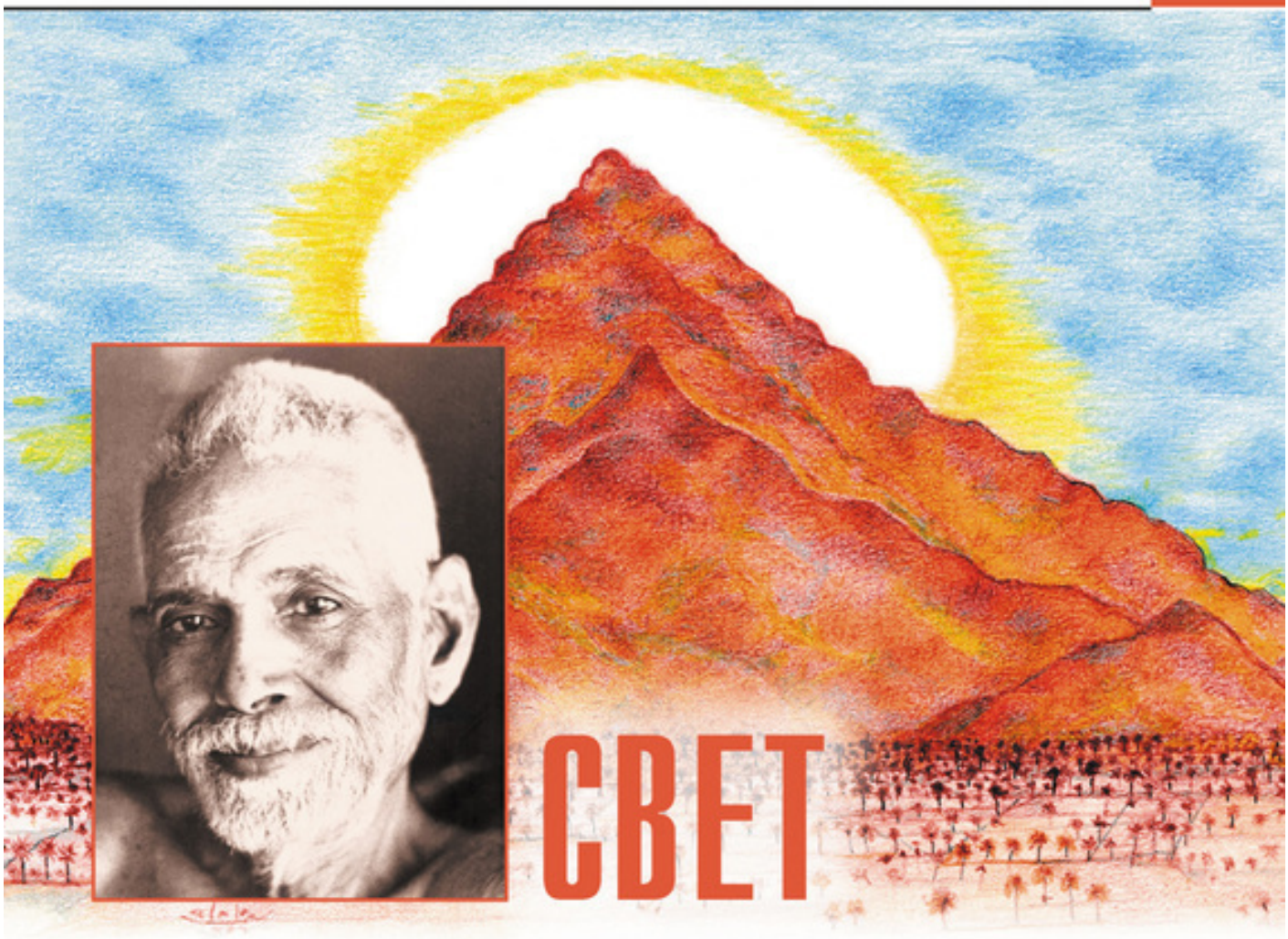
Дэвид Годман



СВЕТ АРУНАЧАЛЫ

Беседы с Раманой Махарши и Аннамалаем Свами

ГАНГА

Дэвид Годман

Свет Аруначалы. Беседы с Раманой Махарши и Аннамалаем Свами

«ИД Ганга»

2011

Годман Д.

Свет Аруначалы. Беседы с Раманой Махарши и Аннамалаем Свами / Д. Годман — «ИД Ганга», 2011

ISBN 978-5-98882-132-8

Рамана Махарши (1879–1950) широко признан одним из величайших индийских духовных учителей современности. В 16 лет он спонтанно обрел реализацию Я (просветление), не опираясь ни на какие учения, священные писания и практики. Аннамалай Свами – близкий ученик Раманы Махарши. Бескорыстно служа своему Учителю, долгие годы находясь в его присутствии и настойчиво следуя практике самоисследования, он в итоге также обрел реализацию Я, после чего в 1980-х годах к нему стали стекаться посетители, чтобы прояснить вопросы, связанные с учением Раманы Махарши, и получить наставления. Данная книга содержит в себе дневники Аннамалая, в которых он записывал беседы с Раманой Махарши в период своего ученичества, и ответы на вопросы, задаваемые Аннамалаю посетителями в 1980-1990-х гг., под редакцией Дэвида Годмана.

ISBN 978-5-98882-132-8

© Годман Д., 2011
© ИД Ганга, 2011

Содержание

Введение 5
Выдержки из дневников Аннамалая Свами 6
1 7
2 9
3 10
4 11
5 13
6 15
7 16
8 18
9 20
10 21
11 23
прочь 24
13 25
14 26
15 27
16 28
17 30
18 31
19 33
20 34
21 36
22 37
23 38
24 40
25 41
26 42
27 43
28 44
29 45
30 46
31 47
32 49
33 50
34 51
35 52
36 54
Беседы с Аннамалаем Свами 55
1 56
2 59
3 62
4 66
Конец ознакомительного фрагмента. 69

Дэвид Годман
Свет Аруначалы. Беседы с Раманой Махарши и Аннамалаем Свами

Ты – реальность, пребывающая в качестве моей внутренней Самости и руководящая мной во время всех моих бесчисленных воплощений!

Слава Тебе, облекшей Себя во внешнюю форму для того чтобы наставлять меня!

Введение

Аннамалай Свами пришел к Рамане Махарши в 1928 г. Признав его своим Учителем, он предан но служил Бхагавану около десяти лет, вначале как его личный помощник и затем как смотритель всех строительных работ, которые велись в Раманашраме в тот период. Об этом можно прочитать в книге Дэвида Годмана «Жизнь с Раманой Махарши. Воспоминания Аннамалая Свами» (Из-во «Ганга», 2011 г.).

В 1938 г. Бхагаван (Рамана Махарши) сказал Аннамалаю, что его работа в Раманашраме завершена и ему следует покинуть ашрам и никогда больше в него не возвращаться, поселиться в Палакотту и совершать там определенный *тапас*. Даровав Аннамалаю переживание Я, Рамана дал ему наставление: «Ни у кого ничего не проси. Ты должен жить тем, что Бог решит послать тебе, если только это саттвическая пища. Держись в стороне от тех вещей, которые происходят вокруг тебя. Оставайся в своей хижине как можно дольше и не трать время на посещение других людей. Ты не тело, ты не ум. Ты – чистое Сознание, Я. Ты всепроникающ. Осознавай это все время, даже когда работаешь». Разорвав личностную связь между ними, Рамана сказал: «Не цепляйся за форму Гуру, ибо она исчезнет; не держись за его ноги, ибо его служители остановят тебя. Истинный Бхагаван пребывает у тебя в Сердце как твое собственное Я. Это То, чем я на самом деле являюсь».

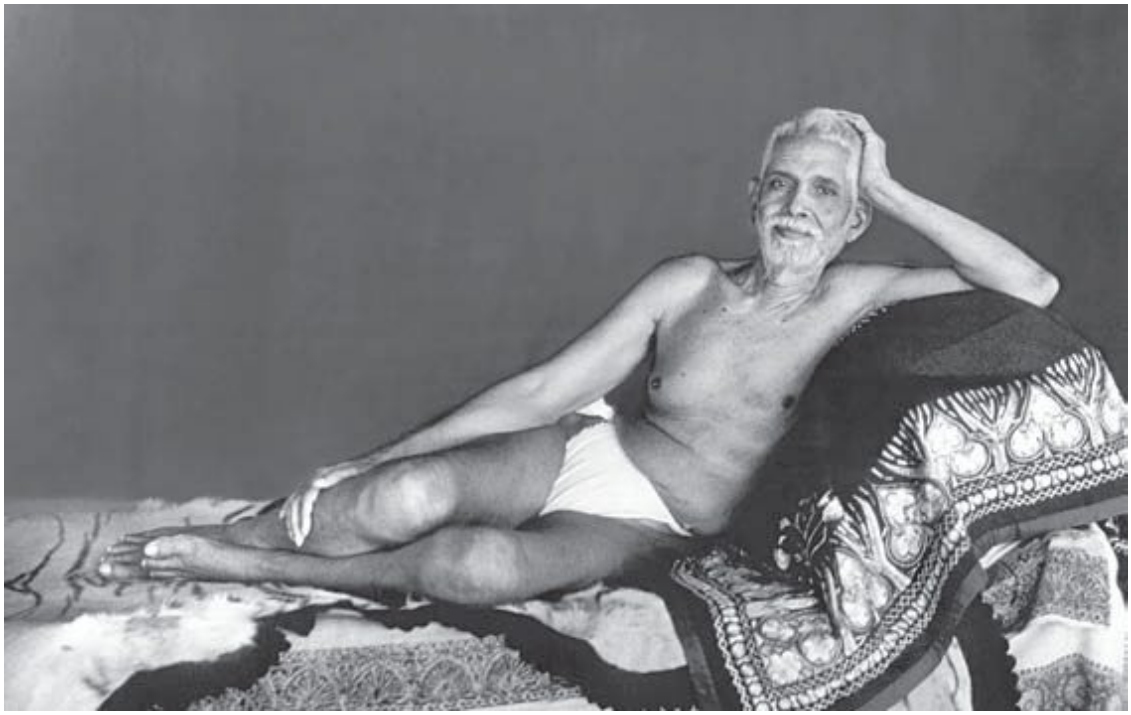
Аннамалай поселился в маленькой хижине в Палакотту и практиковал там в соответствии с наставлениями Раманы долгие годы. Аннамалай утверждал, что в 1960-х гг. осознавание Я (Самости) стало постоянным.

В 1980-х гг. кАннамалаю стали стекаться посетители, многие из которых были иностранцами, чтобы прояснить вопросы, связанные с учением Раманы Махарши и получить наставления. Учение Аннамалая было простым, непосредственным и бескомпромиссным, исходящим из его собственной реализации, произошедшей по милости его Гуру. Многие посетители были впечатлены тем, как доступно и в то же время глубоко он доносил свое учение, той интенсивностью Присутствия, которая царила на его беседах.

Книга, публикующаяся под названием «Свет Аруначалы. Беседы с Раманой Махарши и Аннамалаем Свами», содержит в себе дневники Аннамалая, в которых он записывал беседы с Раманой Махарши, и ответы на вопросы, задаваемые Аннамалаю посетителями в 1980-1990-х гг… Последние беседы Аннамалая относятся к периоду март-октябрь 1995 г., проводившиеся им вплоть до оставления физического тела в возрасте 89 лет. Данная книга и книга «Жизнь с Раманой Махарши. Воспоминания Аннамалая Свами» содержат полный перевод английских книг «Living By The Words of Bhagavan» и «Final Talks», по-иному составленных в русских изданиях.

Константин Кравчук

Выдержки из дневников Аннамалая Свами (Беседы с Раманой Махарши)



В течение первых десяти лет, которые я провел в Раманашраме (1928–1938), Бхагаван считал для себя обязательным постоянно следить, чтобы я был занят. Если он вдруг видел, что мне нечего делать, он обычно придумывал для меня новую работу, просто чтобы занять меня. Из-за этого в тот период у меня было очень мало свободного времени. Когда я переехал в Палакотту, ситуация полностью переменилась: у меня не было никакой работы, кроме домашней рутины, и почти неограниченное количество свободного времени. Я решил потратить это время на медитации, изучение книг, которые Бхагаван рекомендовал для меня, и начал составлять дневник, в котором содержался бы отчет обо всем, что Бхагаван сказал или сделал. Я начал дневник во второй половине 1938 г. и делал регулярные записи примерно в течение года.

Некоторые истории, вышедшие в «Living by the words of Bhagavan»[1], изначально были записаны в дневник в 1938 и 1939 гг. Кое-что из других записей вошло в «Беседы со Шри Раманой Махарши» (беседы 530–532 и 534–561).

Поскольку многие интересные диалоги все еще оставались неопубликованными, я решил включить большинство оставшихся записей в эту главу[2].

Вопросы и ответы, приведенные ниже, не претендуют на какую-то системную подачу учения Бхагавана. Скорее, они просто представляют собой типичные образцы диалогов, которые происходили в Старом Холле в конце 1930-х гг.

---

[1] Вышла в из-ве «Ганга» под названием «Жизнь с Раманой Махарши».

[2] Все пояснения, выделенные курсивом, здесь и далее сделаны Дэвидом Годманом. – *Прим. ред.*

1

Следующие вопросы были заданы одной американской леди с аристократической внешностью. Ответы Бхагавана представляют собой краткое изложение его практического учения.

Вопрос: *Что представляет собой та истина, которую мне нужно достичь? Пожалуйста, объясните, что это такое, и покажите ее мне.*

Бхагаван: То, что нам нужно достичь и что каждый хочет, – это счастье, которое никогда не кончается. И хотя мы разными способами ищем, как это обрести, оно не является чем-то таким, что можно найти или обрести как некий новый опыт. Наша подлинная природа представляет собой ощущение «Я», которое постоянно переживается всяким. Оно внутри нас и нигде более. И хотя мы постоянно переживаем его, наш ум блуждает, постоянно его разыскивая, в невежестве полагая, что это нечто от нас отделенное. Это подобно тому, как если бы человек с помощью своего языка говорил, что у него нет языка.

Вопрос: *Если это так, зачем тогда было создано так много* садхан *(духовных практик)?*

Бхагаван: *Садханы* сформировались только для того, чтобы избавиться от мысли, что она (Самость) есть нечто такое, что нужно обрести заново. Корень иллюзии – это та мысль, которая игнорирует Самость, а вместо этого говорит: «Я есть это тело». После того как эта мысль возникает, она мгновенно расширяется до нескольких тысяч мыслей и скрывает Самость. Реальность Самости воссияет, только если все эти мысли будут устранены. После этого остается только *Брахмананда* (блаженство *Брахмана*).

Вопрос: *Сейчас я сижу умиротворенная, без мысли «я есть это тело». Это и есть состояние реальности?*

Бхагаван: Это состояние должно оставаться таким, какое есть, безо всякого изменения. Если через некоторое время оно изменится, вам будет ясно, что кое-какие мысли еще не ушли.

Вопрос: *Как избавиться от остальных мыслей?*

Бхагаван: Их можно устранить только с помощью мощного воздействия, которое оказывает исследование: «Кому пришли эти мысли?»

На следующий день у американки появились новые сомнения. Она снова завела разговор с Бхагаваном и стала задавать новые вопросы.

Вопрос: *Каким образом можно увидеть Бога?*

Бхагаван: Где увидеть Бога? Для начала, можете ли вы увидеть себя? Если можете увидеть себя, вы можете увидеть Бога. Может кто-нибудь увидеть свои собственные глаза? Поскольку их невозможно увидеть, можно ли сказать: «У меня нет глаз»? Точно так же, несмотря на то что это видение присутствует всегда, мы не можем видеть Бога. Отказ от мысли, что мы чужды Богу, и есть видение Бога. Самое удивительное в этом мире – это мысль: «Я отличен от Бога». Нет ничего удивительней этого.

В *«Чхандогья упанишаде»* есть объясняющая это история. Человеку, который крепко спал у себя дома, начал сниться сон. Во сне кто-то подошел к нему и дал понюхать какой-то наркотик, а потом, завязав глаза и связав руки, оставил его посреди леса и скрылся. Не зная пути домой, он долго бродил в лесу среди камней и колючек. Под конец он заплакал.

Дэва (духовная сущность) явился ему и спросил: «Почему ты плачешь? Кто ты? Зачем ты пришел сюда?» Человек с завязанными глазами подробно объяснил, как его зовут, из какой

он деревни и т. д. Потом он сказал: «Кто-то подошел ко мне, одурманил наркотиком, завязал глаза, связал руки, оставил посреди леса и скрылся».

Дэва освободил его от пут, показал дорогу и сказал: «Если пойдешь этой дорогой, ты дойдешь до деревни».

Человек последовал указаниям, добрался до деревни и вошел в свой дом. В этот момент он очнулся от сна. Он посмотрел на дверь и обнаружил, что она заперта изнутри. Он понял, что всю ночь провел, лежа на своей кровати, и что он никогда не был в лесу и не возвращался оттуда. Он понял, что причиной всех его страданий была *авичара буддхи* (отсутствие исследования, способного распознать).

Идея, что мы отделены от Бога, и идея о том, что нам нужно выполнить некую трудоемкую *садхану* чтобы Его достичь, столь же ложны, как мысли того человека во сне. В то время как он с комфортом лежал у себя на кровати, его воображение привело его к убеждению, что он испытывает страдания в лесу и что ему нужно предпринять великие усилия, чтобы снова попасть к себе в постель. Бога достигают и остаются в состоянии Самости, когда останавливается мысль о желании достичь.

2

Следующие вопросы были заданы Морисом Фридманом:

Вопрос: *Шри Бхагаван писал («Улладу Нарпаду Анубандам», стих 38), что не следует демонстрировать адвайту в своих действиях. Почему? Все ведь едино. Зачем различать?*

Бхагаван: Не хочешь ли сесть на мое место?

Вопрос: *Я не против того, чтобы там сидеть. Но если я туда сяду, сарвадхикари и другие здесь присутствующие побьют меня и выгонят вон.*

Бхагаван: Да, никто тебе не разрешит здесь сидеть. Если ты увидишь, что кто-то пристает к женщине, ты позволишь ему продолжать, думая: «Все ведь едино»? В писаниях есть история на эту тему. Несколько человек однажды собрались вместе, чтобы проверить, правда или нет, что – как сказано в *«Бхагавадгите» – джняни* видит все единым. Они привели *брахмана,* неприкасаемого, корову, слона и собаку во дворец царю Джанаке, который был *джняни.* Когда все прибыли, царь Джанака послал *брахмана* в то место, где были *брахманы,* корову в коровник, слона в место, отведенное для слонов, собаку в конуру, а неприкасаемого туда, где жили другие неприкасаемые. Затем он приказал слугам позаботиться о своих гостях и угостить всех соответствующей пищей.

Люди спросили: «Почему ты разместил их отдельно? Разве для тебя не все едино?»

«Да, все едино, – ответил Джанака, – но потребности меняются в зависимости от природы каждого. Будет ли человек есть сено, которое ест корова? Понравится ли корове пища, которую ест человек? Следует давать только то, что удовлетворит каждого отдельного человека или животное».

Хотя один и тот же человек может играть роль любого персонажа пьесы, его действия будут определяться той ролью, которую он играет в данный момент. В роли царя он будет сидеть на троне и править. Если тот же человек примет на себя роль слуги, он будет приносить хозяину сандалии и сопровождать его. Его подлинная Самость не увеличится и не уменьшится, пока он играет эти роли. Джняни никогда не забывает, что сам он в прошлом уже играл все эти роли.

3

Вопрос: *Бхагаван, я прочитал многие* веды *и* шастры, *но* атма-джняна *(знание Себя) не пришла ко мне. Почему?*

Бхагаван: *Атма-джняна* придет к тебе, только если она есть там, в *шастрах* (писаниях). Если ты видишь *шастры,* придет *шастраджняна* (знание писаний). Если ты видишь Самость, знание Себя воссияет.

Вопрос: *Как увидеть Самость?*

Бхагаван: Каждый говорит: «Я есть». Каким образом мы знаем, что это правда? Знаем ли мы это, когда заглядываем в зеркало, или мы это знаем только после того как заглянули в *шастры?* Скажи мне.

Если Самость это что-то такое, что можно видеть, должны существовать две самости (та, которая смотрит, и та, которую видят). Ты согласишься с тем, что у тебя есть два «я»?

Вопрос: *Нет.*

Бхагаван: Та реальность, что существует, только одна. Тогда как же может быть еще одна Самость, которую видят? Каждый видит Самость везде, но они этого не понимают. Как жаль! Что же делать?

Если мысль «я есть это тело» отвергнута, то, что видимо, и есть Самость.

Вопрос: *Что делать мне? В чем моя задача?*

Бхагаван: Сейчас тебе ничего не нужно делать. Исследуй «кто я?». Потом (когда обнаружишь, кто ты), если все еще будет задача, она может быть выполнена.

4

Однажды вечером преданный спросил Шри Бхагавана: «Вы утверждаете, что *атма-видья* (знание Себя) очень легка[3]. Каким именно образом эта *атма-видья* легка?»

Бхагаван ответил: «В качестве примера непосредственного восприятия всякий будет приводить как пример *нелликаи,* лежащую на ладони[4]. Самость воспринимается даже более непосредственно, чем эта ягода на ладони. Чтобы воспринимать ягоду, нужна сама ягода, ладонь, куда ее кладут, и глаза, чтобы ее видеть. Также и ум должен быть в надлежащем состоянии (чтобы обработать информацию). Не имея ни одной из тех четырех вещей, даже те, кто очень мало знает, могут, исходя из непосредственного переживания, сказать: «Я есть». Поскольку Самость существует просто как ощущение «я есть», *атма-видья* и вправду очень легка. И самый легкий способ – это увидеть того, кто собирается достичь *Атмы.*

Немного позже еще один преданный задал похожий вопрос, и Бхагаван дал похожий ответ.

Вопрос: *Почему Самость не может быть воспринята непосредственно?*

Бхагаван: Как сказано, только Самость и может быть воспринята непосредственно *(пратьякша)*[5]. Ничто другое, как сказано, *пратьякшей* не является. Но хотя у нас имеется эта *пратьякша,* мысль «я есть тело» ее укрывает. Если мы откажемся от такой мысли, воссияет *Атма,* то, что всегда существует в непосредственном переживании каждого.

Вопрос: *Шри Бхагаван так просто это формулирует. Но мысль «я есть тело» нас не покидает.*

Бхагаван: Она вас не покидает, потому что она очень сильна.

Вопрос: *Как и почему эта мысль возникла?*

Бхагаван: Она возникла только из-за недостатка исследования с твоей стороны. Стихотворение из *«Кайвалья Наванитам»* [2.95] дает такое же объяснение:

Поскольку ее природа не поддается определению,
сказано, что *майя* невыразима.
В ее объятиях тот, кто думает:
«Это мое – я тело – мир реален».
О сын, никто не может достоверно знать,
как вся эта волшебная иллюзия возникла.
А почему возникла?
Из-за отсутствия у личности распознающего посыла.

---

[3] Ссылка на припев *(паллави)* и субприпев *(анупаллави)* из «Атма-видья киртанам»:Познать себя легко, легче просто не бывает.Самость – это то, что абсолютно несомненноДаже для самого обычного человека.Можно сказать, что ясно видимая нелликаи —это иллюзия в сравнении с ней.

[4] *Нелликаи* похожа на крыжовник, только растет не на кусте, а на дереве. Если что-либо самоочевидно, тамилы часто говорят: «Это так же ясно, как *нелликаи,* лежащая на ладони».

[5] В индийской философии термин *пратьякша* часто используется, чтобы обозначить непосредственный опыт чувств. Таким образом, слышать шум или ощущать определенный аромат – это *пратьякша.* Однако, как Бхагаван прояснил в предыдущем ответе, такие опыты не являются непосредственными, поскольку могут переживаться только посредством чувств и ума. Когда термин *пратьякша* упоминался в диалоге, Бхагаван обычно пояснял, что *пратьякшей* является только субъективное осознание «я есть», потому что все другие переживания передаются посредством функций ума и тела.

Если мы видим Самость, видимые объекты не будут казаться чем-то отличным от нас. Разглядев все буквы на бумаге, мы не замечаем бумаги, которая есть основа. Подобным образом, страдание возникает только потому, что мы видим то, что наложено на основу, не видя самой основы. Не стоит видеть то, что наложено, не видя также и субстрата, основы.

Как нам было во сне? Когда мы спали, различные мысли, такие, как «это тело», «этот мир», отсутствовали. Должно быть, нелегко отождествляться с этими состояниями (бодрствование и сновидение), которые появляются и исчезают (но каждый это делает).

У каждого есть опыт «я есть всегда». Для того чтобы сказать «я хорошо поспал», «я бодрствовал», «я видел сны» – в то время как бессознательное «я» не знает ничего, – необходимо, чтобы кто-то существовал и знал, что он существует во всех этих трех состояниях. Если ищешь Самость, говоря: «Я себя не вижу», где ты можешь ее найти? Чтобы знать, что все нами видимое есть Самость, достаточно, чтобы мысль я-есть-тело прекратила существование.

5

Вопрос: *Что такое* сатсанг[6]?

Бхагаван: *Сатсанг* означает только *атма-сатсанг* (встреча с Самим Собой). Только тем, кто не может практиковать это, нужно практиковать пребывание в обществе реализованных существ, или *садху*.

Вопрос: *Когда попадаешь в общество* садху?

Бхагаван: Возможность быть в обществе *Садгуру* приходит без усилия к тем, кто почитал Бога, выполнял *джапу, тапас,* паломничества и т. д. в течение долгого времени в своих предыдущих рождениях. Есть стихотворение Таюманувара, которое указывает на то же: «О Господин начала и конца, те, кто должным образом начинает поклонение изваяниям, святым местам и священным водам, [впоследствии] повстречаются с *Садгуру,* который поведает им слово истины».

Только тот, кто выполнил много *нишкамья карм* (действий, выполненных без какой-либо мысли о награде или последствии) в прошлых жизнях, обретет великую веру в Гуру. Уверовав в слова Гуру, такой человек последует верным путем и достигнет цели – освобождения.

Вопрос: *Мы живем в таком месте, где нет* садху. *Что нам делать? Мы не можем каждый день получать* даршан садху.

Бхагаван: Что делать? Для этого были созданы фотографии, имена Бога и *пуджи.* Только те, кто обрел милость Ишвары, обретут и милость Гуру. Только через милость Гуру можно обрести милость Самости внутри. Только в том *мокша,* или освобождение.

В другой раз Бхагаван объяснял важность и силу *сатсанга,* цитируя «*Сута Самхиту»:*

Те, кого видят глаза *дживанмукты*[7],
освобождаются от многих видов грехов
и сами становятся *дживанмуктами.*
Семья *дживанмукты* очищается.
Его мать сама по себе является человеком,
сделавшим то, что нужно было сделать.
Вся земля очищается им.

Сказав, что в *«Сута Самхите»* есть еще много отрывков, прославляющих *джняни,* Бхагаван продолжил: «Когда в этом мире рождается *джняни,* преданные, последователи, те, кто безразличен к Богу, и даже грешники – все получают пользу. Примером служат истории жизни многих людей».

Поскольку Бхагаван так часто превозносил величие *сатсанга* и милости, однажды я спросил его: «Сказано, что *мокша* легко достижима только с благословения Гуру. Каким образом так получается?»

Бхагаван ответил: «Обиталище *мокши* не где-то снаружи. Оно внутри каждого. Всякий, у кого есть сильное желание достичь *мокши,* втягивается тем Гуру, что внутри. Тот Гуру, что снаружи, поднимает руку и толкает его вовнутрь. Так работает милость Гуру».

---

[6] Обычно это слово означает «встреча с теми, кто осознал Самость». Но поскольку «сат» значит «бытие», «истина» или «реальность», оно может быть переведено более буквально как «встреча с бытием» или «встреча с тем, что реально».

[7] Того, кто освободился при жизни.

Затем Бхагаван процитировал два стиха *«Кайвалья Наваниитам»* из числа его любимых, в которых ученик благодарит Гуру за дарование ему милости, позволившей осознать Самость.

1.86

Господин, ты – реальность,
пребывающая в качестве моей внутренней Самости
и руководящая мной во время всех моих
бесчисленных воплощений!
Слава тебе, облекшему себя во внешнюю форму,
для того чтобы наставлять меня!
Я не вижу, как мне отплатить за твою милость,
освободившую меня.
Слава! Слава твоим благословенным стопам!

1.87

Учитель лучезарно ему улыбался, пока он говорил, привлек ближе к себе и сказал с большой любовью:

Оставаться сосредоточенным на Самости,
оставив в стороне три типа препятствий[8],
которые мешают твоему переживанию, —
вот высочайшее воздаяние,
которым ты можешь мне отплатить.

[8] Невежество, сомнение и знание, полученное из ложных источников.

6

Вопрос: *Внешний вид видоизменяющейся Вселенной истинен или ложен?*

Бхагаван: Это зависит от того, что мы понимаем под терминами «истинный» и «ложный». Если мы посмотрим на *Брахман,* Вселенной не существует.

Вопрос: *Тогда почему Вселенная появляется?*

Бхагаван: Появляется перед кем? Вселенная не говорит: «Я есть». Существует ли какое-либо доказательство, позволяющее говорить, что Вселенная появляется? Кому эта Вселенная является?

Посетитель: *Мне.*

Бхагаван: А кто ты? Узнай, кто ты есть. После этого скажи мне, существует ли Вселенная.

Посетитель: *Ко мне еще не пришло состояние* самадхи.

Бхагаван: Это состояние не приходит и не уходит. Это наше естественное состояние, существующее вечно.

Вопрос: *Свами, можно мне занять в уме позицию* (бхавана) *«я есть Брахман»?*

Бхагаван: Если ты примешь на себя допущение, что ты есть *Брахман,* то получишь много ударов. Почему? Потому что все уже есть *Брахман.* Зачем принимать это на себя? Разве нужно принимать на себя допущение, что ты мужчина? Если присутствует мысль «я есть тело», тогда необходимо предположить: «Нет, я не то».

Вопрос: *У меня много проблем, из-за того что у меня есть жена и дети. Я не могу от них сбежать.*

Бхагаван: Внешняя *самсара* (мирская деятельность) ничего не может тебе сделать. Только от внутренней *самсары* нужно отказаться.

Вопрос: *Это длится только пять минут. Потом меняется.*

Бхагаван: (Помолчав какое-то время.) Такого рода мысль должна уйти.

7

Преданный из Тричи привел в холл сына. Совершив Бхагавану *намаскарам,* он сел. Хотя мальчик был еще очень маленьким, он выказывал признаки явного беспокойства. После того как оба они уселись, Бхагаван поинтересовался: «На каком поезде вы приехали?» Преданный ответил: «Мы приехали этим утром в 8:30».

Тогда Бхагаван спросил: «Как дела у Даттатреи (мальчика, у которого был встревоженный вид)?» Преданный ответил: «Безуспешно перепробовав все виды лекарств и мантр, мы приехали к Шри Бхагавану, видя в нем последнее средство». Пока он это говорил, он держал свои руки сложенными в жесте мольбы.

Шри Бхагаван сказал мальчику: «У тебя имя Даттатрея, стоит ли тебе так беспокоиться? Тебе надо всегда быть в блаженстве. Зачем вместо этого ты портишь блаженство умом?»

Затем Бхагаван поведал мальчику и всем остальным историю великого *джняни* Даттатреи, жившего в древности:

«Даттатрея, бывало, бродил по лесам даже без набедренной повязки. Он всегда был полон блаженства *Брахмана.* Видя это, Яду Махарадж, местный правитель, подумал про себя: „Как так получается, что он всегда в блаженстве? У меня есть все, но мне, тем не менее, приходится страдать".

Однажды, преисполнившись этой мыслью, он пошел к Даттатрее и спросил его: „Как так получается, что ты всегда полон блаженства?" Даттатрея ответил: „А что еще есть, кроме блаженства?"

Царь спросил его: „Как это блаженство пришло к тебе?“ Даттатрея ответил: „Прежде чем я обрел эту *ананду* (блаженство), у меня было несколько наставников. Она пришла через них“.

Когда царь спросил, кем были его учителя, Даттатрея рассказал ему длинную историю: „О царь, у меня было двадцать четыре Гуру. Они были изучены посредством исследования, проведенного моим интеллектом. Я брожу в этом мире как *мукта* (освобожденный) только благодаря *джняне,* обретенной через этих наставников. Узнай же, кто они такие: земля, воздух, небо, вода, огонь, солнце, луна, дикий голубь, питон, океан, кузнечик, пчела, слон, бортник, олень, куртизанка Пингала, ребенок, маленькая девочка, лучник, змея и еще кое-кто. Из числа этих двадцати четырех некоторых я отверг.

От земли я усвоил терпение, от воздуха вездесущность, непривязанность от неба, незапятнанность от огня, чистоту от воды, а истину, что все изменения относятся к телу, и не касаются Самости, – от луны.

Солнце светит одинаково для всех, и на него никто не влияет. Из этого я усвоил, что хотя йогин может видеть объекты, ему не следует быть под воздействием *гун,* которые являются причиной их взаимодействий.

От белого голубя я узнал, что всякий, кто привязывается к месту, соскользнет вниз со своей высокой позиции. Я понял, подобно питону, что нужно есть любую пищу, которая сама приходит к тебе. От океана я узнал, что мне следует быть безмятежным, величественным, невозмутимым и бездонным.

Кузнечик, свалившийся в пламя лампы, обгорает насмерть. Благодаря этому я усвоил, что мужчина, свалившийся в пламя страстного вожделения женщины, погибает. От пчелы я узнал, что пищи следует брать ровно столько, чтобы хватило на пропитание тела, не отнимая у других.

Даже сильный слон-самец испытывает страдание, вступая в контакт с самкой. Из этого я усвоил, что точно так же и мужчина подвержен страданию, если его касаются женщины или если он проводит время в непосредственной близости к ним.

Бортник крадет мед, который пчелы собирали многие дни. От него я узнал, что богатство, нажитое тяжким трудом, часто бывает украдено другими людьми.

Олень, которого подманили музыкой, попадается в сеть охотника. Точно также *санньясин* попадет в зависимость, если даст волю *мохе* (заблуждению, вызванному желанием). Так что от оленя я научился тому, что *санньясину* не следует обращать внимание на чувственные объекты.

Не в силах подчинить себе язык, рыба погибает, пойманная на крючок. Я усвоил благодаря рыбе, что, не поборов язык (т. е. свое желание попробовать вещи на вкус), любой обречен на страдание. Нужно побороть язык.

Куртизанка Пингала, надев украшения, однажды разгуливала в ожидании любовника, который обещал принести ей денег. Когда он не пришел, она очень горевала и печалилась. Ее лицо стало бледным, а ум страдал. Она стала искать причину своего расстройства и осознала болезненную природу мелких удовольствий. Когда она обнаружила, что источник счастья – это высшая Самость, она обрела *вайрагью* (непривязанность). Поклоняясь высшей Самости как своему супругу, она обрела истинное счастье *джняны.* Благодаря куртизанке Пингале я усвоил, что нет счастья ни в чем внешнем и что единственное стоящее приобретение – это радость Самости.

От ребенка я научился тому, что следует быстро забывать как почести, так и позор.

А сейчас я расскажу тебе историю об одной маленькой девочке. Когда ее родители куда-то отлучились из деревни, пришли сваты. Она захотела угостить их, но когда стала самостоятельно толочь рис-падди, чтобы приготовить им угощение, ей стало неловко, потому что ее браслеты издавали много шума. После того как она с каждой руки сняла по одному, шум прекратился. Благодаря этому действию девочки я усвоил, что йогину следует оставаться в одиночестве.

От лучника я научился тому, что нужно быть целеустремленным в своих планах.

Змея живет счастливо в крысиной норе. От змеи я научился счастливо жить в чужих домах.

У меня есть двадцать пятый гуру, и это мое тело. Это тело – причина моей *джняны* и *вайрагьи.* Я погрузился в Хари (Бога), Самость, с любовью и преданностью, и мое теперешнее состояние равносильно состоянию того, кто ничего не знает“.

Так Даттатрея научил Яду Махараджа всей той *джняне,* которую постиг с помощью своих двадцати пяти гуру, и закончил рассказ».

Поведав мальчику все те *упадеши* (наставления), которые Даттатрея дал царю, Бхагаван любезно осведомился: «Тебя ведь тоже зовут Даттатреей, правда? По крайней мере, ради своего имени, ты должен быть счастливым».

8

Первый из двух вопросов был задан доктором Сайедом Сахибом. Второй – неизвестным преданным.

Вопрос: *Бог вездесущ. Зачем ему нужно раз за разом становиться* аватарой *(воплощаться в физическом теле)? Разве он не может исполнять свои функции, просто присутствуя повсюду?*

Бхагаван: По велению Ишвары имеющие на это полномочия существа *(адикарика пуруши)* посылаются вместе со своими преданными принять рождение на земле. Эти существа становятся *аватарами,* для того чтобы даровать благодать тем, кто совершил *нишкамья пунья* (благие деяния, выполненные без желания какой-либо награды). Еще они приходят, чтобы наказать грешников. Когда они завершили миссию, ради которой приходили, то возвращаются обратно. И хотя в качестве *аватара пуруш* приходят разные тела, их переживание единства с Самостью неизменно. Человек после рождения проходит через разные стадии жизни – детство, юность, зрелость и старость, – но во время всех этих стадий мысль, что он является одним и тем же человеком, который когда-то родился, остается неизменной. Подобным образом *аватара пуруши* сознательно пребывают в качестве единой Самости, несмотря на то что они проходят через многие рождения. Для них это как видеть десяток различных снов в течение одной ночи.

Все эти вопросы не будут возникать, когда ты познаешь себя. Без знания правды о самом себе пытаться понять различные учения других людей – бесполезная трата времени.

Вопрос: *Какая разница между Ишварой (Богом) и* муктой *(освобожденным)?*

Бхагаван: Ишвара и *джняни* суть одно и то же, если не считать того, что *мукта* поначалу забыл Самость. Потом силой своей практики он в конце концов пришел к знанию Самости. С Ишварой было иначе. Будучи вечно освобожденным (*нитья мукта),* Бог выполняет *панча крийи* (пятеричную функцию творения, сохранения, разрушения, сокрытия и милости). Из-за этого его *вритти* (деятельность) называется *Брахмакара вритти* (деятельность в форме Брахмана). Это все равно что назвать реку, слившуюся с океаном, *самудракара нади* (река в форме океана). *Вритти* (деятельность или функционирование) Ишвары и *джняни* по сути одно и то же.

Но для *аватара пуруш* тела будут меняться до конца *кальпы*[9]. Такое не происходит с *джняни.*

В этом месте я вступил в разговор, задав свой собственный вопрос: «У Шри Рамы, когда он только родился, должна была быть идея я-есть-тело. Разве не так[10]?»

Бхагаван, по-видимому, не был согласен: «Шри Рама сначала дал *даршан* Каусалье (его матери) в качестве Вишну; только потом он действительно принял *аватару* Позднее, когда Рама был в лесу, он скитался повсюду, разыскивая свою похищенную жену Ситу. Тогда Парвати (наблюдавшая все с небес) спросила Ишвару: „Разве Рама (который был *аватарой,* а значит, совершенным) не знает, где Сита? Зачем ему нужно скитаться здесь и там, разыскивая ее?“

---

[9] *Кальпа* – самый большой временной интервал в индуистской космологии, обычно оценивается как несколько миллиардов лет. В конце каждой *кальпы* все существа Вселенной растворяются в бесформенном Брахмане. Это называется *маха-пралайя,* или великое растворение. Через какое-то время начинается новая *кальпа* и сотворяются новые существа.

[10] Шри Рама, седьмой *аватар* Вишну, изначально не осознавал своей божественности. Только в конце «Рамаяны» (что означает «Путь Рамы») он стал осознавать, кто он на самом деле. Таким образом, разумно предположить, что изначально, как и другие смертные, он отождествлялся с идеей я-есть-тело.

В ответ Ишвара сказал ей: „Пойди и явись Раме в образе Ситы. Тогда ты поймешь“. Парвати так и сделала, но Рама вообще не обратил на нее внимания. Он просто продолжал поиски Ситы[11]».

Бхагаван затем вернулся ко второму вопросу и прочел нам стих из *«Кайвалья Наваниитам»* [2.36], в котором утверждается, что Ишвара и *джняни* тождественны:

Ученик: «О Учитель, ты, что являешься бесформенным деянием в качестве Ишвары и проявляешься здесь в человеческой форме, ты говоришь о *джняни* и об Ишваре как об одном. Как такое возможно?»

Учитель: «Да. Ишвара и *джняни* суть одно, потому что они свободны от „я“ и „мое“. *Джняни* сам есть Ишвара, вся совокупность *джив,* а также космос».

[11] Эта история произошла в то время, когда Рама предположительно не осознавал себя *аватарой.* По-видимому, Бхагаван подводит к мысли, что если бы он в то время не осознавал своей истинной природы, богам легко было бы его одурачить.

9

В августе 1939 г. я задал Бхагавану вопрос о *карме:* «Бхагаван говорит, что когда кто-либо обретает *джняну,* все три вида *кармы* прекращают свое существование. Но в *„Кайвалья Наванитам“* [1.103] утверждается, что *джняни* будет испытывать только *прарабдха карму.* Почему там так говорится?»

Бхагаван ответил: *«Прарабдха* господствует до обретения *джняны.* На самом деле, даже после обретения *джняны,* если смотреть со стороны, кажется, что *джняни* испытывает *прарабдху.* Есть несколько примеров, которые обычно приводятся, чтобы это объяснить: электровентилятор продолжает какое-то время крутиться, даже после того как его выключат; сгоревшая веревка выглядит как веревка, но ее нельзя использовать, для того чтобы привязать что-нибудь; сваленное дерево выглядит точно так же, как живое, но живым больше не является; жареный горох все еще выглядит как горох, но уже не может прорасти.

Прарабдху джняни можно уподобить вышеописанным вещам. Когда другие люди смотрят на *джняни,* им кажется, что он испытывает *прарабдху,* но с точки зрения самого *джняни* никакой *прарабдхи* вообще не существует».

За два месяца до этого случая я задавал Бхагавану похожий вопрос: «В *шастрах* утверждается, что даже *дживанмукта* будет вести себя в соответствии со своей *прарабдхой.* Почему Бхагаван говорит нам, что у *джняни* нет *прарабдхи?»*

В тот раз Бхагаван ответил: «Для *джняни* нет ни *шастр,* ни *прарабдхи.* Подобные вопросы для *джняни* неактуальны. Все эти правила в *шастрах* были созданы только для *аджняни.* Я приведу тебе пример. Предположим, что у человека есть три жены. Когда человек умрет, кто с нами согласится, если мы скажем, что только две его бывшие жены овдовели? Разве неверно то, что все три женщины стали вдовами[12]? Точно так же для *джняни* все три вида *кармы* являются несуществующими. *Прарабдха* только для тех, кто видит эту проблему и спрашивает о ней».

[12] Это излюбленный ответ Бхагавана на такой вопрос (см. «Улладу Нарпаду», стих 33). Бхагавану часто задавались вопросы о *прарабдхе-джняни,* поскольку было широко известно, что его взгляды на этот предмет отличались от взглядов многих других учителей *адвайты.*

10

Бхагавану часто задавали вопросы о состоянии *джняни.* Он нередко давал уклончивые ответы или просил спрашивающего найти того, кто задавал вопрос, но я могу вспомнить один случай, когда он дал информацию по своей инициативе, его никто об этом не спрашивал. Когда он смотрел на маленького ребенка в холле, он вдруг неожиданно заметил: «Обрести блаженство Брахмана можно только когда ум становится чистым и смиренным, как у этого ребенка».

Это подтолкнуло меня спросить: «В чем разница между ребенком и *джняни?»* Шри Бхагаван ответил: «Ребенок – это невежественный ребенок вследствие *аджняны,* тогда как *джняни* – это мудрый ребенок благодаря *джняне».*

Спустя какое-то время один из преданных спросил Бхагавана: *«Джняни* приходит, чтобы даровать свою милость одним и явить гнев другим? Почему *джняни* не исправляет всех тех, кто к нему приходит? К чему вообще *джняни* стремится[13]?» Бхагаван ответил: «Степень готовности и прошлая *карма* каждого *садхака* различны. Из-за этого *джняни* должен с разными людьми говорить по-разному».

Потом он привел стихи из *«Кайвалья Наванитам»:*

2.60 Ученик: «О Учитель, само воплощенное блаженство, как так получается, что Бог, который беспристрастен, возвышает одних и унижает других?»

Учитель: «Он как отец, который поощряет тех своих сыновей, которые на верном пути, и выказывает недовольство теми, кто идет не туда. Знай же, что есть сострадание в том, чтобы наказывать грешных и возвращать их к праведности».

2.61 О сын, чьи путы мирской жизни разорваны! Божественное древо, исполняющее желания, огонь и вода защищают тех, кто ищет, исполняя их желания, поддерживая их в тепле и утоляя их жажду. Так же и Ишвара добр к своим преданным и не так добр к прочим. Теперь хорошо подумай и рассуди, чья в том вина.

2.50 Учитель: «Мой сын, *дживы* безграничны, и их деяния точно так же безграничны. В трех разделах *(карма, упасана и джняна*) благие Веды предписывают, в соответствии со склонностями искателей, исходить из начальных перспектив, чтобы добиться окончательных результатов – подобно цветам, которые превращаются во фрукты.

2.59 Обречены те глупые головы, которые в своем невежестве приписывают Богу шесть пороков (похоть, гнев, жадность, заблуждение, тщеславие и ревность), которые присущи им самим, но мудрый обретет совершенное избавление, распознавая, что те пороки происходят от него самого, а не от Бога.

2.35 Мой добрый мальчик, послушай еще. Деяния мудреца осуществляются единственно для возвышения мира. Он сам не может что-то потерять или обрести. Всемогущий, который один есть хранилище благодати для этого мира, никак не зависит от достоинств и недостатков мирских существ[14]».

---

[13] Хотя задающий вопрос напрямую не критикует Бхагавана, он косвенно намекает, что Бхагавану следовало бы наказывать своих сбившихся с пути преданных. Отношение Бхагавана к наказанию можно оценить по следующему отрывку («Аруначала Рамана», август 1983, с. 22): «Однажды кто-то пожаловался Бхагавану на разные нарушения и коррупцию в ашраме. Бхагаван ответил: „Я пришел сюда не для того, чтобы вас наказывать. Если бы я начал наказывать людей, даже ворона не смогла бы обрести покой в ашраме“».

[14] Эта подборка стихов несомненно является не слишком завуалированным замечанием тому, кто очевидно, считал, что

Бхагавану следует изменить свое поведение.

11

Вопрос: *Бхагаван, я хочу обрести* мукти. *Ради этого я только вас считаю своим Гуру Я не ищу никого другого. Будьте добры, даруйте мне свою милость.*

Бхагаван: Обретение *мукти* – это не какое-то новое достижение. Все мы пребываем в форме *мукти.* Поскольку мы забываем об этом и вместо этого ошибочно думаем «я есть это тело», многие тысячи и тысячи мыслей вздымаются волнами одна за другой и скрывают То, чем мы на самом деле являемся. *Мукти* воссияет, только когда эта мысль («я есть тело») будет разрушена.

Вопрос: *Как можно избавиться от мысли «я есть тело»?*

Бхагаван: Коль скоро ты попросил о помощи Гуру, полностью предайся ему.

Вопрос: *Но в той деревне, где я живу, нет Гуру. Что же мне делать?*

Бхагаван: Гуру внутри тебя. Там ему и предайся.

Вопрос: *Внутри меня только я сам.*

Бхагаван: Гуру, Атма, Ишвара – это только разные названия одного и того же. По сути все они одно и то же.

Вопрос: *После того как я сдамся, возможно ли для меня будет продолжать работать?*

Бхагаван: Конечно. Но мысль «я делаю это» не возникнет.

Вопрос: *Если не будет мысли «я», как же будут исполняться мои обязанности?*

Бхагаван: Все то, за что тебе платят, делай беспристрастно. Свои семейные обязанности исполняй так же беспристрастно, как ты делаешь что-то на работе. Пусть то, что на работе приходит и уходит, не становится причиной волнения. Выполняй всю свою работу и обязанности одинаково беспристрастно.

Вопрос: *Я постоянно встречаюсь с трудностями. Когда они кончатся?*

Бхагаван: Если ты откажешься от идеи «я есть тело», все твои трудности улетят

прочь
12

Вопрос: *Я подумываю о том, чтобы уйти из деревни в лес для выполнения тапаса. Я решил уйти с разрешения Бхагавана.*

Бхагаван: Можно уйти из деревни, но нельзя уйти от себя. Если бы деревня существовала отдельно от тебя самого, из нее можно было бы уйти. Жить в уединении там, где пребывает Самость, все равно что жить в лесу. Если покидаешь Самость, то даже если уйдешь жить в лес, это будет точно так же, как если бы ты жил в городе.

Тот, кто думает, что он *санньясин,* – не *санньясин.* Домохозяин, который не думает, что он домохозяин, – вот кто *санньясин.*

Тот, кто не думает, что он выполняет все свои действия, выше того, кто думает, что он от всего отрекся.

13

Бхагаван иногда говорил: *«Мауна* (безмолвие) – непрерывная речь. Оставаться недвижимым – значит непрерывно трудиться».

Это было одним из тех нескольких труднопонимаемых утверждений, которые время от времени Бхагаван делал о *мауне,* термине, который он часто употреблял в качестве синонима Самости. Я уже понимал некоторые из утверждений Бхагавана о *мауне,* как например: *«Мауна* – это *садхана* для обретения всех видов [духовного] богатства», – но я был озадачен его утверждениями относительно того эффекта, что безмолвие равнозначно непрерывному потоку речи и непрерывной работе. Однажды, когда Бхагаван возвращался после одной из своих прогулок, я рассказал ему о своих сомнениях.

«Бхагаван говорит, что быть недвижимым означает постоянно действовать и что быть безмолвным значит постоянно говорить. Я не понимаю, как такое возможно?»

«Так ли это? – спросил Бхагаван. – Ты можешь видеть, что „я есть“?»

«Да, могу», – сказал я.

«Как же ты видишь?» – спросил Бхагаван.

Я признался, что не знаю, каким образом мне это видно.

Бхагаван объяснил мне: «Точно так же „быть недвижимым" означает „непрерывно трудиться". Трудиться не значит работать с мотыгой в руке. Трудиться значит всегда сиять как „То“ (Самость). Только безмолвие говорит непрерывно. Более того, и то и другое суть одно. Это именно то, что мудрецы выражали как: „я памятую, без забывания", „я поклоняюсь, не становясь отделенным", „я думаю, без думания", „я говорю, без говорения", „я слушаю, без слушания" и т. д. Если ты не говоришь, Бог придет и скажет. Величайшее писание есть обнажение безмолвия. Только если прочтешь этот священный текст, отпадут все сомнения. Иначе, даже если будешь перечитывать *кроры* (десятки миллионов) книг бессчетное количество раз, сомнения никогда не прекратятся».

Однажды Бхагаван дал похожий ответ преданному, который начал с жалобы: «Я не знаю, где это „я“ находится». Бхагаван ответил ему, сказав: «Будь там, где „я" находится».

На следующий день тот же человек сказал Бхагавану: «Я не знаю, то ли идти обратно в деревню и возвращаться к работе, то ли просто сохранять покой».

Бхагаван сказал: «Есть, мыться, ходить в туалет, разговаривать, думать и выполнять всякие другие действия, относящиеся к телу, – все это работа. Как же может быть так, что выполнение только одного определенного действия является работой? Быть недвижимым – значит всегда быть занятым работой. Быть безмолвным – значит говорить непрерывно».

14

Однажды женщина, преданная сторонница партии Национальный Конгресс, пришла к Бхагавану получить *даршан.* Побыв какое-то время в холле, она спросила Бхагавана: «Многие подобные вам мудрецы путешествовали по миру, давая наставления, через которые благая мудрость передавалась людям в миру. Вы обрели *джняну* для себя, но вы сидите в углу, храня покой. Какая польза от этого миру?»

Бхагаван ответил: «Познать Себя и оставаться в состоянии Самости само по себе есть величайшая польза, которую человек может принести миру. Все лекции, которые произносятся со сцены, будут действенны для ограниченного числа людей и только до тех пор, пока тот человек стоит на трибуне. Но лекция безмолвия всегда может быть услышана в любой точке мира. Она всегда будет действенна».

Безмолвие, на которое ссылался Бхагаван, это в большей степени внутреннее безмолвие, нежели внешнее. Бхагавану нравилось, чтобы люди поддерживали внутреннее безмолвие, но он обычно не выказывал одобрения, если они просили его разрешения поддерживать также и безмолвие внешнее. Однако, в моем случае, казалось, он это одобрил. Когда я однажды сообщил Бхагавану, что решил со следующего дня соблюдать *мауну,* он благословил меня, сказав: «Ага! Очень хорошо!»

Но потом он спросил меня: «Зачем? Ты куда-то уходишь? Разве тебя здесь не будет?»

Я ответил: «Даже если я нахожусь здесь, некоторые люди по своей собственной инициативе подходят ко мне, и приходится тратить время на пустую болтовню. Только из-за этого я подумываю, что хорошо было бы дать *мауна вратам* (обет молчания)».

Бхагаван дал понять, что удовлетворен моим ответом.

За два дня до этого разговора я пытался передать Бхагавану несколько плодов *нунгус* (плоды пальмирской пальмы). Я хранил их на веранде мистера Коэна в Палакотту, потому что это место было удобным, для того чтобы перехватить Бхагавана во время его ежедневной прогулки. Когда Бхагаван проходил, он посмотрел на меня с подозрением и несколько раз спросил: «Зачем ты сюда пришел?»

После некоторого колебания я сказал Бхагавану: «Я сюда пришел, чтобы порезать и передать Бхагавану эти плоды *нунгус».*

Бхагаван принял фрукты, но пока он их у меня брал, сказал со смехом: «Тебе стоило самому их съесть, а пока бы ты их ел, тебе следовало бы думать: „Я тоже Бхагаван“».

Нежелание Бхагавана есть скоро прошло. Он выковырял пальцами много плодов и высосал сок. Под конец он воскликнул: *«Аппади!*[15] Мне будет не донести свой живот», – и ушел.

[15] Выражение удовлетворения.

15

Однажды вечером, когда я сопровождал Бхагавана во время одной из его прогулок, я спросил его: «Когда я медитирую, кажется, что мое дыхание задерживается в животе. Хорошо ли это?»

Бхагаван ответил: «Очень хорошо».

Ободренный таким очевидным одобрением, я продолжил расспрашивать:

«Если я и после этого продолжу медитировать, что случится?»

«Будет обретено *самадхи»,* – ответил Бхагаван.

«Означает ли *самадхи,* что ты ничего не осознаешь?» – спросил я.

«Нет, – сказал Бхагаван. – Медитация будет продолжаться без нашего усилия. Вот что такое *самадхи».*

«Тогда что такое *сахаджа самадхи?»,* – спросил я.

Бхагаван ответил так: «В том состоянии медитация будет продолжаться всегда. В том состоянии мысль „я медитирую" или „я не медитирую" не возникнет».

Тогда я спросил Бхагавана о том временном отрезке моей медитации, когда я осознавал только всепроникающую пустоту.

«Иногда вообще ничего не видно, – сказал я. – Это хорошо?»

Бхагаван, казалось, не одобрял эти состояния. «Хорошо, – сказал он, – если вначале медитирующий медитирует, осознавая себя».

Состояние *сахаджа самадхи* продолжало меня интриговать. Спустя несколько недель я задал ему еще один вопрос об этом: «Можно ли практиковать *сахаджа самадхи* сразу с самого начала?» Бхагаван ответил, что можно.

«Но как это практиковать? – спросил я. – И как практиковать *нирвикальпа самадхи?* И сколько вообще существует различных видов *самадхи?»*

«Есть только один вид *самадхи,* – сказал Бхагаван, – не много видов. Временно погрузиться в реальность, не имея никаких мыслей, – это *нирвикальпа самадхи.* Непрерывно пребывать в Самости, не забывая о ней, – это *сахаджа самадхи.* И то и другое дадут одну и ту же радость».

16

Однажды Бхагаван сделал следующие замечания по поводу состояний бодрствования и сновидения:

«Видение мира, которое проявляется в состоянии бодрствования, и видение мира, которое проявляется в состоянии сновидения, суть одно и то же. Нет никаких следов различия. Состояние сновидения случается единственно для того, чтобы свидетельствовать о нереальности мира, который мы видим в состоянии бодрствования. Это одно из деяний Божьей милости.

Мир в состоянии бодрствования меняется тем же самым образом, что и мир в сновидении. Оба одинаково невещественны и одинаково нереальны.

Некоторые оспаривают это, говоря: „Но ведь мы видим, что сегодня существует тот же самый мир, что мы видели вчера. Мир сновидения никогда не бывает одним и тем же из ночи в ночь. Поэтому как же мы можем верить, что мир состояния бодрствования нереален? История нам говорит, что мир уже существует тысячелетия".

Мы считаем очевидным, что этот меняющийся мир существует уже долгое время, и решаем, что это является основанием для умозаключения, будто мир реален. Это необоснованное заключение[16].

Мир меняется каждую минуту. Каким образом? Наше тело не является тем же самым, каким было, когда мы были молоды. Светильник, который мы зажгли вечером, может казаться тем же самым и утром, но все масло сгорело. Разве не так? Вода в реке течет. Если мы будем смотреть на реку в разные дни, мы скажем, что река та же самая, но она не та же самая – вода поменялась полностью.

Мир всегда меняется. Он не постоянен. Но мы неизменно существуем во всех трех состояниях: бодрствовании, сновидении, глубоком сне. Никто не может искренне заявить: „Меня не существовало во время этих трех состояний". Следовательно, мы должны заключить, что это Я – неизменная субстанция, потому что все остальное находится в состоянии вечного движения. Если никогда об этом не забываешь, то это и есть освобождение».

Поскольку такое видение мира полностью противоречит тому, что принято считать здравым смыслом, Бхагавану часто задавали об этом вопросы. Даже его давние преданные иногда пытались убедить его немного смягчить свои взгляды. Я помню, как, например, однажды вечером в Холле майор Чэдвик попытался убедить Бхагавана, что мир на самом деле обладает некой реальностью и постоянством.

«Если мир существует, только когда существует мой ум, – начал он, – то когда мой ум утихает во сне или медитации, внешний мир исчезает тоже? Думаю, что нет. Если рассмотреть опыты тех других, что бодрствовали, пока я спал, придется заключить, что и тогда мир существовал. Разве не будет более правильным сказать, что мир был сотворен и существует вечно в неком громадном коллективном разуме? И если это верно, как можно говорить, что мира нет и что это только сновидение?»

---

[16] Бхагаван, равно как и многие другие индийские учителя, утверждал, что все, что разнится и меняется, не может быть реальным. С его точки зрения, неизменность – один из критериев реальности. Те, кто поддерживает такой взгляд, говорят, что поскольку только Самость неизменна, только Самость реальна. Сторонники *адвайты,* философии, которая утверждает, что только бесформенная Самость реальна и что нет ничего отдельного от нее, говорят, что видимость постоянно меняющегося мира есть иллюзия, генерируемая умом. Бхагаван, который решительно поддерживал учение *адвайты,* отстаивал точку зрения, что как мир, так и ум абсолютно нереальны, поскольку они не что иное, как иллюзорная видимость внутри неизменной Самости.

Бхагаван отказался смягчить позицию. «Мир не говорит, что он был сотворен в коллективном разуме или что он был сотворен в индивидуальном разуме. Он лишь видится в твоем маленьком уме. Если твой ум разрушится, мира не будет».

Чтобы проиллюстрировать эту истину, Бхагаван поведал такую историю:

«Давным-давно жил один человек, чей отец умер тридцать лет назад. Однажды ему приснился сон, в котором его отец был жив. Во сне он (тот человек, которому снился сон) был юношей и у него было еще четверо младших братьев. Отец в его сне накопил огромное богатство, которое и разделил между пятью братьями. Четверо младших братьев были неудовлетворены своей долей. Из зависти они начали бить старшего брата. Получая во сне удары, он проснулся. По пробуждении он с радостью осознал, что у него нет ни отца, ни братьев. Он открыл для себя, что из всех персонажей, которые были в его сновидении, на самом деле существовал только он.

Подобным образом, если мы выйдем за пределы этого сна наяву и будем видеть только нашу подлинную Самость, мы откроем, что мира нет и что нет никаких „других людей“. С другой стороны, если мы будем двигаться прочь от Самости и видеть мир, мы обнаружим, что попали в зависимость».

Немного позже Бхагаван подытожил, сказав: «Каждая *джива* видит мир разделенным, но *джняни* не видит ничего, кроме самого Себя. Это и есть состояние истины».

17

Однажды я спросил Бхагавана: *«У* меня часто болит желудок, что мне делать с этими болями?» Я надеялся, что он посоветует какое-нибудь лекарство.

Бхагаван ответил: «Что с этим делать? Тело само по себе большая болезнь. Чтобы эту болезнь уничтожить, все, что нам нужно сделать, это сохранять покой. Тогда все другие болезни оставят нас еще раньше».

Потом он в шутку заметил: «Ты приходишь ко мне и рассказываешь о своих болезнях. А мне кому рассказать о своих?»

Бхагаван никогда не жаловался, если болел. Я помню, как он долгое время страдал от геморроя, не утруждая себя кому-нибудь рассказать об этом. Когда болезнь обнаружилась, какие-то преданные приготовили лекарство и передали его Мадхаве Свами, сказав, чтобы он дважды в день давал его Бхагавану.

Мадхава Свами сказал Бхагавану, что тот должен принимать это лекарство, но Бхагаван отказался, сказав: «Не готовьте ради меня никаких снадобий и не давайте мне их. Употребление лекарства только увеличивает болезнь. Осел (болезнь) как пришел, так и уйдет. Дайте мне перетерпеть ее, и она уйдет. Вам не требуется давать мне какие-то рекомендации». После этого он отказался даже смотреть на лекарство.

В конце концов Бхагаван сказал, что принял бы лекарство, если всем преданным в Холле дадут его поровну. Поскольку все мы хотели, чтобы Бхагаван выздоровел, все согласились принять коллективное лечение.

18

Бхагаван часто говорил, что поскольку в Самости нет страдания, все страдание неизбежно должно являться продуктом ума. Когда я однажды спросил его о том, нет ли способа избежать мирских страданий, он дал мне типичный ответ: «Единственное средство – оставаться в состоянии Самости без потери ее осознания».

Проблема страдания была популярной темой диалогов в Холле, поскольку никто из нас, кроме Бхагавана, не обладал иммунитетом от периодических приступов смятения ума. Нижеприведенные вопросы и ответы, которые я в разное время наскоро записал, содержат типичную подборку ответов Бхагавана тем преданным, которые хотели понять или преодолеть страдание.

Вопрос: *Бхагаван, всю свою жизнь я не испытываю ничего, кроме страдания. Это из-за грешной* кармы *моих предыдущих рождений? Однажды я спросил мать, был ли я счастлив у нее в животе. Она мне сказала, что в то время очень сильно страдала. Как так вышло, что я набрал столько прегрешений? Почему я так много страдаю?*

Бхагаван: Мы могли бы сказать, что это происходит из-за *пурва кармы* (прошлой кармы). Но вместо того чтобы думать о том, что настоящая *карма* – следствие *кармы* того, например, воплощения, которое предшествовало последнему, найди, к кому пришло это настоящее воплощение. Если уж это тело приняло рождение, пусть оно задаст этот вопрос. Ты говоришь, что всегда испытываешь страдание. Это только твои мысли. Существует только счастье. То, что приходит и уходит, есть страдание.

Вопрос: *Как так случается, что так много страданий приходится на долю людей, которые ведут себя добродетельно?*

Бхагаван: Это хорошо, если страдание приходит к преданным. *Доби* (мужчина-прачка), когда стирает одежду, сильно бьет ее о камни. Но делает он это только для того, чтобы выбить из одежды грязь. Подобным образом, все страдания даются с единственной целью: очищение ума преданного. Если мы терпеливы, за ними придет счастье.

Следующие два вопроса при разных обстоятельствах были заданы мной.

Вопрос: *Радость и страдание случаются в соответствии с предыдущей* кармой. *Если у тебя есть желание, чтобы события происходили определенным образом, случится ли в результате именно так?*

Бхагаван: Если кто-либо совершил много *пуний* (добрых дел) в прошлом, то прямо сейчас все то, о чем бы он ни подумал, случится. Но он не изменит того, что предначертано. Что бы он ни пожелал, будет в согласии с тем, что в любом случае произойдет. Его желания будут соответствовать тому, что уже предначертано желанием или волей Всевышнего. Если есть множество *папам* (накопленных прегрешений), плоды этих деяний тоже материализуются в настоящий момент. Плоды избыточных *пуний* и *папам,* которые были принесены из прежних жизней, материализуются в этом рождении. В случае Видьяраньи Свами они излились золотым дождем.

Вопрос: *Когда кто-то делает добрые дела, на его долю достаются страдания. Но другой человек, который совершает много дурных деяний, может не страдать вообще? Почему так?*

Бхагаван: Каждый получает радость и страдание как результат *кармы,* принесенной из предыдущих рождений. Принимать терпеливо и то и другое и, оставаясь в Самости, совершать любые действия, в которые случилось вовлечься, не ища в них счастья или страдания, – только

это полезно. Исследование «кто я?» ведет к прекращению страдания и обретению высшего блаженства.

19

Вопрос (знатока писаний из Кералы): *Я пытаюсь следовать путем добродетели, но для меня это невозможно. Меня не пускают мои* самскары *(прежние ментальные привычки). Когда они исчезнут?*

Бхагаван: Спроси себя «кто я?». Твои *пурва самскары* пропадут, когда ты обнаружишь, кто ими обладает.

Вопрос: *Когда я медитирую, меня одолевает сон. Я не могу от этого избавиться. Что следует делать?*

Бхагаван: Если я говорю: «Я пробудился», – следовательно, «я спал». Когда наступает пробуждение, мы должны быть в состоянии, в котором находились, когда спали. Когда приходит сон, мы должны бодрствовать. Вот состояние пробужденного сна[17].

Вопрос: *Для меня это невозможно.*

Бхагаван: Самая главная помеха – мысль: «Для меня это невозможно».

Вопрос: *Что делать, когда мы ловимся в эту мысль и она нас беспокоит?*

Бхагаван: Мысль не ловит нас и не мешает нам. Мысль, ловящая нас, мешает самой себе.

Вопрос: *Если так, то как мне контролировать ум?*

Бхагаван: Контроль ума подразумевает необходимость второго ума, чтобы контролировать первый. Пытаться контролировать ум сродни тому, как если бы кто-то попытался решить невыполнимую задачу самому измерить длину своей тени.

Какими мы были во сне? Мы и сейчас точно такие же (лишенные ума и тела) «Я», какими были, когда спали. Наша первая ошибка в том, что мы оставляем то состояние и принимаем тело в качестве «Я».

Вопрос: Аджняна *(невежество) должна быть уничтожена. Я прав?*

Бхагаван: Будет достаточно, если ты разыщешь того, чья *аджняна* должна быть уничтожена.

---

[17] Бхагаван часто говорил, что преданным следует быть в состоянии, которое он называл «пробужденным сном». Во время глубокого сна ум покоится в Самости, но не сознает блаженства и тишины, которые там существуют. Бхагаван утверждал, что если кто-то смог бы полностью утопить ум в Самости без потери осознанности, то он ощутил бы блаженство сознательного сна. Для описания этого переживания использованы два похожих термина: удерживание полной осознанности во время сна называется «пробужденным сном», удерживать ум в Самости во время состояния бодрствования называется «сном во время бодрствования». Хотя названия разные, опыт сознания в обоих состояниях один и тот же.

20

Бхагаван: Когда я жил в пещере Вирупакша, туда часто приходило много людей, которые приносили всякую еду. И часто посетители принуждали меня съедать огромное количество пищи, содержащей большое количество специй, таких, как вадаи и пайясам. Однажды я решил попоститься, чтобы дать желудку полный отдых. Я знал, что в пещере Вирупакша оставаться опасно, потому что снизу могли опять прийти посетители с угощением для меня, поэтому я отправился на большую прогулку в лес на юго-западном склоне горы. Когда я проходил через тот лес, за мной следовали семь женщин, и каждая из них что-то несла на голове. Когда они меня увидели, я услышал, как они разговаривают между собой: «Тот человек, что идет перед нами, – наш Свами».

Когда они убедились в том, что я был «тот самый Свами», они подбежали ко мне. Одна сказала: «Свами, пожалуйста, сядь и прими от нас угощение». Одна дала мне иддли, другая мурукку, третья дала досу[18] и т. д. Так что они начали соревноваться между собой, угощая меня разной едой.

Поев и подумав: «О, как хорошо я сегодня попостился», – я встал и пошел от них прочь. У меня была мысль сбежать от них, но женщины кричали вслед: «Свами, ты должен согласиться днем пообедать с нами. Мы тебя не отпустим». Потом они ушли в направлении горы.

Думая о том, что сегодня не должен больше им попасться, я не спеша прошел еще немного и сел отдохнуть в тени дерева. Примерно в двенадцать часов дня эти женщины вышли из лесу и направились прямиком ко мне. Как только они приблизились, они стали настаивать, чтобы я отвел их туда, где они могли бы найти питьевой воды. Я отвел их к Сона Тиртхам в лесу, думая про себя, какой чудный у меня сегодня *упавасам* (пост).

Когда женщины утолили жажду, они попросили меня сесть и поесть. Передо мной расстелили банановый лист и подали блюда на все шесть вкусов[19], включая рис, овощи, самбар, расам, вадаи и пайясам.

Я подумал про себя: «О Боже! Того, что я съел утром, хватило бы на три дня. Как мне съесть все это?» Я чувствовал, будто меня набивают едой.

«Свами, – поинтересовалась одна из женщин, – почему ты так смотришь? Ешь так, как если бы мы все были Уннамулаи[20], угощающими тебя». Так женщины преподали мне *упадешу* (духовное наставление).

Как только я закончил есть, они покинули меня со словами: «Свами, с самого рождения мы никогда раньше не ходили в этот лес, но сегодня мы пришли сюда нарвать листьев». Внезапно все они исчезли.

«Каковы кудесницы!» – подумал я и продолжил свою *прадакшину,* медленно продвигаясь через лес. Потом, намереваясь пойти посидеть к Ветрилаи Мандатам, я вышел из леса.

Тем временем преданный по имени Рамасвами Айер купил два плода манго величиной с тыкву. Он приготовил из манго расам и принес его в пещеру Вирупакша вместе с приготовленным им рисом.

Поскольку меня не было, он поинтересовался, где Свами. Услышав от людей, что Свами, возможно, пошел на *прадакшину,* он подумал: «Свами пойдет вокруг горы по часовой стрелке. Я пойду против часовой, встречу его и отдам расам и рис».

---

[18] Мурукку – твердое, сильно прожаренное хрустящее острое печенье; доса – блин, сделанный из рисовой и гороховой муки.

[19] Сладкое, кислое, соленое, горькое, вяжущее и острое.

[20] Уннамулаи – местное имя Парвати, супруги Шивы.

Рамасвами Айер обнаружил меня, сразу как только я вышел из леса. Увидев меня, он тотчас сказал: «Свами, я ходил к пещере Вирупакша, чтобы увидеться с тобой, но не смог тебя там найти. Так что я пошел сюда, пытаясь разыскать тебя на пути *прадакшины.* Ты должен принять этот расам и рис. Пожалуйста».

Я рассказал ему обо всех перипетиях того дня, в том числе о том, как много я уже съел, но он не слушал никаких моих оправданий. Он настаивал на том, что я должен отведать его угощения. Я съел немного, прежде чем сказал: «Хватит, хватит! Сегодняшнее наказание было прекрасным!» Потом я начал свой путь назад в пещеру Вирупакша, едва способный передвигаться.

Затем Бхагаван продолжил рассказ и описал еще один случай, который произошел примерно в 1903 г.:

«Однажды Паланисвами (который в то время был его личным помощником), еще один человек и я сам шли вдоль ручья по южному склону горы. Мы увидели пожилую женщину, ломавшую сухие сучья для костра на самой вершине дерева. Я посмотрел вверх, чтобы рассмотреть, кто там собирает хворост для костра на такой большой высоте. Женщина тотчас повернулась и глянула на меня.

Воздев обе руки, она дала мне *упадешу:* „Эй ты! Чтоб тебя бросили в погребальный костер[21]! Зачем ты шляешься по лесу, вместо того чтобы тихо сидеть, где сидишь?“ „Мать, – ответил я, – ты права. Я не прав, в самом деле не прав. В наказание я отшлепаю сам себя“. Пока я обдумывал происходящее, я поднял голову, чтобы снова посмотреть на старушку, но ее нигде не было.

„О, это еще одна кудесница!“ – решили мы[22]. Потом, побродив еще какое-то время по лесу, мы вернулись в пещеру Вирупакша».

[21] В тамильском языке это звучит добродушно, но грубовато. Несмотря на то что все это было сказано в шутку, для бедной женщины, которая занимается физическим трудом, очень странно было подобным образом обращаться к Свами.

[22] Бхагаван рассказывал эти две истории несколько раз. Иногда, вспоминая эти случаи, он создавал у своих слушателей впечатление, что семь женщин, которые его кормили, и та женщина, которая его обругала, были скорее некими духами, а не простыми смертными. В этой конкретной версии текст наводит на мысль о том, что кудесница на вершине дерева растворилась в воздухе, после того как отругала Бхагавана. Кажется маловероятным, что она могла бы слезть с дерева и уйти, не будучи замеченной ни Бхагаваном, ни двумя его спутниками.

21

Когда посетитель спросил Бхагавана о *сиддхах* (сверхъестественных силах), тот ответил: «Оставаться неизменно в состоянии Самости – вот вечная *сиддха,* величайшая из всех *сиддх.* Все остальные *сиддхи* являются только *прарабдхой джняни,* осознавшего истину. Эти другие *сиддхи* обыденны».

Этот ответ очень походил на тот, который я сам получил несколькими неделями ранее. Когда я спросил Бхагавана о *сиддхах,* он ответил: «Практикование *сиддх* только еще больше подпитает эго. Величайшая *сиддха* в том, чтобы не видеть ничего другого, кроме Самости. Все остальные *сиддхи* придут и сами станут служить совершенному *джняни».* По этому случаю он привел цитату из *«Улладу Нарпаду»,* стих 35:

Осознать Самость, которая всегда присутствует,
и остаться таковым есть (настоящая) *сиддха.*
Все остальные *сиддхи* похожи на те,
что являются во сне.
Реальны ли они, когда просыпаешься?
Впадут ли снова в заблуждение те,
кто избавился от иллюзии и утвердился
в своем истинном состоянии?

22

В ноябре 1938 г. я вместе с Бхагаваном пошел прогуляться на гору. Когда мы возвращались обратно, я спросил его: «Что я должен делать, чтобы не засыпать во время медитации?»

Бхагаван ответил: «Тот, кто медитирует, не должен слишком много работать, ему также не следует переедать. Чем больше наполняешь желудок, тем ниже опускается ментальное состояние. Если желудок почти пуст, возвысишься духовно. Не стоит натягивать струны *вины*[23] ни слишком сильно, ни слишком слабо. Так же должно содержаться и тело.

Со сном то же самое. Треть ночи предназначена для сна. То есть нужно отправляться спать в десять вечера и просыпаться в два часа. Днем спать не следует. Есть еще и другая система. Вставать следует, когда бы ни проснулся, а спать ложиться, как только захочешь. Но не следует думать „я спал“ или „я проснулся'».

Затем он привел стих 33 *«Дэвикалоттары»:*

Ум часто впадает в дрему или засыпает.
Будь бдителен и возвращай его
в изначальное состояние снова и снова.

[23] Большой струнный инструмент, который используется в классической индийской музыке.

23

Однажды кто-то спросил Бхагавана о *рупа* (имеющем форму) и *арупа* (бесформенном) уме.

Бхагаван ответил, сказав следующее: «Чистый ум называется *манокаша* (пространственный, или пустой, ум). Сразу же по пробуждении от сна у всех людей без исключения возникает ясность осознанности (*джнапти*). Это бесформенный ум. Такие мысли, как „я есть тело“, „это мир“, возникают потом. Это ум, имеющий форму. Во время показа кинофильма сначала появляется свет. Только потом на экране появляются формы. Подобным образом, сначала приходит свет Самости и создает пространство для всего, что следует потом».

Другой преданный захотел узнать, какой метод ему следует использовать, чтобы сделать ум устойчивым и стабильным.

Бхагаван сказал ему: «Достаточно всегда думать об одном. Если ум не подчиняется, снова начинай думать только об одном и том же. Со временем ум станет подчиняться твоим приказам».

Третий преданный спросил о мирской деятельности: «Иногда происходит медитация, в другой раз мирская деятельность. В чем разница между ними?»

Бхагаван ответил: «Пребывать в медитации и пребывать в действии – одно и то же. Это как назвать один и тот же предмет на двух разных языках; подобно тому как ворона имеет только один глаз, но видит в двух разных направлениях[24]; подобно тому как слон использует один и тот же хобот для двух видов деятельности – дыхания и питья; подобно тому как кобра пользуется своими глазами для двух действий – чтобы видеть и чтобы слышать»[25]. Потом он привел следующий стих [2.173] из *«Кайвалья Наванитам»:*

Если ты всегда осознаешь,
что Я есть совершенное сознание,
какое имеет значение,
сколько ты думаешь или что ты делаешь?
Все это нереально, как видения сна
после пробуждения.
Я есть всецело блаженство!

Кажущаяся очевидной дихотомия между медитацией и мирской жизнью подтолкнула меня задать свой собственный вопрос. «Бхагаван, – спросил я, – как может быть, что одинаковую радость получаешь и от мирской деятельности, и от медитации?»

Бхагаван объяснил, что все контрастирующие эмоции– продукт ума: «Чья-то радость и чье-то страдание зависят от его ментального состояния. Радость – наше естественное состояние. Страдание случается, когда Самость оставляется и думается, будто тело и ум – это „Я“. Что с этим делать? Мысль, что я есть это тело, набирала силу в течение многих рождений. То, что остается после того как она уничтожена, и есть счастье».

Бхагаван не ответил прямо на мой вопрос о разных типах счастья, но тема разъяснилась позже, когда другой преданный задал похожий вопрос: «Бхагаван, в шастрах сказано о многих

[24] В Южной Индии широко распространено поверье, что у ворон имеется один большой глаз в центре черепа. Те, кто в это верит, говорят, что этот глаз вращается из стороны в сторону, так что ворона может им пользоваться, чтобы смотреть поочередно из каждой глазницы.

[25] Еще одно распространенное народное поверье.

различных типах *ананды* (счастья или блаженства). Действительно ли существует так много различных типов?»

«Нет, – ответил Бхагаван, – *ананда* только одна. Та *ананда* сама по себе есть Бог. Наше естественное состояние – это *ананда.* Поскольку это пережито внешне, посредством разнообразных чувственных удовольствий, ему и даны разные наименования. Однако, коль скоро испытано наслаждение многими вариантами удовольствия, придется испытать и многие миллионы вариантов несчастья. Но для *джняни* это не так. Он наслаждается всем тем счастьем, которое переживается каждым в мире как своей собственной *Брахманандой* (блаженством Брахмана). *Брахмананда* как океан. Внешние виды счастья подобны волнам, пене, пузырям и ряби.

Ананда известна всем во сне. Все живые существа и все люди от нищего до императора одинаково испытывают *ананду,* когда спят».

24

Вопрос: *Свами, как только я услышал ваше имя, у меня появилось огромное желание вас увидеть. И вот я приехал. Каким образом мне пришло такое сильное желание?*

Бхагаван: Точно таким же образом, каким тебе пришло твое тело.

Вопрос: *Что является результатом чьей-либо жизни?*

Бхагаван: Если человек думает, что должен вести себя в соответствии с истинными жизненными принципами, это само по себе является результатом великого *тапаса,* совершенного в предыдущей жизни. Те, кто так не думает, попусту теряют время.

25

Однажды вечером, когда все мы сидели на горе, Бхагаван рассказал нам о двух случаях, произошедших у пещеры Вирупакша:

«В начале моей жизни здесь я как-то раз сидел на камне на горе, когда снизу пришел мальчик, чтобы со мной увидеться. Ему было около восьми. Увидев меня, он сказал с огромной жалостью: „Свами, почему ты так вот ушел, чтобы жить одному безо всякой одежды[26]? “

Я дал ему такой ответ, который удовлетворил бы его ум: „Старшие у меня дома на меня рассердились, поэтому я ушел и пришел сюда“.

Мальчик спросил: „Чем ты зарабатываешь на еду?“

Я ответил: „Если кто-нибудь дает мне что-то, я это беру. Если нет, я не ем“.

Мальчик был поражен, что мне приходится жить такой трудной жизнью.

„Аййо! – воскликнул он. – Пойдем со мной. Я поговорю с начальником насчет работы. Если ты несколько дней поработаешь просто за пищу, он потом положит тебе зарплату“. Я ответил на его предложение молчанием[27].

В другой раз, когда я сидел на скамейке у пещеры Вирупакша, ко мне поднялся маленький мальчик и долго пристально на меня смотрел. Потом у него потекли слезы и он громко зарыдал. Паланисвами, который был внутри пещеры, вышел наружу и спросил его: „Почему ты плачешь?“

„Когда я смотрю на него, мне его так жалко“, – сказал мальчик и продолжил рыдать».

Шри Бхагаван, как он часто делал, когда рассказывал истории, оживлял повествование, разыгрывая по ролям действия персонажей. В этом случае он искусно сымитировал речь и рыдания мальчика.

---

[26] Бхагаван в то время не носил ничего, кроме набедренной повязки.

[27] Этот и последующий случаи описаны в «Дне за днем с Бхагаваном», с. 10–11. В той версии Бхагаван сказал мальчику, что тот мог бы спросить начальника о возможности заработать. Поскольку мальчик больше не возвращался, Бхагаван продолжил быть «безработным».

26

Вопрос: *В Пуранах говорится, что* мокша *означает жизнь на Кайлаше, в Вайкунте или в Брахмалоке (индуистских небесах) и получение там* даршана *Бога. Правильно ли это? Или же* мокша *наступает, только когда кто-то сливается с Брахманом в том состоянии, когда нет осознания тела, мира и ума?*

Бхагаван: Жизни в Вайкунте и на Кайлаше – это не *мокша.* Если каждый попадет в Вайкунту и на Кайлаш, где там найти для всех места? Если я должен жить и наслаждаться блаженством вместе с Богом, тогда Бог должен быть *джада* (бездеятельным). Если он *джада,* где нам наслаждаться блаженством?[28]

Потом Бхагаван привел стих тридцать первый *«Улладу Нарпаду»,* в котором описывается истинное состояние освобождения:

Тому, кто разрушил себя (свое эго)
и пробужден к своей природе блаженства,
в чем еще совершенствоваться?
Он не видит ничего, отличного от себя.
Кто может постичь его состояние?

[28] Некоторые дуалистические индуистские секты верят в то, что нужно оставаться отделенным от Бога, чтобы наслаждаться Его блаженством. Дуалисты часто приводят аргумент, что сладость сахара можно испытать, только если существует некто отдельный от сахара, чтобы ощущать его вкус. Бхагаван часто говорил, что эта аналогия неприменима, потому что Бог не есть инертный объект *(джада),* отдельный от переживающего *«я».*

27

Несколько человек приехали с юга за *даршаном* Бхагавана. Среди них был маленький мальчик лет пяти. Он сделал *намаскарам,* потом приблизился к Бхагавану и с любовью взглянул на него. Бхагаван положил левую руку на голову мальчика и спросил: «Что ты хочешь?» Мальчик твердо ответил: «Я не хочу ничего».

«О! – сказал Бхагаван. – Наш человек».

Затем, обращаясь к людям, с которыми мальчик приехал, он добавил: «Если он будет оставаться в состоянии „не-желания“, к нему придет все».

Это напомнило Бхагавану один старый случай из его жизни:

«Когда я жил при храме Пачайямман, моя набедренная повязка порвалась. Я никогда никого ни о чем не просил, так что пришлось зашивать ее самому. В качестве иголки я использовал колючку от кактуса. Я стянул повязку по краям нитью, которую достал из нее же. После ремонта я смог ее носить еще два месяца.

В то же самое время у меня было полотенце, в котором дыр было столько, что оно походило на сеть. Однажды пастух, увидев это полотенце и пытаясь надо мной посмеяться, сказал: „Свами, Губернатору [провинции] хочется иметь это полотенце*'.

Постирав и высушив полотенце, я обычно наматывал его на руку, так чтобы никто не видел, в каком оно состоянии. Каким-то образом те, кто был со мной, прознали об этом и принесли три комплекта новых набедренных повязок и полотенец. Они забрали мое старое полотенце и заставили сменить набедренную повязку на новую.

Если остаешься в состоянии „не-желания“, все к тебе придет. Вот почему как приязнь, так и неприязнь нежелательны».

28

Морис Фридман: *Иногда во время медитации я вхожу в состояние, в котором я ничего не знаю. Это состояние* манолайи *или* манонасы[29]?

Бхагаван: Как в *манолайе,* так и в *манонасе* вопросов не возникнет.

Фридман: *Что такое* манонаса?

Бхагаван: Непрерывно оставаться таким, каков есть, когда не возникает никакого сомнения или мысли вроде «ничего не известно» или «что-то известно» – только это и есть *манонаса.*

[29] Бхагаван определял *манолайю* как «временное прекращение всех ментальных способностей», а *манонасу* как «полное и окончательное разрушение ума».

29

Вопрос: *В писаниях говорится, что внимание следует сосредоточивать в центре между бровями. Это правильно?*

Бхагаван: Чувство «я есть» непосредственно очевидно для всякого. Что за радость в лицезрении какого-либо особого Бога, если этим чувством пренебрегают? Нет ничего более глупого, чем думать, что Бог существует только в определенных местах, таких, как точка между бровями. Сосредоточение внимания на этих местах – это просто насильственная форма *сад-ханы,* целью которой является концентрация ума, для того чтобы предупредить его метания туда-сюда. Исследование «кто я?» – куда более легкий метод контроля ума.

Все методы религии хороши только на определенных уровнях развития. Сотворенная умом *майя* должна быть разрушена самим же умом.

Вопрос: *Какую пищу должен есть духовный искатель?*

Бхагаван: *Нияма* (правило), что есть нужно саттвическую пищу в умеренных количествах, лучше всех прочих *ниям.*

Вопрос: *В писаниях рассказывается о разных видах* асан *(йогических поз). Какая из них лучше? Какую нужно практиковать?*

Бхагаван: *Нидидхьясана* (ничем не нарушаемая медитация или созерцание) лучше всего. Достаточно, если практикуется это.

30

В разное время я бегло записывал короткие ответы или утверждения Бхагавана, которые по той или иной причине вдохновляли меня на тот момент, когда были произнесены. Обычно я опускал сам вопрос или контекст ответа, потому что не думал тогда, что они представляют собой что-то очень уж важное. Ниже приведены двенадцать таких записей.

1 Течение реки останавливается, как только она достигает океана и становится с океаном одним целым. Подобным образом, если чей-то ум всегда медитирует на Самость, в конце концов он становится *Атмамайям* (т. е. он станет одной природы с Самостью).

2 Когда кто-то спросил Бхагавана, как избавиться от гнева, тот ответил: «Разгневайся на гнев. Желание – корень гнева. Отсутствие желания есть абсолютное счастье».

3 Естественное имя каждого – *мукти.*

4 Тот подлинно человек, кто не перестает удерживаться в состоянии Самости, когда ему приходится заниматься разного рода проблемами, которые приходят сами по себе и без его желания.

5 Тот, кто думает «я есть тело», впадает в грех самоубийства. Тот, кто думает «я есть *Атман»,* – человек, которому ужасно повезло. Момент медитации на «я есть *Атман»* разрушит всю *санчита карму,* точно так же, как солнце разрушает тьму. Как *карма* может остаться неразрушенной в том, кто постоянно медитирует таким образом?

6 Когда приходит сон, бодрствуй. Спи, когда бодрствуешь. Это и есть «спать, не спя». Быть свободным от тревог – спать, не спя[30].

7 Желание – это *майя.* Отсутствие желания – Бог.

8 Тот человек, который любит Вседержителя, понимая, что ничего не может быть достигнуто его собственными деяниями, и кто вместо этого ожидает, что всякое действие будет исполнено только Богом, – такой человек всякую минуту ведом Богом по пути истины.

9 Каждый повсюду видит себя. Он находится в том же состоянии, в каком находятся Бог и мир.

10 Естественная преданность – это знать Себя и постоянно оставаться в том состоянии, не забывая его.

11 Бог меньше мельчайшего атома и больше космоса. Все есть формы Бога. Из-за нашего ощущения отделенное™ мы думаем, что мы индивидуальные личности. Нет в мире заблуждения большего, чем это.

12 Об испорченных других может думать только тот, кто испортил самого себя.

[30] См. сноску на стр. 42.

31

Вопрос (подан как список вопросов в письменном виде):

а *Сотворил ли Бог мир вначале с таким же количеством различий, какое существует сейчас? Или эти различия появились на свет спустя какое-то время?*

б *Если Бог общий для всех, почему некоторые люди хорошие, а некоторые плохие? Один хромой, другой слепой, один человек* джняни, *тогда как многие другие* аджняни. *Почему он создал все эти различия?*

в *Существуют ли даже сегодня ашта дик палаки (духи-хранители восьми главных мест), тридцать три крора, или дэва (воплощенных духа) имахариши (великие видящие)?*

Бхагаван (мельком взглянув на бумагу): Ответ на все эти три вопроса выявится сам собой, если ты спросишь себя, кому эти вопросы пришли на ум?

После того как мы сначала познаем себя, если мы затем глянем на сотворенный Богом мир, мы поймем истину. Пытаться познать Бога и мир, не познав себя, есть и в самом деле невежество. Мнения человека, который не знает сам себя, подобны мнениям человека, который сам страдает желтухой и говорит другим, что все вокруг него окрашено желтым. Кто согласится с ним?

Маленькое семя содержит в себе большое баньяновое дерево, но что появилось первым: дерево или семя? Что сказать в ответ на этот вопрос?

Существует только один настоящий ответ на такие вопросы: «Если познаешь себя, мира не существует».

Потом Бхагаван подкрепил это утверждение, приведя четыре строки из собственных философских работ:

Разве это не невежество познавать все остальное,
не познав Самости, которая есть источник
всякого знания?
Может ли это быть знанием?

(«Улладу Нарпаду», стих II, строки 1 и 2).

Если у тебя есть форма,
мир и Бог тоже будут иметь форму.

(«Улладу Нарпаду», стих 4, строка 1)

Что еще познавать,
когда познана Самость как таковая?

(«Атма Видья Киртанам», стих 3, строка 2)

Немного позже Бхагаван дал похожий ответ другому преданному, который хотел получить информацию о Боге и творении.

Вопрос: *Почему Бог, который предположительно свободен от всяких желаний, сотворил мир?*

Бхагаван: Этот вопрос будет уместен, только если он существует отдельно от Бога. Почему такие вещи подвергаются сомнению? Кто тот, который спрашивает, прежде всего? Существует ли этот вопрос, когда ты спишь?

«Я одно, Бог другое», – кто велел тебе мыслить подобным образом? Только когда мы знаем о собственных характеристиках, мы способны будем узнать о характеристиках Бога. Разве не правильно? Сначала узнай, чем являешься *ты,* что есть Самость. Что есть Бог, может быть познано позже.

32

Вопрос: *Из-за того что у меня слишком много работы, я постоянно забываю медитировать. Если я буду вот так часто забывать медитировать, когда же у меня наступит прогресс?*

Бхагаван: Ничего страшного. *Джняна* не приходит за день. *Самскары* (привычки ума) уйдут только со временем. Сегодня мы можем думать каждые четыре часа: «О, я забываю медитировать». Завтра мы можем вспоминать об этом каждые три с половиной часа, через день каждые три. И так далее. Энтузиазм в отношении медитации постепенно придет.

Зачем ты думаешь: «Почему я не помедитировал?» или «Почему я не потрудился?» Если мысли «я делал» и «я не делал» отвергнуты, тогда всякие действия в конце концов будут как медитация. В том состоянии медитацию невозможно отвергнуть. Это состояние *сахаджа самадхи.*

Вопрос: *Были лищменя* пуньи *в предыдущих рождениях?*

Бхагаван: Если бы не было, как эти мысли смогли бы прийти тебе в голову?

33

Следующие вопросы были заданы активисткой партии Индийский Конгресс по имени Рамешшари Неру.

Вопрос: *Каково мнение Бхагавана о возможности для хариджан[31] входить в храмы?*

Бхагаван: У меня нет особого мнения. Все вещи свершаются по воле Бога. Все, что нужно сделать, делается Богом в надлежащее время в надлежащем месте и надлежащим образом.

Вопрос: *Хорошо ли человеку заниматься общественной работой? Или вместо этого лучше идти в пещеру и медитировать?*

Бхагаван: Хорошо и то и другое. Но только тот, кто послужил себе самому, знает, как послужить обществу.

[31] Хариджаны, или неприкасаемые, – это индуисты, которые не принадлежат ни к одной из четырех главных каст. Вплоть до 1930-х гг. никому из них не позволялось входить в индуистские храмы. В наши дни все хариджаны имеют определенное законом право посещать любое место поклонения индуистов.

34

Женщина по имени леди Бейтмен приехала в ашрам с друзьями и сопровождением и осталась на несколько дней. Она пришла за *даршаном* вместе со своей группой и спросила Бхагавана: «Так же как и мы, Бхагаван ест, разговаривает, прибегает к лекарствам от зубной боли и т. д. В чем тогда разница между нами и Бхагаваном? Я не вижу никакой разницы».

Бхагаван объяснил разницу между *джняни* и *аджняни,* приведя несколько аналогий: «Сразу перед тем как лечь спать, маленький мальчик начал плакать и попросил у матери: „Мама, я голодный. Дай мне рису“. Мать ответила: „Пожалуйста, подожди немного, рис еще готовится*'. Мальчик уснул раньше, чем рис был готов. Немного позже мать разбудила его и показала ему разные блюда из приготовленного риса: „Посмотри, вот рис и *дал,* вот *расам,* вот рис с творогом“. Мальчик был очень сонным, но все-таки смог поесть, прежде чем уснул снова. На следующее утро, сразу как только проснулся, он спросил мать: „Почему вчера вечером ты не дала мне риса?“ Все люди в доме знали, что он поел, но сам мальчик этого не осознавал, потому что для него это был просто вставленный в сон эпизод посередине ночи. Действия *джняни* чем-то похожи на те, что осуществлял тот маленький мальчик. То есть другие люди видят, что он принимает участие в различной деятельности, но сам *джняни* не осознает, что он что-то делает.

Есть еще две другие похожие аналогии: можно сказать, что состояние *джняни* подобно состоянию человека, который слушает рассказ, тогда как его ум находится где-то еще, или что он похож на спящего погонщика запряженной буйволами повозки, чья повозка движется по дороге, даже несмотря на то, что он спит.

Давайте я приведу еще один пример. Двое людей спали в одном и том же месте. У одного из них был сон, в котором оба они испытывали мучения, пока пробирались через дремучие леса. Другой человек спал хорошо, и сны ему не снились вообще. Тот, кому снились сны, думал, что другой, который спал хорошо, тоже страдает. Тот, кому снится сон, подобен *аджняни:* он создал для себя мир сна, страдает в том сне, а поскольку он неспособен видеть, что это только сон, он верит, что все люди из его сна тоже страдают. *Джняни* же, напротив, мир не снится совсем. Он не выдумывает страданий ни для себя, ни для других людей. Так происходит потому, что *джняни* смотрит на все как на *джняну,* как на свою собственную Самость, тогда как *аджняни* видит вокруг себя только *аджняну.* То, по отношению к чему *джняни* спит, для *аджняни* явь. То, по отношению к чему *аджняни* спит, для *джняни* явь.

Свами Рама Тиртха однажды делал *джапу* имени Шивы на крыше высокого здания. Человек, бывший *аджняни,* поднялся к нему и сказал: „Спрыгни отсюда вниз. Тогда и посмотрим, сможет ли тебя спасти то слово, которое ты повторяешь*'.

Свами Рама Тиртха спросил его: „Где верх, а где низ?“ Для *джняни,* который видит только *джняну,* таких различий не может существовать.

Аджняни подобен человеку, который смотрит только на имена и формы, что появляются на киноэкране. *Джняни* же, напротив, всегда осознает экран, на котором имена и формы появляются».

35

В 1939 г. двое сотрудников Конгресса пришли в Холл и начали задавать Бхагавану вопросы:

Вопрос: *Можем ли мы вашей милостью обрести* джняну *и научить ей людей в мире?*

Бхагаван: Сначала познайте себя. Оставьте в покое идею об обучении других. Если после вашей реализации останутся этот мир и его люди, можете учить их. Пытаться помогать миру, не познав самого себя, – все равно что слепому пытаться лечить глазные болезни у других. Сначала очистите свои собственные глаза. Если вы это сделаете, то увидите глаза всех остальных как свои собственные. Тогда, если вы видите глаза всех остальных как свои собственные, как вы можете существовать, не помогая им?

Вопрос: *Почему никто не способен обрести* джняну, *сколько ни читай* махавакью *«ахам брахмасми»*[32] *из «Веданта шастр»?*

Бхагаван: Знание Себя не в *«Веданта шастрах».* Знание Себя может быть обретено только через изучение себя.

Вопрос: *Как изучать себя?*

Бхагаван: Ты можешь себя изучать, только если существует два «себя» (тот, кто изучает, и тот, кого изучают). Пребывать в качестве Самости и есть изучать Себя. Если изучаешь *веды* или *шастры,* ты, возможно, добьешься уважения в мире. Тогда общество будет украшать твою шею гирляндами, читать тебе приветственные письма, предоставит тебе хорошую еду, даст красивое имя и много денег. Но все эти вещи станут большими помехами для *джняны* и *садханы.*

Вопрос: *Тем не менее, сколько мы ни стараемся, страдания, вызванные* самсарой, *никуда не деваются.*

Бхагаван: Если мы увидим, кто обладает *самсарой,* страдание уйдет.

Вопрос: *Сказано, что можно достичь Самости средствами йоги Патанджали. Так ли это?*

Бхагаван: Йога означает соединение двух существующих вещей. Согласитесь ли вы с тем, что существует два «я»?

Вопрос: *Нет.*

Бхагаван: Где тот, кому нужно достигать знания о Самости? Поскольку мы сами уже являемся Самостью, страдание возникает, только когда мы думаем, что «я есть тело» или что «существует некая Самость, которую нужно достичь». Самость – это не что-то такое, что находится где-то далеко. Нам нет необходимости искать ее, путешествуя на самолетах и поездах. Поступая так, мы будем похожи на человека, который, будучи погруженным в воду, кричит: «Я хочу пить! Я хочу пить!» Если мы хотим достичь Самости, уже являясь Самостью, как такое возможно?

---

[32] *Ахам брахмасми* означает «я есть Брахман». В Упанишадах (называемых здесь «Веданта шастрами»), существует четыре *махавакъи,* или «великих изречения», которые торжественно утверждают реальность Самости, или Брахмана. Традиционные практики *адвайта-садханы* заключаются в том, чтобы повторять *махавакъи* – одну или более, – пока не будет обретена неодолимая уверенность, а еще лучше переживание, что только Самость существует.

Вопрос: *Пожалуйста, укажите нам метод, чтобы разрушить ум.*

Бхагаван: Найдите того, кто этим умом обладает. Если после того как вы добьетесь в этом успеха, ум еще будет существовать, тогда можете поискать метод, чтобы его разрушить.

Вопрос: *Умом обладаю я.*

Бхагаван: Кто ты? Ты – это тело? Почему ты не задаешь подобных вопросов, пока спишь? Согласен ли ты, что ум и *прана* (жизненная сила, которая одушевляет тело) не являются тобой?

Вопрос: *Не являются.*

Бхагаван: Ты есть Самость. Если существует что-то отдельное от тебя, ты можешь думать о том, чтобы сделать для него что-то хорошее или плохое. Но если ты сам есть единственно существующий, как может быть какая-то приязнь или неприязнь? Отсутствие желаний – вот абсолютное блаженство.

Вопрос: *Из-за нашего невежества мы просим вас еще раз. Мы умоляем Шри Бхагавана простить нас и дать нам ответ. Сказано, что нужно выполнять духовную практику* (абьясу), *чтобы избавиться от ума. Как это следует делать?*

Бхагаван: Исследование с помощью ума: «Чей это ум, который следует разрушить?» и есть *абьяса,* чтобы избавиться от ума.

Вопрос: *Кто я? Я не знаю.*

Бхагаван: Даже не зная, кем мы являемся, мы хотим добиться чего-то еще. То, чего мы хотим добиться, – это то, чем мы уже являемся. Переживание любого состояния или божественного мира, которое к нам приходит, в конце концов снова уйдет. То, что приходит и уходит, – это не Самость. То, что всегда присутствует в переживании каждого, – только то и есть наша подлинная Самость. То есть *мокша.*

Вопрос: *Какую пользу может принести Гуру ученику?*

Бхагаван: Гуру и Бог могут только обозначить путь, сказав: «Ты есть То». Больше ничего сделать невозможно. Пройти по пути – это работа ученика.

Вопрос: *Я хочу познать себя. Вы должны указать мне путь.*

Бхагаван: Ты согласен с тем, что у тебя два «я»?

Вопрос: *Это то, о чем я ничего не знаю. Что мне следует делать, чтобы заставить ум успокоиться?*

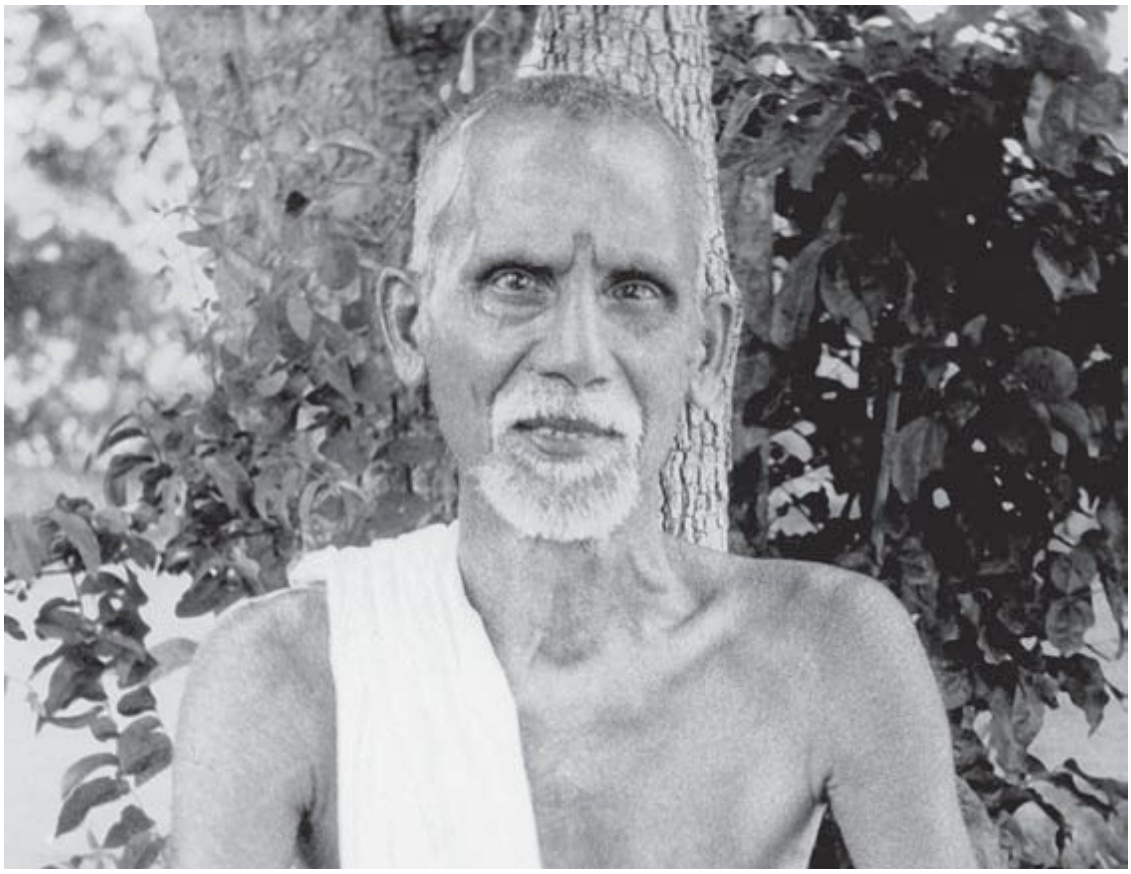
Бхагаван: Достаточно продолжать наблюдать за местом, откуда ум возникает.

36

Однажды, когда я гулял с Бхагаваном по горе, я обратился к нему с просьбой: «Бхагаван, я ничего не хочу в этом мире, кроме способности не иметь мысли я-есть-это-тело».

Мягко кивнув головой, Бхагаван милостиво ответил: «Все великие люди упорно трудились только над этим. Ты тоже есть То».

Беседы с Аннамалаем Свами



В течение примерно девяти месяцев 1986 г. американский санньясин по имени Сатья записал и транскрибировал большое количество диалогов, которые происходили между Аннамалаем Свами и приходившими к нему посетителями. Этот раздел состоит из отредактированных наиболее интересных фрагментов бесед, имевших место в тот период времени. Все задававшие вопросы посетители были иностранцами, и большинство из них пришли к Аннамалаю Свами за советом, как правильно медитировать. Аннамалай Свами отвечал, давая им в изящной и убедительной форме краткое изложение учения Бхагавана о духовной практике.

Каждая из последующих бесед имеет свой номер и содержит наставления, которые давались в какой-то определенный день, приходящийся на этот период. Мне не удалось идентифицировать тех, кто задавал вопросы, но следует заметить, что в некоторые дни вопросы задавал не один человек, а несколько. Это объясняет то, что в некоторых местах тема резко меняется, а также то, что существуют некоторые очевидные противоречия во взглядах, практиках и опытах посетителей, задававших вопросы.

Дэвид Годман

1

Вопрос: *Какой самый легкий путь освобождения от «маленького я»?*

Аннамалай Свами: Перестань отождествляться с ним. Если сможешь убедить себя, что это «маленькое я» на самом деле не ты, оно просто исчезнет.

Вопрос: *Но как это сделать?*

Аннамалай: «Маленькое я» – это нечто такое, что только кажется реальным. Если ты поймешь, что у него нет реального существования, оно исчезнет, оставив за собой переживание единственного подлинного Я. Пойми, что у него нет реального существования, и оно перестанет тебя тревожить. Сознание всеобще. В нем нет ограничения или «маленького я». Только если мы отождествляем себя, ограничиваем себя телом и умом, это ложное «я» рождается. Если с помощью исследования ты пойдешь к источнику этого «маленького я», ты обнаружишь, что оно превратится в ничто.

Вопрос: *Но я слишком привык ощущать, что я и есть это «маленькое я». Я не могу сломать эту привычку просто думая: «Я не есть это „маленькое я“».*

Аннамалай: Это «маленькое я» даст дорогу подлинному Я, только если ты постоянно медитируешь. Невозможно только с помощью нескольких случайных мыслей попросить его убраться. Попробуй вспомнить аналогию с веревкой, которая выглядит в сумерках змеей. Если ты видишь в веревке змею, подлинная природа веревки от тебя скрыта. Как только ты увидел веревку, змеи больше нет. Более того, ты знаешь, что змеи там никогда и не было. Когда у тебя есть ясное и верное восприятие того, что змеи вообще никогда не существовало, вопрос о том, как эту змею убить, пропадает. Примени эту аналогию к «маленькому я», о котором ты беспокоишься. Если сможешь понять, что это «маленькое я» никогда вообще не существовало нигде, кроме твоего воображения, ты не будешь беспокоиться о путях и средствах избавления от него.

Вопрос: *Это все очень ясно, но я чувствую, что мне нужна помощь. Я не уверен, что смогу выработать это понимание самостоятельно.*

Аннамалай: Желание, чтобы тебе помогли, – это часть твоей проблемы. Не совершай ошибку, воображая, что существует некая цель, которой нужно добиться, которую нужно достичь. Если думаешь подобным образом, то станешь искать методы практики и людей, которые помогли бы тебе. Так ты увековечишь проблему, которой стремишься положить конец. Вместо этого развей в себе осознание: «Я есть Я. Я есть То. Я Брахман. Я все». Тебе не нужно никаких методов, чтобы избавиться от ложных идей, которые у тебя есть о себе. Все, что тебе нужно сделать, – это перестать им верить. Лучший способ – заменить их идеями, которые более точно отражают положение дел. Если ты будешь думать «я есть Я» и медитировать на это, это принесет тебе гораздо больше пользы, чем думать: «Я есть это „маленькое я“. Как же мне избавиться от этого „маленького я“?»

Я всегда достигнуто, всегда реализовано, это не что-то такое, что тебе нужно искать, достигать или открывать. Твои *васаны* и все те неверные идеи, которые у тебя есть о себе, блокируют и скрывают переживание подлинного Я. Если ты не будешь отождествляться с неверными идеями, твое Самоестество не будет от тебя скрыто.

Ты сказал, что тебе нужна помощь. Если твое желание обрести надлежащее понимание своей подлинной природы достаточно сильно, помощь придет автоматически. Если ты хочешь выработать осознание своей подлинной природы, тебе будет оказана неизмеримая помощь в виде контакта с *джняни*. Энергия и благодать, которые излучает *джняни,* успокаивают ум,

автоматически уничтожают ложные идеи, которые у тебя есть о себе. Ты можешь добиться прогресса, будучи на *сатсанге* реализованного Гуру и с помощью постоянной духовной практики. Гуру не может сделать за тебя все. Если ты хочешь отказаться от ограничивающих привычек, выработанных за многие жизни, ты должен практиковать постоянно.

Большинство людей обманываются внешней схожестью змеи и веревки. Действуя в соответствии со своим обманутым восприятием, они придумывают множество различных способов убить змею. Они никогда не добьются успеха в желании избавиться от змеи, пока не откажутся от идеи, что змея там вообще существует. Люди, которые хотят убить или контролировать ум, сталкиваются с той же проблемой: они воображают, что существует какой-то ум, который нужно контролировать, и предпринимают решительные шаги, чтобы забить его до покорности. Если вместо этого они выработали бы понимание, что не существует такой вещи, как ум, все их проблемы закончились бы.

Ты должен выработать убеждение: «Я есть всепроникающее Сознание, в котором все тела и умы в этом мире появляются и исчезают. Я – то Сознание, которое остается неизменным и незатронутым этими появлениями и исчезновениями». Утвердись в этом убеждении. Вот все, что тебе нужно сделать.

Бхагаван однажды рассказал историю о человеке, который хотел похоронить свою тень в глубокой яме. Он выкопал яму и встал в такое положение, что его тень падала на дно ямы. Затем человек попытался закопать ее, закидывая сверху землей. Всякий раз, когда он бросал в яму землю, тень оказывалась поверх нее. Конечно, у него ничего не вышло с похоронами тени. Многие люди ведут себя подобным образом, когда медитируют. Они принимают ум за реальность, пытаются с ним бороться и убить его – и всегда терпят неудачу. Вся эта борьба с умом – ментальная активность, которая усиливает ум, вместо того чтобы ослаблять. Если ты хочешь избавиться от ума, все, что тебе требуется сделать, – это понять, что он «не я». Взращивай осознание, что «я есть проистекающее из собственной природы Сознание». Когда это понимание станет твердым, несуществующий ум не будет тебя тревожить.

Вопрос: *Не думаю, что повторение «я не ум, я Сознание» когда-либо убедит меня, что я не являюсь умом. Если бы я мог пережить, хотя бы на мгновение, на что это похоже – быть без ума, убеждение пришло бы автоматически. Думаю, что одна секунда переживания Сознания таким, каково оно на самом деле, была бы более убедительна, чем несколько лет повторений в уме.*

Аннамалай: Каждый раз, когда ты идешь спать, у тебя есть опыт пребывания без ума. Ты не можешь отрицать, что существуешь во время глубокого сна, и не можешь отрицать, что твой ум не функционирует во время сна без сновидений. Этот ежедневный опыт должен убедить тебя, что это возможно: продолжать существовать без ума. Конечно, у тебя нет полного переживания Сознания, пока ты спишь, но если ты подумаешь о том, что происходит в этом состоянии, ты должен прийти к пониманию, что твое переживание, непрерывность твоего бытия никоим образом не зависит от твоего ума или твоего отождествления с ним. Когда ум снова появляется каждое утро, ты мгновенно совершаешь скачок к умозаключению: «Вот он настоящий я». Если ты какое-то время поразмышляешь над этим утверждением, то увидишь, насколько оно абсурдно. Если то, чем ты на самом деле являешься, существует, только когда присутствует ум, тебе придется принять, что ты не существуешь, пока спишь. Никто не примет такого абсурдного заключения. Если ты проанализируешь свои чередующиеся состояния, то обнаружишь, что твоим непосредственным переживанием является то, что ты существуешь, спишь ты или бодрствуешь. Ты также обнаружишь, что ум становится активным, только когда ты бодрствуешь или видишь сны. Из этого простого ежедневного опыта легко понять, что ум есть нечто такое, что приходит и уходит. Твое существование не стирается всякий раз, когда ум прекращает функционировать. Я не рассказываю тебе какую-то философскую теорию, я

говорю тебе о том, что ты можешь подтвердить непосредственным переживанием в любой, состоящий из двадцати четырех часов промежуток своей жизни.

Теперь возьми факты, которые ты можешь обнаружить, непосредственно их пережив, и исследуй их немного подробнее. Когда ум каждое утро появляется, не делай скачка в обычное умозаключение: «Вот он я, эти мысли мои». Вместо этого посмотри, как эти мысли приходят и уходят, никак с ними не отождествляясь. Если ты сможешь воспрепятствовать импульсу претендовать на каждую мысль как на свою собственную, ты придешь к поразительному заключению: ты обнаружишь, что эта штука, называемая умом, существует, только когда мыслям позволено своевольничать. Ты откроешь для себя, что подобно змее, которая мерещится в веревке, ум есть только иллюзия, которая мерещится в силу невежества и искаженного восприятия.

Ты хочешь какого-то переживания, которое убедит тебя, что то, что я говорю, правда. У тебя может быть это переживание, если ты откажешься от привычки всей своей жизни, которая состоит в измышлении некоего «я», которое притязает на все мысли как на «мои». Осознавай себя исключительно как Сознание, наблюдай, как все мысли приходят и уходят. Через непосредственное переживание приди к заключению, что ты на самом деле являешься Сознанием как таковым, а не его эфемерным содержанием.

Облака на небе появляются и исчезают, но их появление и исчезновение никак не влияют на небо. Твоя подлинная природа похожа на небо, она как пространство. Просто оставайся подобным небу и позволь мыслям-об-лакам приходить и уходить. Если ты будешь придерживаться такой позиции безразличия по отношению к уму, постепенно ты перестанешь отождествлять себя с ним.

2

Вопрос: *Когда я начал выполнять* садхану, *поначалу все шло гладко. Было много счастья и покоя, и* джняна, *казалось, была очень близко. Но теперь никакого покоя почти не осталось, одни только ментальные помехи и препятствия.*

Аннамалай: Всегда, когда на пути появляются препятствия, думай о них как «не о себе». Вырабатывай такое отношение: ты подлинный находишься за пределами досягаемости любых тревог и помех. Для Самости не существует препятствий. Если будешь помнить, что ты всегда являешься Я, препятствия не будут иметь значения.

Один из *альваров* (вайшнавских святых) однажды заметил, что если не заниматься никакой духовной практикой, то не будешь осознавать никаких ментальных проблем. Он сказал, что только когда начинаешь медитировать, начинаешь осознавать различные способы, которыми ум доставляет нам беспокойство. Это очень правильно. Но не следует тревожиться по поводу каких-либо помех или бояться их. Надо просто относиться к ним как к «не себе». Они могут причинить тебе неприятности, только когда ты думаешь, что это твои проблемы.

Мешающие *васаны* могут выглядеть огромной горой, которая препятствует твоему прогрессу. Не пугайся ее размеров. Эта гора сложена не из камня, а из камфоры[33]. Если ты подожжешь ее с одного конца огнем распознающего внимания, вся она сгорит дотла.

Отступи от этой горы проблем, откажись признавать их своими, и они растворятся и исчезнут у тебя на глазах.

Не обманывайся своими мыслями и *васанами.* Они всегда пытаются обманом заставить тебя поверить, что ты реальная личность, что мир реален и что все твои проблемы реальны. Не борись с ними – просто не обращай внимания. Не принимай посыла всех тех неверных идей, которые продолжают тебе приходить. Утвердись в убеждении, что ты есть Я и что к тебе больше ничто не пристает и на тебя не влияет. Как только у тебя появится такое убеждение, ты обнаружишь, что автоматически перестанешь обращать внимание на привычки ума. Когда отказ от ментальной активности станет постоянным и непроизвольным, у тебя появится переживание Я.

Если ты видишь, как двое незнакомцев ссорятся в отдалении, ты не слишком-то обращаешь на них внимание, потому что знаешь, что их спор тебя не касается. Относись точно так же и к содержанию своего ума. Вместо того чтобы наполнять ум мыслями, а потом организовывать между ними драки, не обращай на ум внимания вообще. Спокойно отдыхай в ощущении «я есть», которое есть сознание, и вырабатывай отношение ко всем мыслям, всему воспринимаемому как к «не себе». Когда ты научишься считать свой ум далеким чужаком, ты не будешь обращать никакого внимания на все те помехи, которые он продолжает для тебя изобретать.

Ментальные проблемы питаются вниманием, которое ты им оказываешь. Чем больше ты о них беспокоишься, тем сильнее они становятся. Если ты их игнорируешь, они теряют свою силу и в конце концов пропадают.

Вопрос: *Я всегда считаю и верю, что существует только Я, но все-таки все еще присутствует ощущение, что мне хочется или нужно что-то еще.*

Аннамалай: Кто тот, который хочет? Если сможешь найти ответ на этот вопрос, не останется никого, чтобы что-то хотеть.

---

[33] Камфора – легко воспламеняющееся твердое вещество, которое легко поджечь горящей спичкой. Сгорев, она не оставляет пепла. Стоит ее поджечь, она будет гореть непрерывно, пока не останется ничего, кроме маленького черного пятнышка.

Вопрос: *Дети рождаются без эго. Как их эго возникает и заслоняет собой Я в процессе роста?*

Аннамалай: Маленький ребенок, как может показаться, не имеет эго, но его эго и все скрытые *васаны,* ему сопутствующие, существуют в форме зародыша. Вместе с телом ребенка растет и его эго. Эго вырабатывается силой *майи* (иллюзии), которая является одной из *шакти* (энергий) Я.

Вопрос: *Какработает* майя? *Как она творит? Коль скоро, кроме Я, ничего не существует, как Я ухитряется скрывать от самого себя свою природу?*

Аннамалай: Я – безграничная энергия и источник всякой энергии – неделимо. И все же внутри неделимого Я существуют пять *шакти,* или энергий, с различными функциями, которые действуют одновременно. Эти пять шакти – творение, сохранение, разрушение, сокрытие (*майя шакти*) и благодать. Пятая *шакти,* благодать, или милость, нейтрализует и устраняет четвертую *шакти, майю.*

Когда *майя* полностью неактивна, то есть когда отождествление с телом и умом отброшено, имеет место осознавание, бытие. Когда утвердишься в этом состоянии, не существует ни тела, ни ума, ни мира. Эти три вещи – просто идеи, которые привнесены в очевидное существование, когда *майя* присутствует и активна.

Когда *майя* активна, единственный эффективный путь растворить ее – это путь, указанный Бхагаваном: нужно выполнить самоисследование и провести различие между тем, что реально и что нереально. Это сила *майи* заставляет нас верить в реальность вещей, которые нереальны вне нашего воображения. Если ты спросишь: «Что это за воображаемые вещи?» – ответом будет: «Все, что не есть бесформенное Я». Только Я реально, все остальное – плод нашего воображения.

Бесполезно выяснять, почему существует *майя* и как она работает. Если твоя лодка протекает, ты не тратишь понапрасну время, спрашивая, кто ее продырявил: итальянец, француз или индиец. Ты просто затыкаешь дырку. Не беспокойся о том, откуда взялась *майя.* Потрать всю свою энергию на избавление от ее эффектов. Если ты пытаешься исследовать происхождение *майи* с помощью ума, ты обречен на неудачу, потому что любой ответ, который ты получишь, будет ответом *майи.* Если хочешь понять, как *майя* работает и откуда берется, тебе следует утвердиться в Я, единственном месте, где ты можешь быть от нее свободен, и тогда посмотреть, каким образом она всякий раз берет верх над тобой, когда ты не можешь удержать там свое внимание.

Вопрос: *Вы говорите, что* майя *это одна из* шакти. *Что именно вы имеете в виду под* шакти?

Аннамалай: *Шакти* – это энергия, или сила. Это наименование динамического аспекта Я. *Шакти* и *шанти* (покой) – это два аспекта единого Сознания. Если ты все-таки хочешь хоть как-то различить их, можно сказать, что *шанти* – это непроявленный аспект Я, тогда как *шакти* – проявленный. Но на самом деле они не отделены друг от друга. У пламени две характеристики: свет и жар. Они неразделимы.

Шанти и *шакти* подобны морю и волнам. *Шанти,* непроявленный аспект – это огромная неподвижная толща воды. Волны, которые появляются и движутся по поверхности, – это *шакти. Шанти* неподвижно, огромно и всеохватывающе, тогда как волны активны.

Бхагаван говорил, что после реализации *дживанмукта* переживает *шанти* внутри и навечно укоренен в том *шанти.* В этом состоянии реализации он видит, что причина всякой активности – *шакти.* После реализации осознаешь, что не существует индивидуальных людей, которые что-то делают. Вместо этого есть осознание, что всякая деятельность является *шакти* Я. *Джняни,* который полностью утвердился в *шанти,* всегда осознает, что *шакти* не отделена

от него. В той осознанности все является его Я и все действия суть его действия. И наоборот, так же верно будет сказать, что он никогда ничего не делает. Это один из парадоксов Я.

Вселенная контролируется единой *шакти,* иногда называемой *Парамешвара шакти* (энергией Высшего Бога), которая движет и руководит всем. Законы природы, такие, например, как законы, благодаря которым планеты удерживаются на орбитах, – все это проявления этой *шакти.*

Вопрос: *Вы говорите, что все есть Я, даже* майя. *Если это так, почему я не могу ясно видеть это Я? Почему оно от меня скрыто?*

Аннамалай: Потому что ты смотришь в другом направлении. У тебя есть идея, что Я это нечто такое, что ты видишь или переживаешь. Это не так. Я – это и есть осознание, в котором происходят видение и переживание.

Даже если ты не видишь Я, Я тем не менее присутствует. Бхагаван иногда в шутку замечал: «Люди открывают газету и бегло ее просматривают. Потом говорят: „Я просмотрел газету“. Но на самом деле они не видели бумагу[34], они видели только буквы и картинки на ней. Без бумаги не может быть картинок и букв, но люди всегда забывают о бумаге, когда читают слова».

И дальше Бхагаван использовал эту аналогию, чтобы показать, как люди, видя имена и формы, появляющиеся на экране Сознания, не обращают внимания на сам экран. С такого рода выборочным видением легко прийти к заключению, что все формы между собой никак не связаны и отделены от человека, который их видит. Если бы люди осознавали само Сознание вместо тех форм, которые в нем появляются, они бы поняли, что все формы – это только видимость, которая проявляется внутри единого неделимого Сознания.

Это Сознание и есть то Я, которое ты ищешь. Ты можешь этим Сознанием быть, но ты никогда не можешь его видеть, потому что это не есть нечто отделенное от тебя.

[34] В англ. языке «газета» и «бумага» обозначаются одним и тем же словом «paper». – *Прим. пер.*

3

Вопрос: *Вы много говорите о* васанах. *Не могли бы вы подробно рассказать мне, что они собой представляют и как работают?*

Аннамалай: *Васаны* – это привычки ума. Это ошибочные отождествления и повторяющиеся мыслительные структуры, которые приходят на ум снова и снова. Именно *васаны* перекрывают переживание Я. *Васаны* поднимаются, захватывают твое внимание и тащат тебя вовне, во внешний мир, а не в направлении Себя самого. Это происходит настолько часто и постоянно, что ум никогда не получает шанса успокоиться или понять свою подлинную природу.

Петухам нравится копаться в земле. Это их неодолимая привычка. Даже если они стоят на голой скале, они все равно пытаются царапать землю.

Васаны функционируют точно таким же образом. Это мыслительные привычки и схемы, возникающие вновь и вновь, даже если ты этого не хочешь. Большинство наших мыслей и идей неверны. Когда они привычно поднимаются в виде *васан,* они «капают нам на мозги», заставляя считать, что они истинны. Фундаментальные *васаны,* такие, как «я – это тело» или «я – это ум», уже возникали в нас так много раз, что мы автоматически принимаем их за истину. Даже наше желание преодолеть *васаны* – это тоже *васана.* Когда мы думаем: «Я должен медитировать» или «Я должен приложить усилие», мы просто устраиваем борьбу между двумя различными *васанами.* Избавиться от привычек ума можно, только пребывая в Сознании и в качестве Сознания. Будь тем, кто ты есть. Будь таким, какой есть. Просто будь недвижим. Не обращай внимания на все эти *васаны,* которые поднимаются в уме, и вместо этого зафиксируй свое внимание в Самости.

Вопрос: *Бхагаван часто говорил преданным, чтобы они «были недвижимы». Имел ли он в виду «ментальную неподвижность»?*

Аннамалай: Знаменитое наставление Бхагавана «сумма иру» (будь недвижим)[35] часто истолковывается неверно.

Оно не означает того, что вам нужно быть неподвижным физически, оно означает, что вам следует всегда пребывать в Я. Если физической неподвижности становится слишком много, активизируется и превалирует *тамо-гуна* (состояние ментального оцепенения). В этом состоянии ты будешь себя чувствовать очень сонным и ментально тупым. *Раджа-гуна* (состояние чрезмерной ментальной активности), с другой стороны, – причина эмоций и беспокойного ума. В *саттва-гуне* (состоянии ментального покоя и ясности) присутствуют покой и гармония. Если во время пребывания в *саттва-гуне* необходима умственная активность, она происходит. Но все остальное время там покой. Когда преобладают *тамо-гуна* и *раджагуна,* невозможно ощутить Я. Если преобладает *саттва-гуна,* переживаются покой, блаженство, ясность и отсутствие блуждающих мыслей. Вот та недвижи́мость, которую рекомендовал Бхагаван.

Вопрос: *В «Беседах со Шри Раманой Махарши» Бхагаван говорит о* бхога васанах (васанах., *которые вызывают наслаждение) и* бандха васанах ("васанах, *которые являются причиной зависимости). Он говорит, что для* джняни *существуют* бхога васаны, *но нет* бандха васан. *Не мог бы Свамиджи прояснить разницу между ними?*

---

[35] Англ. be still. В опубликованных книгах «Собрание произведений Шри Раманы Махарши», «Беседы со Шри Раманой Махарши» (в 2 т.), «Будь тем, кто ты есть» и др. составитель и переводчик на русский язык О. М. Могилевер переводит be still как «будь спокойным», считая это сутью учения Раманы. «Сумма иру» можно также перевести как «просто будь». -*Прим. ред.*

Аннамалай: Ничто не может вызвать у *джняни* зависимость, потому что его ум мертв. В отсутствие ума он осознает себя только в качестве Сознания. Он не в состоянии больше отождествить себя с телом, из-за того что ум мертв. Но хотя он и знает, что не является телом, фактом остается и то, что тело все еще живо. Тело будет продолжать жить, и *джняни* будет продолжать осознавать его, до тех пор пока его собственная *карма* не истощится. Поскольку *джняни* все еще осознает тело, он будет также осознавать мысли и *васаны,* в нем возникающие. Ни одна из этих *васан* не обладает силой ввергнуть его в связанность, потому что он никогда с ними не отождествляется, – но они действительно в силах заставить тело вести себя определенным образом. Тело *джняни* испытывает эти *васаны* и получает от них удовольствие, хотя сам *джняни* не подвержен их влиянию. Вот почему иногда говорится, что для *джняни* существуют *бхога васаны* и нет *бандха васан.*

Бхога васаны различны у разных *джняни.* Некоторые *джняни* могут накапливать богатство, некоторые сидеть в тишине, кто-то может изучать *шастры* (писания), в то время как другие могут оставаться неграмотными, одни могут жениться и завести семью, другие же могут оставаться безбрачными монахами. Именно *бхога васаны* определяют образ жизни, который будет вести *джняни. Джняни* осознает последствия всех этих *васан,* никогда и никак не отождествляясь с ними. Поэтому он никогда не впадает снова в *самсару.*

Бхога васаны поднимаются из-за привычек и рода деятельности в предыдущих жизнях. Вот почему они разные у разных *джняни.* Когда *васаны* выходят на поверхность у обычных людей, все еще отождествляющих себя с телом и умом, они порождают приязнь и неприязнь. Некоторые *васаны* от всего сердца приветствуются, тогда как другие отбраковываются как нежелательные. Эти предпочтения и антипатии генерируют желания и страхи, которые в свою очередь вырабатывают еще большую *карму.* Пока вы все еще выносите суждения о том, что хорошо и что плохо, вы отождествляетесь с умом и создаете для себя новую *карму.* Когда таким образом создана новая *карма,* это означает, что вам придется принять еще одно рождение, чтобы ею насладиться.

Тело *джняни* выполняет все действия, определенные для него судьбой. Но поскольку *джняни* не выносит суждений о том, что хорошо, а что плохо, и поскольку у него нет приязни и неприязни, он не создает для себя никакой новой *кармы.* Так как он знает, что не является телом, он может быть свидетелем любых действий тела, никоим образом не вовлекаясь в них.

Для *джняни* не будет нового рождения, потому что как только ум уничтожен, не существует больше возможности для создания новой *кармы.*

Вопрос: *Выходит, все, что случается с нами в жизни, происходит только как следствие наших прошлых пристрастий и предубеждений?*

Аннамалай: Да.

Вопрос: *Как можно научиться не реагировать, когда* васаны *выходят на поверхность ума? Существует ли что-нибудь такое, на что следует обратить особое внимание?*

Аннамалай: Ты должен научиться опознавать их, когда они поднимаются. Другого пути нет. Если ты сможешь перехватывать их достаточно часто и достаточно своевременно, они не причинят тебе особого беспокойства. Если ты хочешь уделить внимание наиболее опасным из них, наблюдай, как работают пять чувств. В природе ума искать возбуждения через эти пять чувств. Ум ловит чувственные впечатления и обрабатывает их таким образом, что на их основе создаются длинные цепочки неконтролируемых мыслей. Научись наблюдать, как ведут себя чувства. Научись наблюдать, как ум реагирует на чувственные ощущения. Если ты сможешь удержать ум от реагирования на чувственные впечатления, ты сможешь уничтожить большое число своих *васан.*

Вопрос: *Для того чтобы достичь Я,* джняни *должны были накопить множество* пуний *и совершать* тапас *в прошлых жизнях. Если* джняни *вкушают плоды всех своих прежних* пуний *в последней жизни, у всех у них последняя жизнь должна быть наполнена удовольствиями. Но на самом деле все выглядит совсем не так. Многие тяжело болеют. Им часто приходится иметь дело с разными телесными недугами.*

Аннамалай: Причин тому несколько. Иногда осознание Я делает тело очень слабым. Тело Бхагавана часто сильно трясло. Когда его об этом спрашивали, он иногда говорил: «Если слон войдет в хлипкую хижину, что станет с хижиной?» Под слоном он имел в виду осознание Я, а под хлипкой хижиной свое тело.

Некоторые *джняни* берут на себя *карму* кого-нибудь из своих учеников и переживают ее сами в форме болезни. В таких случаях болезнь нельзя считать последствием чего-то, что произошло в прошлых жизнях *джняни.*

Большинство *джняни* уже избавились от большей части своей *кармы* до начала своей последней жизни. Все они в прошлых жизнях совершали *тапас.* Часто к моменту начала своей последней жизни у них оставалось вообще очень мало *кармы.* Только у немногих, таких, как Видьяранья Свами, оставалось много *пуний,* чтобы испытывать наслаждение.

Видьяранья Свами жил много веков тому назад. Во время одной из жизней, когда он был бедняком и голодал, один из его гуру дал ему посвящение и велел делать *упасану* (медитировать) на богиню Лакшми (богиню богатства). Он делал эту *упасану* несколько лет, надеясь разбогатеть, но в той жизни богатство к нему не пришло.

В одном из своих последующих рождений он получил посвящение от *джняни,* много медитировал и в конце концов реализовал Я. После реализации он утвердился в состоянии полного отсутствия желаний. И только после его реализации та прежняя *упасана* на Лакшми стала приносить плоды.

Спустя какое-то время после его реализации в городе, где он жил, золото стало падать с неба. Видьяранья Свами понял, что это происходит из-за его прежних медитаций, но поскольку у него больше не было никаких желаний, не было и никакого интереса к накоплению денег или золота. Он сказал царю, что золотой дождь идет за счет его прежнего *тапаса.* Он также разъяснил, что для себя не хочет никакого золота. Царь обьявил, что жители города могут брать себе все то золото, которое падает с неба. Позднее он использовал свою долю золота на постройку новых храмов и водоемов.

Царь взял золото, которое упало на улицы, и сделал из него золотые кирпичи. Чтобы проверить, действительно ли Видьяранья Свами не имеет желаний, царь разложил несколько таких кирпичей у дома Видьяраньи Свами. Потом он и его жена стали тайком наблюдать, что тот будет с ними делать. В конце концов Видьяранья Свами вышел из дома, увидел кирпичи и стал присаживаться на них, когда испражнялся. Поскольку к деньгам у него больше не было никакого интереса, то была единственная польза, которую он из них извлек.

Вопрос: *Люди даже сегодня используют золотые кирпичи, чтобы строить туалеты. В частном самолете иранского шаха стульчак был сделан из чистого золота. Шах бросил свой самолет, когда вынужден был бежать из страны. Когда представители нового правительства проверили самолет, они нашли этот золотой стульчак.*

Аннамалай: Посетители всегда пытались заставить Бхагавана пользоваться предметами роскоши, но он никогда не хотел этого. Одна леди однажды принесла бархатное покрывало, чтобы он мог на нем сидеть, но он отказался его принять.

Женщина стала умолять Бхагавана: «Пожалуйста, Бхагаван, возьми мое покрывало и постели его».

Никто не мог заставить ее успокоиться. После четырех часов упрашиваний и мольбы Бхагаван принял подарок, просто чтобы ее успокоить. Он просидел на покрывале примерно полчаса, а потом отправил его на хранение Чиннасвами. Больше он им никогда не пользовался.

Еще кто-то принес ему сандалии, сделанные из чистого серебра, и серебряный банановый лист, чтобы с него есть. Бхагаван попользовался листом во время одной трапезы, просто чтобы сделать приятное тому преданному, а затем отдал и сандалии и лист храму. Он даже не потрудился примерить сандалии. В ашраме была комната, в которой хранились все те подарки, которые люди принесли Бхагавану. Бхагаван никогда не пользовался ни одним из них. Мне говорили, что вскоре после того как Бхагаван умер, Чиннасвами раздал почти все подарки преданным.

Когда во время дела Перумала Свами адвокат спросил Бхагавана: «У вас есть желание иметь деньги?», Бхагаван ответил: «Мне они ни нравятся, ни не нравятся».

Бхагаван никогда не испытывал ни приязни, ни неприязни к чему-либо. Если нам что-то нравится или не нравится, если мы кого-либо или что-либо любим или ненавидим, в уме возникает некая зависимость. *Джняни* никогда не испытывает приязни или неприязни к чему бы то ни было. Вот почему они освобождены от всякой зависимости.

4

Вопрос: *Как мне узнать, прогрессирую ли я в медитации?*

Аннамалай: Те, кто много медитирует, часто развивают тонкую форму эго. Им приятно от идеи, что они прогрессируют; они угождают себе состояниями покоя и блаженства, которыми наслаждаются; им приятно, что они уже научились осуществлять некоторый контроль над своим своенравным умом, или они могут получать некоторое удовлетворение от того, что нашли хорошего Гуру или хороший метод медитации. Все эти чувства – чувства эго. Когда присутствуют чувства эго, осознание Я отсутствует. Мысль «я медитирую» – это мысль эго. Если имеет место подлинная медитация, эта мысль не может возникнуть.

Не беспокойтесь о том, прогрессируете вы или нет. Просто удерживайте внимание на Я двадцать четыре часа в сутки. Медитация – это не что-то такое, что следует делать в определенной позе в определенное время. Это осознавание, которое должно сохраняться на протяжении всего дня. Чтобы быть действенной, медитация должна быть непрерывной.

Если ты хочешь орошать поле, ты копаешь в поле канал и в течение долгого времени непрерывно подаешь по нему воду. Если ты будешь подавать воду только десять секунд, а потом прекратишь, вода впитается в грунт, даже не дойдя до поля. Ты не сможешь достичь Я и оставаться там без непрерывного продолжительного усилия. Каждый раз, когда ты перестаешь пытаться или отвлекаешься, часть твоих предыдущих усилий пропадает зря.

Непрерывные вдохи и выдохи необходимы для продолжения жизни. Непрерывная медитация необходима для всех тех, кто хочет пребывать в Я.

Ты разделяешь свою жизнь на различные виды деятельности: «Я ем; я медитирую; я работаю и т. д.». Если у тебя присутствуют мысли вроде этой, ты все еще отождествляешь себя с телом. Избавься от всех таких мыслей и замени их одной: «Я есть Я». Придерживайся этой мысли и не давай ей уйти. Не обращай никакого внимания на эти «я-есть-тело» мысли.

«Сейчас я должен поесть»; «теперь я пойду спать»; «я сейчас искупаюсь» – все подобные мысли являются «я-есть-тело» мыслями. Научись узнавать их, когда они возникают, и научись не обращать на них внимания или отвергать их.

Стойко удерживайся в Я и не позволяй уму отождествляться с чем-либо из того, что делает тело.

Вопрос: *Как правильно заниматься самоисследованием?*

Аннамалай: Бхагаван сказал: «Когда мысли выходят на поверхность, останови их развитие, задавая вопрос „кому эта мысль пришла?“ сразу, как только мысль возникла. Если мысль за мыслью будут приходить снова и снова, какое это имеет значение? Исследуй их источник или найди того, кому принадлежат эти мысли, – рано или поздно поток мыслей остановится»[36].

Вот так следует практиковать самоисследование. Когда Бхагаван говорил об этом, он иногда приводил аналогию с осажденной крепостью. Если систематически перекрывать все входы в такую крепость, а потом одного за другим отстреливать жителей, когда они будут пытаться выбраться, рано или поздно крепость опустеет. Бхагаван говорил, что нам следует применять ту же самую тактику и в отношении ума. Как же это осуществить? Закупорить входы и выходы ума, не реагируя на возникающие мысли или чувственные впечатления. Не позволяй новым идеям, суждениям, пристрастиям, антипатиям и т. п. проникать в ум и не позволяй возникающим мыслям разрастись и ускользнуть из поля твоего внимания. Когда ты таким образом

[36] Это пересказ наставлений Бхагавана, которые он давал в «Кто я?». Аналогия с осажденной крепостью, которая появляется в следующем абзаце, также взята из «Кто я?». Но Аннамалай Свами развивает эту аналогию гораздо более детально, чем Бхагаван.

закупорил ум, подвергни сомнению каждую появившуюся мысль, задавая вопрос: «Откуда ты взялась?» или «Кто тот, кому принадлежит эта мысль?» Если ты сможешь делать это непрерывно, с полным вниманием, новые мысли будут появляться на мгновение, а потом исчезать. Если ты сможешь удерживать крепость в осаде достаточно долго, наступит время, когда мысли больше не будут появляться, а если и будут, то они будут лишь мимолетными, не отвлекающими внимания образами на периферии сознания. В этом свободном от мыслей состоянии ты начнешь переживать себя как Сознание, а не как ум или тело.

Однако, если ты ослабишь бдительность хотя бы на несколько секунд и позволишь новым мыслям ускользнуть и развиваться, не будучи поставленными под сомнение, осада будет снята и ум снова обретет часть своей силы или всю ее полностью.

В настоящей крепости жителям необходимы постоянные поставки воды и пищи, чтобы выстоять во время осады. Когда поставки перекрываются, жители должны сдаться или умереть. В крепости ума жители – мысли – нуждаются в том, кто думает, чтобы на них обращалось внимание и им потакали. Если тот, кто думает, отводит свое внимание от поднимающихся на поверхность мыслей или подвергает их сомнению, прежде чем у них появляется шанс получить развитие, все мысли погибнут от голода. Ты подвергаешь их сомнению, постоянно спрашивая себя: «Кто я? Кто тот, который обладает всеми этими мыслями?» Если такое возражение оказывается действенным, ты должен его использовать, прежде чем поднявшаяся на поверхность мысль получит шанс развиться в целый поток мыслей.

Ум – это всего лишь совокупность мыслей и думающий, который над ними размышляет. Думающий – это «я»-мысль, первичная мысль, которая поднимается из Я прежде других, отождествляется со всеми другими мыслями и говорит: «Я есть тело». Когда ты уже искоренил все мысли, кроме самого думающего, с помощью непрестанного исследования или отказываясь давать им хоть какое-то внимание, мысль «я» опускается в Сердце и сдается, оставляя за собой только осознавание, осведомленность о сознании. Эта сдача будет иметь место, только когда «я»-мысль уже прекратила отождествлять себя с выходящими на поверхность мыслями. Пока все еще существуют случайные мысли, которые привлекают твое внимание или ускользают от него, «я»-мысль всегда будет направлять свое внимание вовне, а не вовнутрь. Цель самоисследования – заставить «я»-мысль двинуться вовнутрь в направлении Я. Это произойдет автоматически, как только ты перестанешь интересоваться любой из своих поднимающихся мыслей.

Вопрос: *Многие находят самоисследование очень трудным. Кажется, даже большинство преданных Бхагавана следовало путем* бхакти. *Если не получается успешно выполнять исследование, следует ли сначала очистить ум с помощью* джапы?

Аннамалай: Нет. Если у тебя есть какой-то интерес к пути самоисследования, следует идти по нему, даже если чувствуешь, что не слишком-то хорошо получается. Если хочешь выполнять самоисследование как следует, эффективно, нужно упорно держаться только этого метода. Другие методы могут быть хороши по-своему, но они не годятся в качестве подготовки к самоисслеованию. Если ты серьезно настроен стать хорошим скрипачом, ты берешь уроки у хорошего учителя и занимаешься как можно больше. Если ты сталкиваешься с какими-то трудностями, ты не переключаешься на несколько месяцев на кларнет, но остаешься с выбранным инструментом и продолжаешь заниматься, пока их не преодолеешь. Лучшая подготовка к самоисследованию – это самоисследование.

Вопрос: *У меня уже есть несколько тибетских посвящений. Мне дали различные мантры и велели выполнять ритуалы. Следует ли этим заниматься?*

Аннамалай: Лучшая мантра – это: «Я есть Я, все есть Я само, все едино». Если ты постоянно будешь удерживать это в своем уме, Я в конце концов откроется тебе.

Не удовлетворяйся ритуалами и другими детсадовскими техниками. Если ты настроен серьезно, держи курс прямиком на Я. До конца держись за него, так стойко, как только можешь, и не позволяй никому и ничему ослабить твою хватку.

Вопрос: *Ум всегда безостановочно течет, подобно реке. Большую часть времени я не способен даже дотянуться до Я. Как мне до конца держаться за то, к чему мне даже не подойти?*

Аннамалай: Выходя на поверхность, ум автоматически направляется вовне, в мир. Если занимаешься самоисследованием, ты можешь натренировать его течь в сторону Я. В глубоком сне ум самопроизвольно движется к Я, но ты этого не осознаешь. Посредством постоянной практики самоисследования ум можно натренировать таким образом, что он самопроизвольно потечет по направлению к Я в состояниях бодрствования и сновидения. Поначалу это очень трудно, но, практикуя, это сделать можно. Часто повторяемое самоисследование заставляет ум уходить обратно в Я. Другие методы могут вызвать хорошие переживания, но хорошие переживания не заставят ум вернуться в Я и там остаться.

Вопрос: *Как долго нужно медитировать? Сколько часов в день?*

Аннамалай: Медитация должна быть постоянной. Поток медитации должен присутствовать в любой твоей деятельности. Со временем медитация и работа смогут происходить одновременно.

Вопрос: *Я делаю* джапу. *Меня посвятил один бенгальский святой. Я ее делаю, как советовал Бхагаван, – стараюсь проследить источник звука.*

Аннамалай: Твоя практика будет более эффективной, если ты попробуешь найти того, кто делает *джапу*.

Вопрос: *Могут ли желания быть искоренены медитацией или они должны быть исполнены, прежде чем окончательно стихнут?*

Аннамалай: Все желания от эго, а эго растворяется от постоянного пребывания в Я. Если ты поддаешься своим желаниям, то отождествляешься с эго. Если погружаешь ум в Я и там его удерживаешь, ты отождествляешься с Я. Если ум прочно укоренен в Я, большинство желаний не возникнут. Те же, что возникнут, не будут тебя тревожить, потому что не будет побуждения действовать в соответствии с ними.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.