāna* – знание *Брахмана* или *А т м а н а*.

*Тат-твам-аси* – *tat-tvam-asi* – “Ты есть ТО”.

*турия* – *turiya* – четвёртое состояние; свидетель Сознания – всегда присутствующий и неизменный в отличие от изменчивых состояний бодрствования, сна и глубокого сна.

## У

*удана* – *udana* – один из десяти жизненных токов, обитающий в горле и поддерживающий глотание.

*упадеша* – *upadēsha* – духовное руководство, или наставление, даваемое Гуру.

---

\* Тамильское слово.

*Упанишады* – Upanishads – завершающие части *Вед* (см.), наиболее авторитетных священных Писаний индуизма. Источник всей философии Веданты.

## Х

*хома* – hōma – букв.: “жертвование огню”; предложение жертв через посредство огня.

*Хридаям* – hridayam – букв.: “это – центр”; Сердце; Сердечный центр, местообитание Сознания с правой стороны груди (не *чакра*), как установлено на опыте Бхагаваном Шри Раманой Махарши и разъяснено Им (см. [1, с. 98 – 108]).

## Ч

*чакра* – chakra – букв.: “колесо”; йогический центр силы и сознания в теле. Имеются семь основных *чакр*.

*Чандраяана* – chandrayana – искупительный месячный пост, начинающийся с полнолуния. Пища сначала ежедневно уменьшается на одну пригоршню в течение темной половины лунного месяца, а затем увеличивается подобным же образом в течение светлой половины.

*Чит* – chit – абсолютный Ум, или Сознание.

*читта* – chitta – психическая деятельность, направленная на объекты. Это аспект ума, в котором накапливаются впечатления. При Само-реализации видоизменения *читты* прекращаются окончательно.

## Ш

*шакти* – shakti – проявляющаяся энергия божественного аспекта, мифологически представленного женой Бога.

*Шанкара* – Shankara – великий религиозный реформатор и философ VIII в. [также называемый и Шанкарачарья, т. е. Учитель Шанкара (см. “Ади Шанкарачарья”)]. Первый популяризатор учения *адвайта-веданты*.

*Шива* – Shiva – одно из трёх главных божеств индуизма и воплощение Абсолюта; высочайший Господь. Шри Рамана также использовал это слово как синоним А т м а н а .

*Шивохам* – Sivōham – повторение *мантры* “Я – Шива”.

*шраддха* – sraddhā – искренность; вера; преданное приобретение теоретического знания Истины.

*шравана* – sravana – слушание Истины от Учителя.

Шри Раманашрам – Sri Ramanasramam – ашрам, выросший вокруг Шри Раманы (по-тамильски – Шри Раманасрамам).  
*шрути* – *sruti* – *Веды*, услышанные Мудрецами в трансцендентальном состоянии и переданные ученикам устно.

## Я

*яма* – *уата* – кодекс этических ограничений, первая ступень *раджа-йоги*: непричинение вреда, правдивость, нестяжание, целомудрие, отсутствие жадности.



## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Могилевер О. М. (составитель-переводчик), (1991), *Шри Рамана Махарши: Весть Истины и Прямой Путь к Себе*, Ленинград.
2. Могилевер О. М. (переводчик и составитель русского издания), (1994), *Будь тем, кто ты есть! Наставления Шри Раманы Махарши*, С.-Петербург, “Андреев и сыновья”.
3. Могилевер О. М. (составитель-переводчик), (1995), *Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь*, С.-Петербург, “Экополис и культура”.
4. Могилевер О. М. (переводчик и составитель русского издания), (1996), *Шри Рамана Гита*, С.-Петербург, “Экополис и культура”.
5. Bhagavan Sri Ramana Maharshi (1978), *Words of Grace*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.
6. Bhagavan Sri Ramana Maharshi (1986), *The Bridal Garland of Letters*, Tiruvannamalai, Kanvashrama Trust.
7. Cohen, S. S. (переводчик и комментатор), (1992), *Forty Verses on Reality*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.
8. Godman, D. (1981), “Pitfalls on the Path”, *The Mountain Path*, vol. 18, pp. 59 – 63.
9. Kunjuswami@Natesan, K. (составители), (1980), *Mani Mozhigalum Tanippakkalum* (Драгоценные слова и случайные стихи Махарши; текст на тамильском языке), Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.
10. Madhavananda, Swami (переводчик и комментатор), (1995), *Vivekachudamani*, Calcutta, Advaita Ashrama.
11. Mahadevan, T.M.P. (переводчик и комментатор), (1978), *Arunachala-Siva*, Chennai, Sankara Vihar.
12. Narasimhaswami, B.V. (переводчик и комментатор), (1983), *Upadesa Saram*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.
13. Natarajan, A.R. (переводчик и комментатор), (1990), *Teachings of Ramana Maharshi*, Chennai, Affiliated East-West Press Pvt. Ltd.
14. Om, Sri Sadhu (1981), “Ulladu Narpadu – Kalivenba”, *The Mountain Path*, vol. 18, pp. 217 – 220.
15. Om, Sri Sadhu@James, Michael (переводчики), (1985), “Sri Bhagavan's Introduction to *Vivekachudamani*”, *The Mountain Path*, vol. 22, pp. 252 – 258.

16. Om, Sri Sadhu@James, Michael (переводчики и комментаторы), (1986), *Upadesa Undiyar*, Tiruvannamalai, Sri Ramana Kshetra.
17. Osborne, A. (составитель и редактор), (1974), *The Collected Works of Ramana Maharshi*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.
18. Osborne, A. (составитель и редактор), (6th revised edition, 1996), *The Collected Works of Ramana Maharshi*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.
19. Sastri, D. M. (переводчик и комментатор), (1989), *Upadesa Saram*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.
20. Shankaranarayanan, S. (1983), *Bhagavan and Nayana*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.
21. Spenser, M. (1982), "Sri Bhagavan's Letter to Ganapati Muni", *The Mountain Path*, vol. 19, p. 96–99.
22. Sundaresa Iyer, T.K. (1980), *At the Feet of Bhagavan*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.
23. Swaminathan, K. (переводчик и комментатор), (1988), *Five Hymns to Arunachala and other Poems of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*, Tiruvannamalai, Kanvashrama Trust.
24. Venkataramiah, M. (составитель), (1989), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

---

Центр Самопознания "Аруначала" (Санкт-Петербург)  
совместно с Аруначала Ашрама (Нью-Йорк)  
и Шри Раманашрамом  
представляют  
документальный видеофильм:

**МУДРЕЦ АРУНАЧАЛЫ:  
Жизнь и Путь Шри Раманы Махарши**

Заказы на видеофильм и книгу  
"Беседы с Шри Раманой Махарши"  
(том I – Санкт-Петербург, 2002; том II – готовится к изданию)  
можно высылать по адресу:

**Россия, Санкт-Петербург, 194291, а/я 63, О. М. Могилевру**

или на официальный русский сайт в Интернете,  
посвященный Бхагавану Шри Рамане Махарши:

**<http://www.ramana.narod.ru/>,**

где находится и библиотека Рамана-литературы.

## УКАЗАТЕЛЬ

Цель настоящего Указателя\* – дать алфавитный перечень имён, идей и санскритских терминов, содержащихся в книге, и, главное, помочь читателю, стремящемуся понять глубину и вселенский смысл Наставлений великого Мудреца, Бхагавана Шри Раманы Махарши, достичь этой цели и непосредственно применить полученное в своей духовной практике.

### Наставления Шри Бхагавана

#### А

Абсолют, 65, 75, 226

    осознание ЕГО, 76

*абхьяса*, 371

*авидья*, 329 *см. также* Неведение

*агами карма*, 151, 271, 315

*адвайта*, 249, 303, 329, 330 *см. также* Недвойственность

*адхибхаутика*, 328

*адхидайвика*, 328

*адхьяत्मика*, 328

*айкья мукти*, 388

*акаша*, 260, 265

*Ананда*, 86, 170, 182, 368

*Аннамайя*, 157, 170, 189

*антар-мукха-дришти*, 57

*анубхава*, 382

*арудха*, 385

*Аруначала*, 196

    как гора, 89, 121, 155, 201

    как личный Бог, воплощение Шивы, или Абсолюта, 119, 152, 155, 159–169, 170–183, 198–199, 202

    как Океан Блаженства, 178

    как Сердце, 180

    как Сознание, 170–172

    как центр вселенной, 157

    Рамана, 183, 197

    сияет внутри Сердца, 175

*асамиакти*, 385

*аскетизм*, 380

---

\* Подготовить Указатель к набору помогли О. П. Новгородова и Н. О. Могилеввер.

*атма-видья*, 187–189

*атма-вичара*, 57, 58, 62

*атма вьявахара*, 374

*атма-дхьяна*, 59, 85

**А т м а н**, 193, 284, 286, 310, 312

блаженство Его, 81, 97, 266, 325, 341

вспоминание Его, 60, 86, 98

забывчивость Его, 86, 99, 117

знание Его, 77

как Бог Сам, 77, 99

как Бытие-Сознание-Блаженство, 113, 325

как Высочайший Дух, 73

как чистое Знание, 377

местопребывание Его в теле, 375

Милость Его, 200

мысли того, кто осознал Его, 226, 256, 257, 319–322, 385,

неведение Его, 71, 259, 264, 342, 344

переживание Его, 98, 278, 285

подлинное значение слова “Я”, 339

пребывание в Нём, 197, 245, 305, 308, 309, 368, 372, 379–380

свидетель души, 102

сияет в Сердце как *Брахман*, 65, 102, 330

сияет как “Я–Я” в Сердце, 74, 84, 109, 124, 188, 197, 214, 272, 285, 294, 310, 323–324

сияет Сам по Себе, 65, 73, 264, 285, 374, 378

сияние, превосходящее тьму и свет, 65

способ осознания Его, 75, 187–189, 223–226, 286, 293–295, 309–313, 318, 349

тождествен *Брахману* см. Тождество *Брахмана* и **А т м а н а** (*Я*)

*атма-нишита*, 60

*Атманусандхана*, 270

*Атма таттва*, 307

*атма праджня*, 385

*атма сварупа*, 57

*атма шакти*, 374

*Ахам*, 269

*ахамкара*, 93, 282, 339

*ахам спхурана*, 68, 155

как знак приближающегося осознания **А т м а н а**, 68, 123, 124

как чистый *саттвический* ум, 123

*аштанга джняна*, 85, 105

*асана*, 86, 113

*дхарана*, 86, 113

*дхьяна*, 113

*прамаяма*, 85, 113, 114

*пратьяхара*, 86, 113

*самадхи*, 113  
*яма-нияма*, 85, 113  
*аштанга йога*, 82–85 *см. также* Йога  
*асана*, 82, 106  
*дхарана*, 82, 83, 107  
*дхьяна*, 82, 107  
*пранаяма*, 82, 106, 114  
*пратьяхара*, 82, 84, 105, 106  
*самадхи*, 82, 83, 107, 108  
*яма-нияма*, 82, 105, 244

## Б

*бахир-мукха-дришти*, 57  
 бесстрашие, 380 *см. также* вайрагья  
 Блаженство, 187–189, 383, 385, 386 *см. также* Ананда  
 Бог, 78, 130, 131, 179–181  
   видение Его, 141  
   и Гуру – одно и то же, 60  
   и живые души по сути – одно, 134  
   как Предопределяющий, 195  
   не имеет намерения, 61  
   непоколебимость в служении Ему, 135  
   несёт все ноши, 60, 148  
   обнаружение Его, 141  
   повторение Его Имени, 131  
   познание Его при самопознании, 134  
   само-отдача Ему, 60  
   сияет как Я, 134  
 Брахма, 74, 112, 156–158, 237, 243, 250, 265–266, 311, 320  
*брахмavid*, 118, 385  
*брахмavidвара*, 118, 385  
*брахмavidварья*, 118, 385  
*брахмavidвариштха*, 118, 385  
*Брахма-лока*, 248  
*Брахман*, 61, 67, 76, 81, 147, 197, 233, 264, 313, 384 *см. также* Абсолют  
   Блаженство ЕГО, 218, 308–310, 319, 352  
   вечен, 234  
   знание ЕГО, 343  
   как Всеобщий Свидетель, 102  
   как Один-без-второго, 311  
   как природа Освобождения, 94  
   как Сердце, 95  
   переживание ЕГО, 307, 308  
   пребывание в НЁМ, 251, 305  
   природа ЕГО, 266, 295–296, 297–299, 312  
   проявляется в Сердце как А т м а н в форме “Я–Я”, 111, 146

- Пути осознания ЕГО, 116, 314, 315, 318, 349, 350, 384  
 сияет в Сердце как “Я–Я”, 84, 146, 312  
 созерцание ЕГО, 97  
 состояние ЕГО, 258, 325  
 Тождество с НИМ, см. Тождество  
 форма ЕГО, 311  
*брахмарандхра*, 83, 107  
*брахмачарья*, 372, 380, 381, 382  
*буддхи*, 93, 124, 217, 218, 257, 282, 331, 333, 347  
*бхакти*, 66, 87, 98, 132, 151, 182, 346  
*бхакти-марга*, 181  
*бхуты*, 96  
 Бытие, 75, 316, 373, 385, 390  
 Бытие-Сознание-Блаженство, 54, 62, 113, 135, 184, 202, 205, 255, 260,  
 262, 264, 265, 267, 292, 301, 305, 311–313, 317, 332, 334

## В

- Вайкунтха, 85, 108  
*вайрагья*, 59, 274, 279, 309–310, 380  
*васаны*, 54, 59, 97–99, 246, 306, 381  
     и ум, 99, 150  
     магия их, 300  
     разрушение их, 264, 299, 303, 331  
     сорта их, 63  
 Веданта, 87, 123, 158, 248, 272, 275, 279, 289, 311, 312, 324, 370, 388  
     конечная истина её, 272  
     смысл её, 340, 352  
     сущность Писаний её, 318  
     Тройной Канон её, 268–269  
*Вивекачудамани*, общая структура текста  
     Введение, 272  
     Благословение, 327–328  
     Заключение, 327  
     Обретение Учителя, 273–277  
     Переживание ученика, достигшего Освобождения, 319–322  
     Последнее слово Учителя, 322–327  
     Поучения Учителя, 277–318  
*Вивекачудамани*, поучения Учителя  
     восприятие “Я–Я” в Сердце, 293–313  
     необходимость самостоятельных усилий, 278–279  
     отвержение пяти оболочек, 287–293  
     последовательность результатов *садханы*, необходимая для Ус-  
     пеха, 314  
     поучение искателю, готовому к *нирвикальпа самадхи*, 314–317  
     различение между Я и не-Я, 279–285

*садхана*, ведущая к Освобождению, 279  
 суть поучений, 317–318  
*видехамукта*, 81, 117, 118, 232, 242  
*видехамукти*, 78, 81, 351  
*виджняна*, 68, 112, 383  
*викальпы*, 380  
*вичара*, 269, 372  
*вичарана*, 385  
*вишайя-васаны*, 59  
*вишва*, 387  
 Вишну, 129, 157, 197, 202, 237, 281  
 внутренний орган, 347, 348, 351, 353 *см. также антахкарана*  
 вселенная, 96, 131, 145, 157, 172, 178, 202, 286  
*вритти*, 97  
*вьявахарика*, 332, 343

## Г

Ганапати, 74, 111  
 глубокий сон, 58, 61, 67–68, 102, 141, 262, 376  
     когда остерегаться его, 84  
     нет “я”-мысли и телесного сознания в нём, 65, 91, 134, 147, 312, 333, 383  
     переживание блаженства при отсутствии объектов, 341  
     при бодрствовании, 204  
     успокоение ума в нём, 54, 58, 378  
 Господь, 171, 369–370, 374–375, 387 *см. также Бог*  
     Аруначала, 158, 169, 179–181, 199  
     Высочайший, 248  
     Ганеша, 228  
     *Ишвара*, 228  
     как А т м а н , 272  
     как Свет Знания, 370  
     Кришна, 87  
     Милость Его, 220  
     пребывает в Сердце каждого существа, 220  
     Присутствие Его, 61  
     познание Его, 141  
     Субраманья, 221, 237  
     Шива, 130, 221, 228, 245, 268, 272  
*гуны*, 122, 219, 283, 302, 308, 317  
 Гуру, 368  
     Дакшинамурти, 251–253  
     как Господь, 370  
     Милость Его, 60, 259, 274, 369  
 Гуха, 221, 222, 227

## Д

- Дакшинамурти, 177, 191, 204, 250–253  
*даршан*, 146, 157  
*дахара видья*, 76  
 действие,  
     не даёт Освобождения, 131, 273  
     незаинтересованное очищает ум, 131  
 делание и не-делание, 88, 99–100, 144, 150, 380–381  
*джаганмайя*, 172  
*Джагатгуру*, 272  
*джаграт-сушупти*, 383  
*джапа*, 112, 238, 371–372  
*джива*, 61, 109, 110, 116, 117, 122, 259, 262–263, 265, 267, 290, 329, 339, 347, 348, 376  
*дживанмукта*, 81, 117, 118, 232, 242, 271, 286  
*дживанмукти*, 78, 118  
*дживатма*, 263, 333  
*джняна*,  
     Знание, 59, 123, 217, 225, 269  
     *марга*, 85, 180  
     Путь Знания, 59, 66, 82, 115, 118, 132, 182, 217, 225, 229, 238, 372  
*джняни*, Мудрец, 196, 247, 249, 265, 294, 312  
     поведение его, 313–316, 323–326, 341, 351–354, 380–381  
*джняни*, практик Пути Знания,  
     поведение его, 63, 149, 181, 229, 234–236, 243–247, 382  
     самое большое несчастье для него, 303  
*дриг*, 100, 101, 229, 330  
*дришья*, 100, 229, 330  
 душа, 55, 61, 91, 101–102 *см. также джива*  
*дхарма*, 197, 299  
*дхьяна*, 66, 115, 238, 371–373, 378  
     факторы практики, 378, 379  
 дыхательный контроль, 86, 90, 104–105

## Е

- Единое, 139, 205, 219, 243–244  
 Бог, душа и мир как проявления ЕГО, 138  
 Высочайшее, блаженное, бесформенное, 231  
 как истинная природа человека, 140  
 как “Я–Я”, 134

## Ж

- жизненное дыхание,  
     *апана*, 282  
     *вьяни*, 278



прана, 278  
 самана, 278  
 удана, 278

## З

Знание,

- Абсолютное, 249
- для достижения Освобождения, 222–227
- как знание, свободное от знания и неведения, 135, 139
- как познание умом собственной формы Света, 133
- как прямое средство Освобождения, 259
- как Путь, 142, 221, 228–236, 238, 241, 370 *см.. также* ступени Знания
- как цель рождения, 164
- Огонь его, 196, 252, 267, 315, 326
- практика его, 259, 371–382 *см. также* ступени практики Знания
- состояние достижения его, 385
- знание и неведение, 139

## И

- Иллюстрация связи А т м а н а и
- трех тел и трех состояний (личности), 69, 103
- триады “познающий-познаваемое-познание”, 377
- Индра, 229, 237
- Исследование смысла понятий “то” и “ты”, 350
- Истина, 188, 226, 227, 237, 238, 254, 255, 360
  - конечная, 194
  - несомненность её, 248
  - серьезные искатели её, 228
  - требования к тем, кто устремлён к ней, 274–275
- Иша, 320
- Ишвара, 296, 320, 347

## Й

- Йога, 66, 86, 111, 132, 182, 238, 371
- её восьмеричный Путь, 82–85, 181 *см. также* аштанга-йога

## К

- кайвалья, 67
- Кайласа, 85
- Кама, 170
- карма (как действие), 116, 271, 313, 320, 331, 333, 381
  - не может быть Богом, 130
  - не разрушает неведение, 259
  - приносит плод, 130

*карма* (как судьба), 61, 103, 252, 271, 306, 308, 315, 384  
*карма марга*, 182  
*карта*, 329  
*кевала кумбхака*, 86, 87, 104, 105, 115  
*кевала нирвикальпа*, 383  
 “Кто я?”, само-исследование,  
     наилучшее средство самопознания, 54, 57, 98  
     как медитация, 84, 113  
     как метод обнаружения Я в Сердце, 270  
     как один из двух возможных Путей к Само-реализации, 90  
     как универсальное “лекарство” от всех проблем, 391  
     практика, 56, 59, 64–66, 109, 185–186  
     уникальность метода, 77  
*кундалини*, 76  
*кшетра*, 214  
*кшетраджня*, 214

## Л

Лакшми, королева, достигшая Освобождения, 193

## М

*майя*, 91, 165, 220, 248, 251–253, 279, 283–285, 296, 304, 306, 321, 322,  
     326, 327, 331, 333, 374, 388  
*майяшакти*, 388  
*манана*, см. ступени практики Знания  
*манас*, 93, 217, 282  
*мантры*, 58, 222, 223, 245  
     повторение их, 58, 131, 238  
*марана*, 235, 245  
*мауна*, 57, 373  
*махавакья*, 170, 263  
*махат*, 285  
*махат-таттва*, 69, 96, 103  
*Махатма*, 219, 237, 313, 323  
*Махешвара*, 74, 111  
*медитация*, 65, 74, 78, 81, 85, 93, 131, 373, 378, 379 см. также *дхьяна*  
     на А т м а н е , 59, 60, 62, 75, 77–79, 87, 88, 109–110, 111, 124,  
     224–225, 241, 242  
     на *Брахмане*, 76, 113, 308, 310, 322–323  
     на Истине как “Я есть Шива”, 75, 77, 109, 223  
     на *пранаве*, 107–108  
     на Пустоте, 230–231, 232, 239, 242  
     на Реальности, 115  
     центры (тела) подходящие для неё, 83, 107  
     “Я есть только чистое Сознание”, 113

- “Я-Он”, 84, 107, 109, 132,  
 методы духовной практики, упорядоченные по ценности, 130–135  
 Милость, 189, 205, 206  
 мир,  
   не существует, 230, 239  
   как *Брахман*, 296  
   как иллюзия, 55, 71, 96, 203, 295, 342  
   как сновидение, 63  
   природа его, 71–72, 342  
   способы отринуть его, 318  
 мирская роль,  
   как исполнять её, 150  
*мокша*, 87, 229, 230, 232, 238, 371, 388  
 Мудрец, *см. джняни*, Мудрецы  
 Мудрецы, 185  
   *даршан* их, 146  
   общение с ними, 146, 372  
 Мудрость, 185, 186, 192, 238, 240, 246, 272, 273, 313–314  
*мукта*, 233  
*мукти*, 198, 232, 233, 237, 243, 388  
*Муни*, 218, 265  
 Муруга, 205 *см. также* Субраманья  
 мысли, 55, 65,  
   наставления о них, 63, 79–80, 92, 98–99, 224, 310  
   как ум, 55  
   природа их возникновения, 56  
   способ успокоить их, 56

## Н

- нади*, 230, 238, 375  
 Нараяна, 203  
 наставление, 368–371  
 Неведение, 292, 329, 341  
   как убрать его, 346  
   природа его, 345–346  
 Недвойственность, 303 *см. также* *адвайта*  
   блаженство её, 326, 328  
   вечный экстракт её, 319  
   Истина её, 327  
   как высочайшая Истина, 312  
*нидидхьясана*, *см. ступени практики Знания*  
*нираламба*, 239  
*нираса*, 59  
*нирвана*, 223, 231  
*нирвикальпа самадхи*, 167, 270, 279, 306–309, 312, 332, 353

## О

оболочки, скрывающие А т м а н *см.* эго, пять оболочек его  
объекты,

в них нет блаженства, 341

как сознание, 344

отвержение их, 306, 307

отказ от их реальности, 305, 314

“опора”, “основа”, идеи, 342

Освобождение, *см. также мокша; см. также мукти*

блаженство его, 108, 269, 271, 328

как пребывание неделимым *Брахманом.*, 318

как развязывание узла в Сердце, 326

как само-исследование и самопознание, 62, 78, 91, 92, 117, 144

как Само-реализация, 78, 226–227

как творение *майи*, 327, 388–389

как уничтожение чувства эго, “Я” в теле, 65, 91, 92, 147

напряжённое желание его, 237, 272, 309–310

после смерти, 81, 118, 271, 353, 354

при жизни, 82, 118, 352, 354

ревностно стремящиеся к нему, 272, 327, 367

средства достижения его, 66, 130, 131, 222–226, 228–234, 236–244,  
247, 259, 273–274, 276–279, 313–314, 373

Осознание, 103, 313, 345 *см. также* Реализация; *см. также* Само-  
реализация.

## П

*надармабхавана*, 385

*пандит*, 237, 272, 289

*парабхакти*, 370

*Парама-пада*, 85, 108

*Парамартхика*, 333, 334

*Параматман*, 197, 263, 277, 333

Парвати, 221, 228, 247

Писания,

бесполезно вечно изучать их, 62

пища,

*саттвическая*, 59

познание,

объектов, 347–348

природа его, 347–348, 349, 350–351

“Познающий–Познаваемое”, таблица, 100

*праджня*, 387

*праджняна*, 69, 112

как Сердце, 123

*праджняна Брахма*, 123

*праджняна гхана*, 69  
*пракрита*, 71, 96, 97, 293, 307, 311, 321, 390  
*прамада*, 304  
*прана*, 115, 224, 231, 289  
*пранава*, 84  
*пранава джапа*, 83  
*пранаяма*, 57, 238  
*прапанчха*, 329  
*прарабдха карма*, 98, 99, 118, 151, 163, 178, 232, 242, 271, 299, 315, 316, 325, 352–354, 379, 384–386  
*пратибхасика*, 343  
 преданность, 87, 92–93, 115, 219, 370 *см. также* *бхакти*  
*пуджа*, 112, 238  
*Пуруша*, 255, 261, 388  
*пурушартха*, 271

## Р

*раджас*, 68, 97, 122, 270, 284, 290, 299, 353  
 проецирующая сила его, 287, 331, 333  
 различие (*вивека*), 302  
     между видящим и видимым, 71–72, 320–334, 333–334  
     между А т м а н о м и  
         оболочками эго, 54, 287–293  
         витальной оболочкой, 289  
         ментальной оболочкой, 289–291  
         оболочкой Блаженства, 293  
         оболочкой интеллекта, 291–292  
         оболочкой пищи, 287–288  
     субъекта от объекта, 305–306  
 различие Пути Знания и Пути Йоги, 86, 114, 115, 116  
 распознавание  
     эгоизма, души, А т м а н а и *Брахмана*, 101  
 Реализация, 96, 139, 155, 181–182, 225–226, 303–304, 318, 389–390 *см. также* Осознание; *см. также* Самореализация  
 Реальность, 57, 65, 80, 109, 112, 123, 133, 135, 140, 143, 229, 238, 316  
     как А т м а н , 97  
     как вечное Бытие, 215  
     как источник *ахам спахураны*, 123, 124  
     как сияние *Брахмана* в форме “Я”, 95, 134  
     как состояние свободное от эго, 74  
     как чистое Сознание, 123  
     неизменна, 237  
     пребывает в пещере Сердца, 75, 108  
     превосходит познающего и познаваемое, 101  
     поведение осознавшего Её, 226–227

погружение в НЕЁ, 226  
 познание ЕЁ, 75, 137  
 природа ЕЁ, 137–144  
 Рудра, 74, 111, 320

## С

*савикальна самадхи*, 332  
 Садашива, 74, 111, 320  
*Садгуру*, 272, 340  
     качества его, 276, 368  
     призыв к нему, 276  
*садхана*, 92, 213, 241, 379  
     ловушки на Пути, 391–399  
     необходимые результаты её, 314  
*садхак*, 304  
     правила поведения его, 379  
     продвинутый, 329, 330  
*садишишья*,  
     признаки его, 368  
*сакшин*, 347  
*самадхи*, 58, 109, 271, 317, 318, 332, 351, 376, 378  
     отличие от *дхьяны*, 378  
     переживание, 87, 312, 341  
     условия получения, 309  
 Само-исследование, 54, 56, 57, 59, 87, 133, 134, 147, 155, 301, 379 *см.*  
     *также* “Кто я?”  
     как наилучший Путь, 130, 155  
     как Само-внимание, 133  
     подготовка к нему, 103, 274–277  
     практика его, 133–134, 142, 143, 178, 371  
     результат его, 134–135, 143, 144, 269, 273  
 самоотдача, 90, 393, 399  
 Самореализация, 77, 78, 82, 85, 105, 226, 274, 284, 313, 368, 371, 374,  
     378, 388 *см. также* Осознание; *см. также* Реализация  
 Санака, 250, 251  
 Санананда, 250, 251  
 Санаткумара, 250, 251  
 Санатсуджата, 250, 251  
*санкальпы*, 380  
*санньяса*, 88, 379, 382  
     цель её, 99  
*санньясин*, 256  
*сансара*, 100, 174, 230, 237, 281, 351  
     борьба с отступлением в неё, 312  
     горестный океан её, 228, 276, 287  
     иллюзорное древо её, 92, 260, 340

- как узел (в Сердце), 141  
огонь её, 276  
освобождение от неё, 229, 266, 307  
причина её, 331  
узы её, 222, 232, 242, 277, 279, 294, 305, 307–308, 344  
утешение её, 318  
*сансарин*, 239, 347  
*санчита карма*, 151, 271, 315  
*Сат*, 86, 170, 182, 248, 368  
*саттва*, 96, 123, 124, 284, 290, 299, 353  
*саттвапатти*, 385  
*Сат-Чит-Ананда*, 62, 255, 331, 367, 369 *см. также* Бытие-Сознание-Блаженство  
*сахаджа нирвикальпа самадхи*, 383, 387  
*сахаджа самадхи*, 167, 330  
*сварупа ништа*, 304  
сверхобычные силы, 388  
Сердце,  
    вмещает всё, 75  
    есть не что иное, как А т м а н , 67, 375–376  
    как *Брахман*, 95  
    как Высочайший Дух, 73, 123  
    как источник переживания “Я–Я”, 65, 232  
    как источник сияния “Я”, 65  
    как источник “я”-мысли, 55–56, 157  
    как источник ума, 55–56, 70  
    лотос Его, 67, 75, 83, 94, 95, 147, 149, 196, 242, 248  
    местоположение Его в теле, 149, 375  
    природа Его, 375–376  
    разрушение узла Его, 271, 307, 313, 314, 326, 333, 373, 376  
    удержание ума в Нём, 86, 87  
*сиддха*, 203  
*сиддхи*, 143, 247  
смирение, 63, 151  
Сознание, 134, 177, 193, 197, 231–233, 237, 242, 246, 296, 321, 323, 385  
    отражение Его, 384  
    свет Его, 382  
Сознание-Блаженство, 135, 264  
Спасение, 62, 238  
    достижение его, 62  
ступени Знания, 385–386  
ступени практики Знания,  
    *манана*, 267, 269, 290, 350  
    *нидидхьясана*, 267, 269, 290, 350  
    *шравана*, 258, 267, 269, 290, 306, 350  
*стути*, 371

Субраманья, 201, 205  
судьба и свободная воля, 141, 194

## Т

*тайджаса*, 387  
*танматры*, 96  
*тануманаса*, 385  
*тамас*, 68, 97, 122, 270, 284, 286, 287, 290, 299, 301, 331  
*тапас*, 135, 173, 202, 229, 258, 259  
*Тат*, 347  
*таттвы*, 62, 67, 231, 240, 306  
Тишина, 189, 204, 373, 374–375  
ТО, 215, 217, 266, 329  
    как *Брахман*, 296  
    как Бытие, 134  
    как Истина, 145, 254, 255, 266  
    как истинная природа человека, 142  
    как Само-существующая Реальность, 145, 371  
    неограниченное, вечное, 232  
    сияет как *Я*, 143  
Тождество,  
    *Брахмана* и *А т м а н а* (Я), 263, 273, 294, 297, 300, 307, 310, 316,  
        317, 319, 329, 339, 342  
    *Брахмана* и *дживы*, 97, 296, 299–300, 326, 346–348, 349  
    *Ишвары* и личности, 297  
три состояния (личности), 69, 70, 74, 84, 102–103, 108, 151, 231, 233,  
    240, 243, 255, 283, 285–286, 293, 333, 343, 344, 353, 387  
*турия*, 84, 95, 108, 118, 150, 233, 243, 387  
*туриятита*, 75, 84, 95, 108, 150, 387  
*турьяга*, 385  
“Ты есть ТО”, великое изречение *Вед*, 141–142, 171, 254–255, 270,  
    296, 333, 349

## У

ум, 55, 57, 66–70, 73, 93–94, 96–97, 142, 330, 384  
    блуждание его, 61, 83, 97, 99, 240  
    как внутренний орган, 94  
    как ментальная оболочка, 289, 290  
    как эго, 72  
    как “я”-мысль, 66, 72, 93, 122, 133  
    контроль его, 58, 76, 114–115, 230–231, 237, 308  
    отпускание его, 56  
    погружение его в *А т м а н*, 65–66, 76, 84, 88, 217, 241, 380  
    практики концентрации его, 371–382  
    разрушение его, 92, 93, 105, 115, 132–133, 294



сдерживание его, 56–57, 62, 132, 309, 373  
 сдерживание его контролем дыхания, 57, 132, 133, 147, 372  
 склонности (впечатления) его, *см. васаны*  
 угасание его, 58, 372  
 удержание его в Сердце, 79, 115, 232, 242, 270  
 успокоение его, 55, 58, 63, 82, 97, 105, 132, 229  
 чистый *саттвический*, 59, 123, 377  
*упадхи*, 134, 260, 261, 263, 265, 291, 347  
*упадеша*, 270, 368  
*упасана*, 123, 346, 351  
 уровень подготовленности искателя и выбор Пути, 87, 115

## X

Хари, 204  
*хридаям*, 56, 95

## Ч

*чакры*, 77, 230, 238  
*Чандраяна*, 306  
 Четвёртое состояние, 74, 75, 84, 85, 232–233  
 четыре совершенства, 350  
     бесстрашие, 274, 340  
     необходимы для осознания Истины, 274  
     различение, 274, 340, 350  
     стремление к Освобождению, 340  
     шесть способностей к самоконтролю, 274, 275, 340  
*чидабхаса*, 376, 384  
*чинмудра*, 250  
*Чит*, 86, 170, 182, 231, 235, 368  
*чит-джада-грантхи*, 122, 141  
*читта*, 93, 282

## Ш

*Шайва-Сиддханта*, 370  
*шакти*, 55, 223, 230, 238, 240, 250, 283  
*Шанти*, 265  
 Шива, 116, 129, 130, 149, 158, 159, 170, 172, 200, 222, 223, 227, 236, 237, 247, 250, 311, 325, 329  
*шравана*, *см.* ступени практики Знания  
*шраддха*, 234  
*шрути*, 261, 263, 329, 386, 387

## Э

эго, 63, 65, 72–73, 141–142, 185, 194, 329, 371, 378  
     в форме “я”-мысли, 66, 122

грубое тело его, 279–281, 288  
 искоренение его, 88, 138, 144, 232, 291, 292, 300–302, 306  
 искоренение привязанности к его грубому телу, 280–281, 304–305  
 каузальное (причинное) тело его, 283–285, 331  
 природа его, 141–142, 331, 371  
 пять оболочек его, 62, 66, 93, 138, 185, 254, 261, 287–291, 293 *см.*  
*также упадки*  
 тонкое тело его, 282–283, 331  
 три состояния его *см.* три состояния (личности)  
 три тела его, 66, 69, 93, 102, 108, 122, 260, 261

## Я

“Я есмь”, *см. также* А т м а н ; *см. также* атма-сварупа  
 вспоминание Его, 60  
 как мир, “я” и Бог, 57  
 как истинная природа человека, 55, 62  
 как Счастье, 60–61  
 медитация на Нём, 59  
 осознание Его, 62  
 пребывание в Нём, 62  
 “Я есть *Брахман*”,  
 великое изречение *Вед*, 277, 278, 279  
 знание, 348  
 медитация, 76, 77, 112, 310, 322–323  
 “Я есть тело”, заблуждение, 92, 93, 98, 117, 118, 141, 194, 196, 241,  
 305–306, 315–316, 384  
 как росток древа *сансары*, 287  
 как семя всех горестей, 288  
 отказ от него, 147, 157  
 “Я”-проявление, 112, 113  
 “Я–Я”,  
 как бесконечное Сознание, 232  
 как суть А т м а н а , 293, 310  
 как суть слова “Я”, 134  
 как Шива, 232  
 непрерывное повторение как *мантры*, 56  
 непрерывное сознание в Сердце, 65  
 переживание при исследовании “Кто я?”, 86, 188  
*яма-нияма см. аштанга-джяня; см. аштанга-йога*  
 “я”-мысль, 56, 57  
 как корень самомнения, 92  
 как первая и главная мысль, 56, 57, 133  
 как последняя мысль перед Освобождением, 92  
 как форма неведения, 115

### Произведения Шри Бхагавана

- Атма Бодха*, перевод, 259  
*Атма Сакшаткара*, перевод, 221–222  
 Восемь строф Аруначале, гимн, 154  
 Дополнение к Сорока стихам, 136, 137, 375, 408,  
 Драгоценные слова и случайные стихи Махарши, сборник на тами-  
 ли, 122, 359  
*Дрик Дришья Вивека*, перевод, 329  
*Дэвиклоттара*, перевод, 221, 237  
 Кто я?,  
     вопросно-ответная редакция, 53  
     связная редакция, 53  
 Одиннадцать строф Аруначале, гимн, 154  
 Само-исследование,  
     вопросно-ответная редакция, 53, 64  
     связная редакция, 64  
 Свадебная гирлянда посланий Аруначале, гимн, 153  
 Сорок стихов о Реальности, 136, 137, 411

### Произведения о Шри Бхагаване и его наставлениях

- Беседы с Шри Раманой Махарши (Talks with Sri Ramana Maharshi),  
 359  
 Будь тем, кто ты есть!, 410  
 Гирлянда изречений Гуру (Guru Vachaka Kovai), 398  
 Евангелие Махарши (Maharshi's Gospel), 397  
 Письма из Шри Раманашрама (Letters from Sri Ramanasramam),  
 190–191  
 У Стоп Бхагавана (At the Feet of Bhagavan), 403  
*Шри Рамана Гита*, 122, 409

### Писания и другие духовные тексты

- Агамы*, 220, 368  
*Атхарва Веда*, 295  
*Бхагавад-Гита*, 87, 110, 115, 213  
*Брахма Гита*, 95  
*Веды*, 90, 95, 96, 114, 130, 142, 199, 224, 238, 248, 255, 263, 272, 278,  
 287, 297, 314, 318, 323, 341, 368, 387  
*Вивекачудамани*, 69, 114, 115, 124, 185, 272, 328  
*Йога-Васиштха*, 110, 122, 137  
*Йога-сутры*, 106, 181  
*Мандукья упанишада*, 398  
*Праджняна Брахма*, 112

*Пураны*, 320, 323  
*Раджа-йога*, 64  
*Рама Гита*, 81, 203  
*Рибху Гита*, 112  
*Сканда Пурана*, 156, 157  
*Упанишады*, 248, 283, 333, 360, 368  
    итог и сущность их, 327  
*Хамса Гита*, 203  
*Чхандогья упанишада*, 305  
*Экатма Панчакам*, 190  
*Яджур веда*, 304

### **Древние святые и Мудрецы**

Авваяр, 194  
Вамадэва, 352  
Васиштха, Риши, 74, 88, 148, 299  
Гаудапада, 162  
Джанака, 352  
Патанджали, 181  
Рама, 148  
Шанкара, см. Шанкарачарья  
Шанкарачарья, 69, 190, 249–251, 254, 256, 258, 259, 268, 269–270, 328, 329–330

### **Родители Шри Бхагавана**

Алагамма, мать, 184, 195, 196, 205  
Сундара, отец, 172, 205

### **Почитатели и ученики**

Айясвами, 153  
Амританатха Яти, 197  
Аруначала Айяр, 359  
Аруначала Мудальяр, 339  
Гамбирам Сешайя, 53, 64, 89  
Ишвара Свами, 205  
Кавьякантха Ганапати Муни, 122, 130, 154, 198, 205, 359  
Коган С. С., 137, 418  
Махадэван Т. М. П., 437  
Муруганар, 129, 130, 136, 137, 156, 159, 193  
Нагамма, Сури, 190  
Нарасимхасвами, 130  
Нараяна Рэдди, 152  
Натараджан А. Р., 130  
Осборн, Артур, 228  
Паланисвами, 153, 154

Сомасундара Свами, 193  
 Сундареша Айяр Т. К., 46, 201, 403  
 Чадвик А. У., 248  
 Шастри Д. М., 130  
 Шивапракашам Пиллай, 53  
 Шри Садху Ом, 130

### Другие люди

Арунагири, 339  
 Брахмасри Бхикшу Шастригал, 268, 271  
 Валлалар, 109  
 Вивекананда, 64  
 Гуру Намашивайя,  
 Гуха Намашивайя,  
 Мандана Мишра, 254  
 Махатма Началдас, 339  
 Прабхакара, 256  
 Семенцов В. С., 448

### Сравнения и притчи

докрасна раскалённое железо и ум, 67, 68, 93, 330  
 жертва тигра и заслуживший Милость Гуру, 60  
 змея в веревке, 55, 286, 288, 295, 307, 312, 326, 340–342  
 иголка и душа, 61  
 испытание раскалённым железом, 305  
 ловец жемчуга и устремлённый к Свободе, 60  
 ловля птицы и подчинение ума, 132  
 мир, душа, Бог и иллюзия серебра в перламутре, 57  
 мусор и философские категории, 62–63  
 о десятом человеке, 143  
 о женщине, искавшей драгоценное ожерелье, 264  
 отвлекающие мысли и враги в крепости, 60  
 отрубить корни дерева и уничтожить “я”-мысль, 66  
 палка для перемешивания погребального костра и “я”-мысль, 56,  
 78, 117  
 паук и ум, 55  
 поезд, везущий все грузы, и Сила Бога, 60  
 постоянно пребывающий в тени дерева и Мудрец, 61  
 птица на дереве и эго, 287  
 слой туч и оковы эго, 287  
 тигр и ум, 290  
 укрощение быка травой и Путь Знания, впрягание его в ярмо и  
 Путь Йоги, 87  
 фокусник и ум, 290  
 цепь и мантра, 58



## КРАТКИЙ ПУТЕВОДИТЕЛЬ ПО ШРИ РАМАНАШРАМУ

### Введение

Шри Рамана Махарши, возможно, уникален в наше время, являясь совершенным воплощением конечной истины Само-реализации. Мудрец Аруначалы говорил очень мало, а писал ещё меньше, предпочитая общаться в Тишине, такой глубокой, что она привлекала ревностных искателей со всех уголков мира.

В 16 лет, школьником, Он испытал спонтанное духовное пробуждение, которое было необратимым и полным. Оставив семью, Он отправился к Аруначале – своему Отцу, почитаемому с древних времен как Шива, проявленный в форме священной горы. Всю оставшуюся земную жизнь Он никогда не покидал Аруначалу.

Погружённый в блаженство, никому не известный юноша пребывал в различных храмах и святынях у подножия горы. После этого Он более 20 лет жил в пещерах на нижних склонах своей любимой Аруначалы. Небольшая группа последователей собралась вокруг Него, в том числе и Его мать. В 1922 году она оставляет тело и её хоронят у южного основания горы. Вскоре после этого Шри Рамана остаётся там жить и возникает Шри Раманашрам.

Бхагаван был доступен каждому 24 часа в сутки. Его чувство равенства было абсолютным. Мир и сияние Его Присутствия были прямым указателем к естественному состоянию в Сердце всех существ.

В 1950 году, незадолго перед тем как оставить тело, Махарши заметил: “Они говорят, что я ухожу, но куда я могу уйти? Я – здесь”. Отвечая истине, Его слова, Его живущее Присутствие продолжает и сегодня активно направлять зрелые души к Свободе.

Шри Раманашрам сегодня – цветущая гавань Мира. Духовные искатели со всего мира продолжают собираться у подножия Аруначалы, Горы Блаженства, чтобы впитывать её вневременную атмосферу, обращаться вовнутрь и переживать покой простого Бытия. Шри Раманашрам – духовный дом для серьёзного устремлённого, того, кто принял Освобождение своей Высочайшей Целью и ищет Милости и поддержки Учителя на своём пути. На таких практиков, желающих посетить Шри Раманашрам, и ориентирован весь нижеследующий материал.



### Садхана на Святой земле

В Ашраме нет духовного руководителя в человеческой форме. Присутствие Шри Раманы настолько мощно и всепроникающе, что было бы излишним иметь здесь какую-либо личность в качестве Гуру. Наставления по медитации даны в Его изречениях и написанном, а духовная поддержка и руководство приходят непосредственно от Него. Присутствие Махарши чувствуется везде, святыни Ашрама и сама его земля излучают магнетизм вечной Истины. Для паломников нет жёстких режимов ежедневного поведения, и обстановка даёт каждому свободу заниматься своей собственной духовной практикой.

### Святыни и достопримечательности

**Старый Холл** (*The Old Hall*): Бхагаван жил здесь и принимал посетителей более двадцати лет. Сегодня любовно поддерживается как место медитации, где почитатели сидят в ненарушаемой Тишине.

**Храм Самадхи Бхагавана и Храм Матери** (*Bhagavan's Samadhi Shrine; Mother's Shrine*): здесь ежедневно проводятся традиционные *пуджи*, это также место празднеств и многолюдных встреч почитателей по особым случаям. Утром и вечером мальчики-брахманы из школы *Вед* при Ашраме поют Гимны перед Самадхи Бхагавана. Прекрасная *садхана* – совершать *прадакшину* (благоговейно обходить по часовой стрелке) вокруг Самадхи Бхагавана и Святыни Матери (Её Самадхи).

**Место Нирваны** (*Nirvana Room*): здесь Махарши провёл Свои последние земные дни и достиг Маханирваны 14 апреля 1950 года.

**Аруначала**: непосредственно за территорией Ашрама Аруначала спокойно поднимает свою величественную главу. Каждый вечер почитатели сидят на валунах или в расщелинах скал и наблюдают великолепный закат.

**Скандашрам** (*Skandashramam*): пещера на восточном склоне Аруначалы, спрятанная в замечательной по красоте шапке деревьев. Здесь Бхагаван жил с 1916 по 1922 год. В пещере можно медитировать. Со смотровой площадки открывается прекрасный вид на город Тируваннамалай и Великий Храм Господа Аруначалешвары.

**Пещера Вирупакша** (*Virupaksha Cave*): возможно, лучшее из всех мест для медитации, вибрирующее священным слогом *ОМ*. Здесь Махарши жил с 1899 по 1916 год.

**Гирипрадакшина**: вневременной благоговейный обход вокруг Аруначалы, Горы без начала и конца. 13-километровая дорога



изобилует многочисленными святынями, храмами, водоёмами, тогда как всё новые и новые очертания Аруначалы постоянно открываются с правой стороны, стороны Сердца. Бхагаван всегда поощрял посетителей выполнять *гирипрадакину*, во время которой почитатель осознаёт Присутствие *Аруначалешвары* и Его Руководство.

**Великий Храм** (*The Big Temple*): величавый храм *Аруначалешвары*, кульминация золотого века строительства, самый большой храм Шивы в мире. Это – сердце Тируваннамала; его святыне пространства в течение столетий служили домом непрерывающейся линии святых. Бхагаван жил здесь несколько месяцев сразу после своего прибытия к Аруначалу в 1896 году.

**Библиотека (имени) Столетия Шри Раманы** (*Sri Ramana Centenary Library*): одна из наиболее богатых коллекций духовной литературы, содержащая более 25 тысяч томов на языках Индии и европейских. При жизни Бхагаван Сам переплетал книги и внимательно следил за ними.

**Магазин книг и сувениров** (*Book-Depot*): полный спектр Рамана-литературы – Его оригинальные произведения, биографии, комментарии и воспоминания. Также широкий выбор фотографий, сувениров, аудиокассет с Рамана-музыкой и видеофильмов: “Мудрец Аруначалы”; “Архивные фильмы 1935–1950 годов”, “Туру Рамана”, “Аруначала Гирипрадакшина”.

## Праздники

**Рамана Джаянти:** декабрь – январь. День рождения Махарши, отмечаемый большим сбором семьи Его преданных, утончёнными *пуджами*, праздничным угощением для всех, Рамана-музыкой, показом видеофильма – в знак преданности Бхагавану, как это и было при Его земной жизни.

**Махашиваратри:** февраль – март. Исключительно благоприятная для духовного усилия Великая Ночь Шивы, когда Он проявился перед спорящими Брахмой и Вишну как бесконечное сияние Света, напоминая им об окончательной Реальности, священный символ которой и есть Аруначала. Отмечается всеобщим бодрствованием, повторением *мантр*, обходом вокруг Горы и посещением Великого Храма.

**Шри Видья Хаван:** март. Почитание Божественной Матери огнём, длящееся весь день и завершаемое процессией вокруг святынь Ашрама.

**Арадхана Бхагавана:** апрель – май. Годовщина *Маханирваны* Шри Бхагавана; второй по важности день в Рамана-календаре, отмечаемый специальными *пуджами*, праздничным угощением преданных и *садху*.





**Прибытие Шри Бхагавана к Аруначале:** 1 сентября. Отмечается как большой праздник.

**Наваратри:** сентябрь – октябрь. Десятидневный фестиваль в честь Божественной матери. Последний день знаменует победу Света над Тьмой.

**Картикай Динам:** ноябрь – декабрь. Это, возможно, наиболее зрелищное и трогательное душу событие года. На вершине Аруначалы жрецы Великого Храма в 6 часов по местному времени зажигают Сигнальный Огонь – символ отбрасывания идеи “Я есть тело” и погружения ума в Сердце для осознания истинного Я как недвойственного Бытия и Света всего существующего. Незадолго перед этим мгновением все ашрамиты и паломники созерцают вершину Горы и поют Гимны Аруначале, собравшись около большого пламенеющего факела, символизирующего Свет А т м а н а. После ужина – *гирипрадакишна*, сопровождаемая руководящим Светом на Вершине.

### Климат

В основном сухой и жаркий. Удобна легкая одежда из хлопка.

Лучше всего посещать Шри Раманашрам зимой. Собственно “сезон” начинается в ноябре, когда завершаются муссонные ливни, и длится до начала – середины февраля. Утром и вечером – прохладно, днём – замечательнейшая погода.

Начиная с марта теплеет, апрель – май – самые жаркие месяцы, которые переносятся тяжело даже ашрамитами (температура “плюс сорок пять” – не редкость). После июня жара спадает. В октябре – ноябре идут сильные ливни, но погода ещё теплая. Зонт необходим.

### Дорога в Шри Раманашрам

Приземлившись в аэропорту Дели, надо взять багаж и обменять валюту на рупии уже в аэропорту. Далее нужно добраться до Ченная [Chennai] (ранее Мадрас). Из Дели туда идут два экспресса с вокзала, именуемого “Нью Дели”:

- Tamil Nadu Express (отправление около в 22.00);
- G.T. Express (отправление около 18.40).

В Ченнай (Мадрас) оба экспресса приходят рано: в 7–8 часов утра.

Билеты можно приобрести непосредственно в аэропорту или на вокзале (“Нью Дели”; на втором этаже, в бюро для иностранцев). Билет второго класса [Second Class Sleeper] стоит не дороже \$10.

Как добраться из аэропорта Дели до ж/д вокзала “Нью Дели”? Можно воспользоваться рейсовым автобусом (слева от выхода из аэропорта), заплатив 30 рупий, или взять моторишку



за 100 рупий. От автобуса ещё придётся добираться до касс по переходу над путями, а рикша доставит прямо к кассам.

Если из Дели не удастся уехать в тот же день, то ночь можно провести в одной из дешёвых гостиниц у вокзала, в районе базара (надо перейти площадь, улицу и свернуть направо).

Следующий этап – автобус до Тируваннамалай. Нужно добраться до расположенной неподалеку от вокзала автостанции, именуемой Broadway Bus Station, и сесть в автобус 122-го маршрута. Автобусы ходят каждые пятнадцать минут, но лучше ехать прямым (“Point to Point”), который ходит ежедневно. Билет стоит всего один доллар, а ехать нужно около пяти часов. Обычно с местами нет проблем. Приехав на автостанцию Тируваннамалай, следует взять моторикшу, просто сказав: “Раманашрам”.

### Жильё и питание

Шри Раманашрам предоставляет паломникам (в том числе семьям и группам) жильё со всеми удобствами. Зимой есть горячая вода для принятия ванны.

Число паломников обычно велико, особенно в “сезон” (ноябрь – февраль), а потому доступность жилья в Ашраме ограничена (если в Ашраме свободных мест не окажется, то можно снимать комнаты у местных жителей или в гостиницах, в том числе и неподалёку от Ашрама, за сравнительно небольшую плату).

Паломники, собирающиеся посетить Ашрам, должны предварительно написать письмо (удобнее всего по e-mail) на имя президента Ашрама, оговорив количество прибывающих, дату приезда и ожидаемую длительность пребывания. Только после ответного письма и согласования приём можно считать обеспеченным. **В декабре-январе Ашрам переполнен.** Нужно быть готовым к предложению **прибыть в другое время.**

*Адрес следующий:*

Sri V.S. Ramanan, President  
Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai, 606 603  
Tamil Nadu, INDIA

*Телефоны:* (91)(4175) 237292; 237200 (телефоны)  
237491 (факс)

*E-mail:* [ashram@ramana-maharshi.org](mailto:ashram@ramana-maharshi.org)

Питание в Ашраме четырехразовое (завтрак, лэнч, полдник, ужин), южноиндийская вегетарианская диета. Питьевая вода бесплатная, отличного качества, фильтрованная.

Установленной цены за проживание нет. Каждый вносит добровольные пожертвования по мере возможности.



*О. Могилевер*

## ЖИВАЯ ВОДА: впечатления о Шри Раманашраме

### I

Есть в сказках наших та вода живая,  
что оживляет мёртвых:

Окропи –  
срастаются разрубленные члены,  
Дыханье просыпается и вновь  
жив молодец и пышет жизни цветом...  
Вода живая побеждает смерть!

Шри Раманашрам той воды источник:  
Здесь человек незнание растворяет  
в потоке Тишины.

Она нисходит  
у Аруначалы особенно и сильно,  
Поскольку Шива здесь Себя явил.

*Гирипрадакишна!* Чудесное движение:  
Ты забываешь, кто ты и откуда,  
Когда отдашься Силе безоглядно,  
Когда Его лишь в Сердце созерцаешь.

Самадхи Раманы и Холл Его волшебный...  
Здесь бьют ключи Безмолвных Наставлений,  
Ум устремляется к Источнику невольно,  
Вопрос “Кто я?” звучит как меч для мысли.

И *садхак* шестым чувством ощущает  
Себя свидетелем всех действий и попыток,  
В себе самом он открывает Вечность –  
Неиссякаемый родник Воды Живой.

### II

*Приветствую тебя, пустынный уголок...*  
*А. С. Пушкин*

Приветствую тебя, о Ашрам Бытия,  
“Приют Спокойствия, Трудов и Вдохновенья”!  
Чей льётся Свет – всерадостное Я,  
Не знающий ни горя, ни волненья?



Кто этот тонкий Свет? И кто же пьёт Его?  
 Восторженный Нектар незримого Блаженства.  
 Ответа нет и нет. Здесь все за Одного,  
 Один за всех царит здесь *Брахман* – Совершенство.

Кто *пуджу* делает, чаруя и звеня?  
 Кому она – Призыв и Поклоненье?  
 И кто *прасад* вкушает, трепеща,  
 Как знак Любви в немом благоговеньи?

Ответа нет и нет. *Пуджари* это *Я* –  
 Сияющий поток тепла и фимиама,  
 Бог – это тоже *Я*, и *бхакта* – снова *Я*.  
 Я светится как *Я*, и нет иного Храма.

Какая практика откроет здесь Тебя?  
 Кто будет *садхак* тут, в струе восторга вечной?  
 Кто Гуру? Тишина... Всё – только “Я есмь Я”,  
*Сат-Чит-Ананды* воздух бесконечный.

Приветствую Себя: О Ашрам Бытия,  
 “Приют Спокойствия, Трудов и Вдохновенья”...  
 Повсюду только Ты, как песня “Я есмь Я”.  
 И нет в ней больше слов, коль в Сердце нет сомненья.

### III

Учительская Милость – Молоко,  
 И как ребёнок ищет грудь у мамы,  
 Не сознавая, в голоде упрямом,  
 Так *садхак* жаждет Мира Твоего.

Ты – океан Блаженства, Свет всего!  
 Из мудрецов добросердечный самый!  
 Шри Рамана! Молчанье... Неустанен  
 Зов Тишины – извечный клич Его.

Покой ума кто пережил однажды,  
 Уже другой – он ловит проблеск каждый  
 Той Легкости, Свободы, Бытия...

Твоим Ответом, Гуру, дай умыться –  
 Живой Водой, чтобы всегда стремиться  
 К осуществленью *А т м а н а*, Себя.



## ИЗДАНИЯ ШРИ РАМАНАШРАМА НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ

### Вышли из печати:

1. *Шри Рамана Махарши: Весть Истины и Прямой Путь к Себе*, Л., 1991
2. *Будь тем, кто ты есть! (Наставления Шри Раманы Махарши)*, СПб., 1994
3. *Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь*, СПб., 1995
4. *Шри Рамана Гита (Песнь Шри Раманы)*, СПб., 1996
5. *Шри Рамана Махарши: Собрание произведений*, СПб., 1999
6. *Беседы с Шри Раманой Махарши (Как быть Собой – чистым Счастьем)*, т. 1, СПб., 2002
7. *Будь тем, кто ты есть! (Наставления Шри Раманы Махарши)*, М., 2002

Книги [1–5] (за исключением, возможно, книги [2]) имеются в главной библиотеке каждого региона России (республиканской, национальной, краевой, областной, окружной). Книги [1] и [4] есть в центральных массовых библиотеках всех административных районов Москвы и Санкт-Петербурга. Книга [1] имеется в центральной массовой библиотеке практически каждого города России.

Книги [1, 3–7] есть в национальных библиотеках Беларуси, Украины, Грузии, Армении и Казахстана.

Книги [1–5] представлены в библиотеке Еврейского университета (Израиль, Иерусалим). Книги [1] и [3–5] есть в национальной библиотеке Сербии (Белград), книги [1–3] и [5] – в национальной библиотеке Израиля (Иерусалим), книга [5] имеется в национальной библиотеке Индии (Калькутта).

Официальный русский сайт (в Интернете),  
посвященный Бхагавану Шри Рамане Махарши:

<http://www.ramana.narod.ru/>

и его Библиотека:

<http://www.ramana-books.narod.ru/>



***Шри Раманарпанамасту***  
**Да будет это предложено Шри Рамане!**  
***Sri Ramanārapnamastu***

# **ШРИ РАМАНА МАХАРШИ: Собрание произведений**

*переводчик и составитель русского издания  
Олег Маркович Могилевер*

*Издание второе,  
исправленное и дополненное*

Редактор *О. М. Могилевер*  
Компьютерная верстка *М. Г. Столяровой*  
Корректоры *И. М. Пьянкова, О. М. Могилевер*  
Выпускающий *К. Г. Кравчук*

**ISBN 5-901518-16-0**



Издательская лицензия ИД № 03147 от 30.10.2000 г.  
Подписано в печать 23.08.03. Формат 60х90 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Печать офсетная.  
Бумага офсетная № 1. Гарнитура “Литературная”.  
Усл. печ. л. 31. Тираж 3000 экз. Заказ № 0309250.

Отпечатано в полном соответствии  
с качеством предоставленных диапозитивов  
в ОАО “Ярославский полиграфкомбинат”  
150049, Ярославль, ул. Свободы, 97

