

# ОТКРОВЕНИЕ

«Улладу Нарпаду» или «Сорок стихов о Реальности»

**Багавана Шри Раманы Махарши**

Версия на санскрите с английским переводом, выполненным

К.ЛАКШМАНА ШАРМА,

«КТО»<sup>1</sup>

(перевод на русский язык: Людмила Котомина, 2017г.)



ЮБИЛЕЙНОЕ ИЗДАНИЕ

Sri V. S. RAMANAN

President, Board of Trustees,

SRI RAMANASRAMAM,

Tiruvannamalai - 606 603,

S. India

1991

© Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai

First Edition 1940

Second Edition 1980

Third Edition 1991

Fourth Edition 2007

Fifth Edition 2015

---

<sup>1</sup> Псевдоним, используемый автором

## ОБ АВТОРЕ

Шри К. Лакшмана Шарма, так же как Бхагаван, родился в 1879 году, закончил школу в своем родном городе Пудуккоттай, получил степень бакалавра искусств в Тиручираппали, затем - диплом юриста в Ченнаи. Еще в школе он проявлял интерес к санскриту и со временем стал знатоком этого языка. Работал государственным адвокатом по гражданским делам, был смелым реформатором в социальной сфере и с 1918 года примкнул к освободительному движению Махатмы Ганди. С 1920 по 1925 он жил в Пондичерри, где создал и активно пропагандировал систему естественного оздоровления, получившую название «Лечение без лекарств». Основал ежемесячный журнал на английском языке «Естественная жизнь», и его основная работа «Практика естественного оздоровления» стала нормативным учебником для студентов, изучающих натуропатию.

В 1927 году Лакшмана Шарма пришел к Бхагавану, он поклонялся ему и как воплощению Дакшинамурти, и как воплощению Шри Шанкарачарьи. Он полностью отдал себя Бхагавану, прожил около Него более 20 лет, восприняв всю глубину его учения. Поскольку он получал индивидуальные наставления от Бхагавана, его попросили написать комментарии на тамильском языке к *Улладу Нарпаду*, которые заслужили похвалу самого Бхагавана. Однажды Бхагаван заметил: «Каждый скажет, что комментарии Лакшмана Шарма к *Улладу Нарпаду* - самые лучшие. Никто так глубоко не изучил Сорок стихов о реальности, как изучил их Шарма»<sup>2</sup>

Шри Лакшмана Шарма предпочитал использовать псевдоним «Кто» в своих работах, с тем чтобы оставить открытым вопрос, кто является их реальным автором, Бхагаван или он сам<sup>3</sup>. Его комментарии к «*Улладу Нарпаду*» на тамильском языке были опубликованы в 1936 году и его «*Маха Йога*» – в 1937, затем он опубликовал «*Гуру Рамана Вачанамала*»<sup>4</sup>.

Шри Лакшмана Шарма умер в преклонном возрасте в 1965 году, когда ему исполнилось 85 лет, он прожил долгую жизнь, посвятив ее Шри Бхагавану.

---

<sup>2</sup> *Living by the words of Bhagavan*, p.104

<sup>3</sup> «В своих книгах я записал только то, что слышал от Шри Бхагавана и Шри Муруганара, потому я и оставил «Кто» (Кто написал это?)» (*Маха Йога*, 1996, стр.viii)

<sup>4</sup> *Guru Ramana Vachana Mala* (Гирлянда высказываний Гуру Раманы) – перевод на английский язык и комментарии к 350 стихам на санскрите, передающим устные высказывания Шри Бхагавана, 300 из этих стихов взяты из *Гуру Вачака Ковай* Шри Муруганара.

## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие к русскому изданию

Об авторе

Разъяснение Истины: Предисловие автора

Часть I. Сорок стихов: Введение

Благословляющие стихи

Глава Первая: Распознавание

Глава Вторая: Поиск

Глава Третья: Опыт

Часть II. Дополнение к Сорока стихам.

Благословляющий стих

Глава Первая: Связь с мудрецами

Глава Вторая: Не - двойственность

Глава Третья: Советы ищущим

Глава Четвертая: Медитация

Глава Пятая: Живой, но Свободный

Глава Шестая: Знания без Опыта

Глава Седьмая: Краткое изложение Учения

Выводы

Комментарии

Приложение I: Суть учения

Приложение II: Послание по случаю *Джасянти* Шри Раманы

## РАЗЪЯСНЕНИЕ ИСТИНЫ: ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРА

Жизнь в этом мире имеет две платформы или два пути, а именно: путь *pravritti*<sup>5</sup> или продвижение в лабиринте эгоцентризма, самости, все возрастающее погружение в суету земных забот и, как следствие, в никогда не прекращающиеся невзгоды вместо столь желанного счастья; и путь *nivritti*<sup>6</sup> или возвращение к себе домой, к себе в Боге, к источнику своего бытия, и, тем самым, к слиянию с Ним, что, по сути, и является тем, что называется «освобождением от оков». На первом пути души не знают истины, того, что Истинное Я едино с Богом, с безличным Бытием, или с Тем, что ведическое знание описывает кратко как *Sat-Chit-Anada* (Реальность-Сознание-Блаженство), совершенное и лишённое желаний. Идея отделенности – корень всего зла и всех печалей, она означает отсутствие счастья, которое есть суть природы Истинного Я, поскольку Истинное Я идентично с тем Безличным, Всепроницающим Бытием, которое называют Богом. Для того чтобы заполнить пустоту, возникающую от этой отделенности, душа начинает искать удовольствие в объектах внешнего мира, воспринимаемых чувствами. И удовольствия эти кажутся душе сутью счастья, но это неверно, поскольку счастье – сущность самой природы Истинного Я, оно не имеет причины, и, следовательно, его не надо искать. В какой степени человек имеет доступ к такому счастью, в такой степени он свободен от интереса к объектам, приносящим удовольствие. Бхагаван даже говорит нам, что сами мирские удовольствия приятны нам только потому, что у нас есть доступ к этому внутреннему источнику счастья, которого мы касаемся на мгновение, когда наше желание исполняется.

Поиск счастья во внешнем мире является ошибкой, и ошибкой серьезной, поскольку приводит к тому, что отсутствие истинного счастья ощущается все больше и больше. И это все возрастающее чувство отсутствия истинного счастья обостряет

---

<sup>5</sup> Путь чувственных наслаждений, вовлечения в мирские дела; санскр. *pravrtti* - «активность», «деятельность»; общий термин для обозначения деятельности (обычной жизни, обычной работы психики и мышления), направленной на какие-то внешние цели, заинтересованной в своем результате, т.е. деятельности, создающей свой кармический плод и тем самым обуславливающей возобновление индивидуального существования (сансары). *Прим. пер.*

<sup>6</sup> Путь духовного развития, самопознания; санскр. *nivrtti* - «прекращение», «исчезновение». Нивритти можно понимать либо дословно как «нефункциональное» — остановку деятельности и чистое созерцание, либо как незаинтересованное действие, или «бездействие в действии». Мотивацию к нивритти составляет ориентация на освобождение от действия закона кармы и перерождений. *Прим. пер.*

страстное желание мирских удовольствий. Что, в свою очередь, приводит к тому, что удовольствия доставляют все меньше и меньше удовлетворения, и в результате страдания, вызванные отделением от вашего Источника, то есть от Бога, становятся постоянными и невыносимыми.

Именно на этом этапе происходит то, что некоторые души, по милости Господа, осознают, что поиск счастья во внешнем мире является ошибкой. Направляемые Его милостью они вступают на путь *nivritti*, который в конечном итоге приводит к обретению естественного состояния - состояния, свойственного Истинному Я, что принято считать избавлением от неведения и оков. Это окончание отделенности от Бога - главной причины всех мучений.

Естественно, ищущий, вступив на этот путь, нуждается в руководстве, в гуру. Истинным гуру является тот, кто достиг этого состояния и пребывает в нем непрерывно. Такого гуру называют *jivan mukta*, что означает «тот, кто уже в этой жизни всегда пребывает в естественном состоянии или в *sahaja* самади». Таким гуру является Бхагаван Шри Рамана Махарши. Тот, кто способен распознать это в Бхагаване, имеет право изучать *Откровение*, которое сам Бхагаван назвал «Разъяснение Истины». (*Sat-Darshanam*). Этот священный текст, в оригинале написанный на тамильском языке, является наиболее важным из всех письменных свидетельств учения Бхагавана, нашего «Сат-Гуру». Прежде чем написать этот текст, Бхагаван изложил это учение преданному последователю по имени Шивапракашам Пиллай, оно было издано под названием «*Кто я?*» и служит вступлением к изучению «*Откровения*». Бхагаван создал еще одно краткое описание учения на тамильском под названием «*Upadesha Undiyar*» (Суть духовного наставления). Вольный перевод этого текста приводится в Приложении 1.

Мастер обычно одобрял все пути, используемые ищущими, но при этом указывал, что они не являются прямым путем к цели. Почему это так, он объясняет в одном из стихов «*Дополнения*» (*Ulladu Narpadu Anubandham*)<sup>7</sup>. На всех остальных путях ищущий исходит из предположения, являющегося ошибкой. То есть он считает, что Истинное Я и так называемая «душа» идентичны, но душа неотличима от эго, и, стало быть, имеет те же ограничения и дефекты, от которых надо избавиться соответствующими усилиями. Фактически, Истинное Я является первичной Реальностью. Сознание-Блаженство

<sup>7</sup> *Ulladu Narpadu Anubandham* – Дополнение к Сорока стихам о Реальности, это тоже 40 стихов, которые Шри Бхагаван писал время от времени, в ответ на просьбы преданных.

свободно от всех несовершенств. По учению Шри Бхагавана на прямом пути человек не строит каких-либо догадок относительно Истинного Я, и, стало быть, он не создает самопроизвольных препятствий, которые приходится преодолевать. Нужно лишь осознать Истинное Я как Оно есть, и для этого используется прямой путь, то есть поиск Истинного Я (Источника, в котором возникает чувство «я-есть»). Поиск – это фиксация ума на одном из следующих вопросов: «Кто я?» или «Откуда я?».

В *Chandogya Upanishad*<sup>8</sup> есть лишь одно указание на этот прямой путь, выраженное коротким предложением: «Его [Истинное Я] следует искать, только если есть решимость познать Его». Но даже в этом ведическом тексте нет объяснения техники поиска. Нет объяснения и в комментариях к тексту Упанишад, и в отдельных трактатах (*pracaranas*), которых существует множество. Поэтому мы можем сказать, что учение Шри Бхагавана о прямом пути уникально.

Есть еще один аспект, которому учение Шри Бхагавана дает более четкие объяснения, чем любой другой источник. Речь идет о различии между *sahaja nirvikalpa* самади (естественным состоянием, свободным от мыслей) и йоговским *kevala nirvikalpa* самади, также являющимся состоянием, свободным от мыслей. Лишь первое является состоянием освобождения, но не второе; в *kevala nirvikalpa* самади ум не умер, он существует в скрытом виде, поэтому он может ожить снова и стать причиной оков, зависимости [от мира]. Это объясняется в 13 стихе *Upadesha Undiyar* (кратком изложении *Откровения*). Подробное объяснение этого аспекта дается в Приложении I, стих 13.

Обобщение сути учения Шри Бхагавана, которое во всем остальном полностью совпадает с учением его предшественника, Бхагават пада Шри Шанкарачарьи, изложено в данной работе следующим образом:

Все беды земной жизни есть результат первичного незнания, благодаря которому тело, состоящее из пяти оболочек<sup>9</sup>, отождествляют с Истинным Я и потому все

<sup>8</sup> «Чхандогья-упанишада» (*Chāndogya Upaniṣad* IAST) — ведийский текст на санскрите, датируемый VIII в. до н.э., одна из одиннадцати Упанишад, «Чхандогья-упанишада» является древнейшим источником основных положений философии веданты (Материал из Википедии).

<sup>9</sup> Согласно йогической концепции у человека пять тел, точнее оболочек («панча коша» - «пять оболочек») и физическое тело – это лишь одна из оболочек:

1. Аннамайя коша (физическое тело или тело еды, мы его видим, можем потрогать).

недостатки, все ограничения первого переносят на второе. Это не верно, поскольку Истинное Я – это чистый дух, это Сознание, которое не только отлично от этих пяти оболочек, но и никак с ними не связано. Таким образом, Истинное Я вне времени и пространства, это Запредельная Реальность, являющаяся субстратом всех проявлений этого мира, который нереален как таковой, реален лишь в том смысле, что имеет субстратом ту Реальность, которая только и существует на самом деле. Истинное Я, следовательно, всегда свободно и совершенно. Его не нужно поддерживать и защищать. Следуя прямым путем, ум ( причина неведения) растворяется в Истинном Я, которое за пределами зависимости и всех невзгод жизни. Истинное Я осознается как Чистое Сознание-Блаженство без желаний и ограничений.

Препятствиями к успешному осуществлению [духовного] поиска являются мысли, по-разному связанные с миром. Мысли эти имеют основу: давно лелеемую и глубоко укоренившуюся убежденность в том, что тело и мир реальны сами по себе. Чтобы успокоить ум и вовлечь его в поиск, нужно не допускать возникновения мыслей. Это можно осуществить, лишь заменив упомянутую ложную убежденность на убежденность в обратном: мир в целом со всеми его составляющими сам по себе нереален.

- 
2. Пранамайя коша (праническое тело), дающая прану или жизненную энергию первому телу, отвечает за все процессы в теле, это тело нельзя увидеть, можно только почувствовать после специальных дыхательных практик (пранаямы).
  3. Маномайя коша (тело ума, или манаса), поддерживает два предыдущих тела в качестве единого целого, это связь с внешним миром, через тело ума получаем все впечатления. Чем беспокойнее ум, тем беспокойнее наша жизнь, важно остановить бурный поток мыслей и все время возвращаться в состояние «здесь и сейчас».
  4. Виджнянамайя коша (тело интеллекта или разума), пронизывает и поддерживает тело ума. Это тело дает способность к различению, анализу той информации, которая получена от тела ума. Если на уровне ума мы принимаем решения по принципу «нравится-не нравится», то на уровне разума мы более осознанны, здесь приходит понимание, что принесет нам благо, а что – нет. Развитие этого тела позволяет слышать свою интуицию.
  5. Анандамайя коша (тело блаженства, самый тонкий, самый высокий уровень нашего тела – это тело блаженства). Никто не может повлиять на это тело, разрушить его. Считается, что самади ощущается именно в этом теле, в анандамайя коше. Это прямая связь со своим высшим «Я», это тело света. На этом уровне важно глубокое понимание, что все вокруг – это проявление Бога, что все, кроме высшего «Я», временно, и что самое главное – это то, что внутри, а не снаружи, и что важно развитие бескорыстной любви в сердце и служение другим (карма-йога).

Убежденность в реальности мира – препятствие к поиску. Поэтому формы, различия, время, пространство, судьба и ее противоположность, свободная воля, индивидуальная душа – рассматриваются одно за другим, чтобы показать, что они нереальны. После чего объясняется техника поиска (стихи 27-39). Остальные стихи «Откровения» - это некое объяснение естественного состояния, но не в том смысле, что они предоставляют позитивное описание этого состояния, скорее стихи написаны, чтобы устранить ошибочные представления о нем, которые преобладают в различных школах Веданты.

## ЧАСТЬ ПЕРВАЯ.

### СОРОК СТИХОВ.

#### ВВЕДЕНИЕ.

1. Перед Запредельной Сущностью, не рождённым (Истинным Я), сияющим в Сердце каждого как безграничное «Я», перед Гуру всех гуру, перед моим подлинным Я и Богом, который, любя нас, принял форму человека для того, чтобы раскрыть Свою истинную Природу своим преданным, перед Шри Раманой, я преклоняюсь.
2. В процессе перевода на санскрит труда, который мудрец Рамана создал на тамильском языке к радости преданных, один из его смиренных преданных, поддерживаемый Его милостью, составил это произведение, названное «*Рамана Хридаям*»<sup>10</sup>, в легком для понимания стиле для успокоения собственного ума.
3. Солнце Чистого Сознания, то есть данное произведение Великого Мудреца, стремящиеся к состоянию Освобождения должны изучать постоянно. Оно является самым превосходным, дарующим блаженство Состояния Чистого Сознания, превосходящего речь и ум, не запятнанного мыслью. Достигнув Чистого Сознания, Мудрец больше не возвращается (к земным оковам). Текст - истинное наслаждение (для тех, кто изучает его).

#### БЛАГОСЛОВЛЯЮЩИЕ СТИХИ

4. Можно ли иметь ощущение существования без чего-то, что существует? Является ли Реальное Сознание чем то иным, чем ТО? Поскольку ТО (Реальность) пребывает свободное от мысли в [Духовном] Сердце, разве можно медитировать на ТО, само называемое Сердцем? И кто есть еще, отличный от Него, чтоб медитировать на ТО, на

<sup>10</sup> *Хридаям* - Духовное Сердце, синоним Атмана. Шри Рамана, говоря об Атмане, часто использовал санскритское слово *хридаям*, переводимое обычно как «Сердце», но более точным переводом будет «это – центр». Используя данный термин, Шри Рамана не имел в виду какую-то специальную локализацию или центр для Атмана, а только указывал, что Атман – источник возникновения всего проявленного. Прим. пер.

Истинное Я, чья природа – это Сознание - Реальность ? Знай, что медитировать на ТО, означает просто быть с Ним единым в Сердце.

5. Люди чистые умом, с сильным страхом смерти, предают себя Всеобщему Богу, Единому, воплощению блаженства, постоянно присутствующему Истинному Я, которое не имеет ни рождения, ни смерти. У людей, предавших себя Богу, исчезает это вместе с привязанностями. Как у них, у тех, кто (таким путем) добился прибежища в Бессмертии, может появиться мысль о смерти?

### Глава первая.

## РАСПОЗНАВАНИЕ

6. Мы видим этот мир, (следовательно) у этого мира есть источник, единственная Реальность, превосходящая (мир и ум), чьей силой все это становится явленным; это бесспорно. Этот кинофильм имен и форм, экран их показывающий, свет (Сознание) и зритель – все четыре являются той одной Высочайшей Сущностью, которая и есть Истинное Я внутри Сердца.

7. Начнем с того, что все религии, существующие в мире, утверждают (существование) мира, души и Бога. Поддерживаются (в качестве интеллектуальных убеждений) два утверждения, а именно: одна Реальность ощущается как тройственная, как три различных данности, при этом постоянно доминирует ощущение «я есть тело». Но высшее состояние состоит в том, чтобы быть прочно укорененным в своей реальной Природе (в Истинном Я), отбросив данное заблуждение.

8. К чему утверждать: «Мир реален» или «Мир - иллюзорная видимость», «Мир наделен сознанием» или «Мир лишен сознания, он инертен», «Мир радостен» или «Мир, конечно, трагичен». Все без исключения ценят то состояние отсутствия эго, выходящее за пределы принципов двойственности и единства, которое является нашей собственной природой и которое должно быть завоевано путем отрешения от мира и познания Истинного Я.

9. Если бы Истинное Я, (Атман), имело форму, тогда бы имели форму и мир, и Бог. Но поскольку Атман лишен формы, кто и как должен видеть формы? Может ли видимое быть иной природы, отличной от видящего глаза? Глаз (подлинный) – это и есть Истинное Я, и глаз этот не имеет пределов, не ограничен условиями, не содержит мира, это то Одно, что не имеет второго.

10. Так как каждый человек в мире состоит из пяти оболочек, то все эти оболочки в совокупности обозначаются названием «тело». Поскольку это так, то скажи, существует ли мир отдельно от тела в действительности? Скажи, видит ли этот мир кто-нибудь, у кого нет тела?

11. В мире нет форм, кроме объектов, воспринимаемых чувствами (то есть звуков и всего остального). Из этого следует, что мир в целом – это просто ощущения пяти органов

чувств. Посредством использования этих органов чувств (их пять), ум (он один) знает мир. Раз это так, скажи, является ли мир чем-то иным, отличным от ума?

12. Эти два, (мир и ум), появляются и исчезают одновременно; при этом этот инертный мир оживляет только ум. Знай, что Реально только то единственное, не рождённое, безграничное Бытие, чья природа есть Чистое Сознание, в чем эти два, (мир и ум), появляются и исчезают, хотя само Оно не появляется и не исчезает.

13. Даже если почитать Его в любом виде и под любым именем - это путь к правильному видению Его, ТОГО, кто (на самом деле) не имеет ни формы, ни имени. Но истинное видение Его – есть пребывание с Ним в единстве путем слияния с Ним, с Запредельным, [Божественным или Совершенным] Бытием, посредством осознания идентичности Истинного Я с подлинной сутью Запредельного Бытия.

14.Тройственность возникает на основе эго-чувства; и двойственность возникает так же. Если человек входит в Сердце посредством поиска ответа на вопрос: «Кто есть этот «я»?» и видит истину - Реальное Я, тройственность и двойственность исчезают полностью. Такой человек является Мудрецом; Его не вводят в заблуждение тройственность и двойственность.

15. Нигде и никогда в мире знание не отделено от незнания; также и незнание в каждый момент времени и для каждого человека не отделено от знания. Подлинное знание – это только осознание Истинного Я, которое становится явленным через поиск ответа на вопрос: «Кто есть этот «я», тот, который обладает как знанием, так и незнанием?»

16. Как может знание объектов, возникающих в условном (иллюзорном) существовании, быть истинным знанием для того, кто не знает истины о познающем (о Себе)? Если же некто знает (истину о Себе), если знает того Себя, в ком существуют и знание, и его противоположность (незнание), тогда и незнание, и (относительное) знание закончатся раз и навсегда.

17. Истинным знанием является только то знание, в котором нет ни знания, ни незнания. Пойми, что (так называемое) знание объектов не является истинным знанием. Истинное Я всегда сияет само по себе, нет ничего, что Оно должно знать, нет никого, кто должен знать Его, следовательно, Истинное Я – это чистое Сознание; не думай, что Истинное Я - это небытие (пустота).

18. Это Истинное Я, объявленное (выше) Сознанием, является единственной Реальностью, и нет другой. Все знание, которому нет числа, - это всего лишь фикция, кажущееся знание. Это кажущееся знание не существует отдельно от Истинного Я или Сознания. Скажи, разве все разнообразие создаваемых золотых украшений существует отдельно от золота, которое одно реально?

19. Два, то есть «ты» и «он», появляются лишь тогда, когда возникает ощущение «я» применительно к телу. Если путем поиска Истинного Я с использованием вопроса «Какова истина, скрытая под этим «я»?», эго исчезает, то исчезают и два других («ты» и «он»). Остается только ТО, что одно сияет – это Реальное Я.

20. Как прошлое, так и будущее существуют лишь относительно настоящего. И то, и другое, когда они происходят, являются только настоящим. Таким образом, все три – это настоящее. Поскольку это так, изучение прошлого и будущего без переживания в настоящем времени опыта Реальности, достигнутого посредством самоисследования, является столь же нелепым, как ведение счета без цифры «1».

21. Существуют ли время и пространство отдельно от эго? Если бы мы были телами, то попадали бы под действие и времени, и пространства. Но, скажи, разве мы – тела? Поскольку Истинное Я всегда одно и то же, везде и во все времена, то, знай, что Оно является единственной Реальностью, уничтожающей обоих (и время, и пространство).

22. Тело – это «я» как для того, кто знает Истинное Я, так и для того, кто не знает. Тот, кто знает Истинное Я, не считает себя ограниченным телом и отдельным от Всевышнего. Для того, кто познал Истинное Я внутри, Оно сияет как безграничное Бытие, неотделимое от Бога. Велика, в самом деле, разница между тем, кто познал Истинное Я, и тем, кто не познал!

23. Мир реален как для познавшего Реальное, так и для того, кто не познал Его. Тот, кто не познал Реальное, думает, что Реальное такого же протяжения во времени и пространстве, что и мир. Для того, кто познал Реальное, Оно сияет как лишенное формы Единое, как исходная субстанция мира. Велика, в самом деле, разница между познавшим Реальное и не познавшим!

24. Спорить, что из двух преобладает, судьба или свободная воля, любят только те, кто не испытал на опыте (истину) Себя, называемого Истинным Я, что является источником обеих. Может ли когда-либо Мудрец, который освободился от обеих, познав истину о своем эго через самоисследование, снова стать вовлеченным в такие споры, подобно тому, кто не познал Себя?

25. Видеть форму Бога, пренебрегая Собой, Тем, кто видит, означает, что такое видение – это ментальный образ. Это не подлинное видение Бога. Видит ли Мудрец, который обрел прямое видение Истинного Я, то Высшее Существо, что является этим Истинным Я? Утратив эго, он (Мудрец) нисколько не отделен от Высшего Существа.

26. В священных преданиях упоминаются два видения: видение Себя и видение Бога. Сформулирую, что означают эти видения на самом деле. Как может существовать видение Себя (Истинного Я)? Поскольку Его (Истинное Я) видеть невозможно, так как Оно едино (с тем, кто якобы видит), то кто должен был бы видеть Бога (который и есть Истинное Я) и как? Знай, что видение Истинного Я и (также) видение Бога выражается в том, что душа (то есть эго) становится пищей Бога [поглощается Богом].

27. Это благое и запредельное Существо, являющееся Чистым Сознанием, вечно сияет внутри ума как Реальное Я, предоставляя уму тот свет сознания (которым ум обладает). Поскольку это так, как может человек познать Его только лишь умом, не сумев погрузить ум в Него, обратив ум внутрь?

## Глава вторая.

## САМОИССЛЕДОВАНИЕ

28. Поскольку тело лишено сознания, оно не обладает собственным «я». Однако никто никогда не скажет : «В глубоком сне [когда нет осознания тела] я не существую». Все появляется, когда возникает это «я». Поэтому, сконцентрировав ум, ищи источник, откуда возникает это эго - чувство.

29. Инертное тело не может сказать «я». Реальное Сознание не имеет начала. Между Сознанием и телом возникает маленькое «я», ограниченное телом, это и есть ум. Ум - это узел, связывающий Сознание и инертную субстанцию [тело], а также Сознание и обусловленное существование . Ум - это эго, это оковы и это тонкое тело. Ум - это подлинная природа [так называемой] души.

30. Эго - это фантом, лишенный формы, он возникает и захватывает форму [тело]. Завладев формой, фантом продолжает свое существование. Обладая формой, наслаждаясь объектами чувств, фантом наращивает силу, а отбросив форму [во время смерти], фантом завладевает новой. Когда вы ищете правды о нем, [ищете, что же это есть на самом деле], фантом, конечно, исчезает.

31. Когда нечто, известное как «я», возникает, с ним возникает и весь мир. Когда «я» нет, нет и мира. Таким образом, «я» и есть мир, как таковой. Следовательно, [уничтожение «я»] через Самоисследование [с использованием вопросов « Кто есть это «я»?» или «Откуда оно, это «я»?» ] приводит к освобождению от всего [мира].

32. Мы все являемся этой единой Реальностью, и это Состояние, где нет чувства эго. Но как можно искоренить до конца чувство эго, если ум не погружается в Источник, где возникает чувство эго? А если чувство эго не уничтожено, как нам добиться Состояния, которое свойственно нам по природе, и в котором все мы являемся ТЕМ [Реальностью]?

33. Так же как ты ныряешь в воду, увидев, что-то, упавшее туда, точно также нужно нырять в Сердце, и, сконцентрировав ум, сдерживая речь и дыхание, отбросив все мысли о мире, искать: «Откуда появляется это чувство эго?» и таким путем прийти к осознанию Реального Я, Запредельной Сущности.

34. Погружение в глубины Сердца, [остановив ум и речь], и поиск Источника, в котором сияет изначальное Я-Сознание – это прямой способ достичь Осознания Себя. Медитация «я не это тело, я являюсь ТЕМ» - полезна лишь как подготовка к Поиску [Истины]. Разве такая медитация является поиском Истинного Я?

### Глава третья.

#### ОПЫТ.

35. Когда ум, обращенный внутрь и выполняющий исследование «Кто я?», исчезает в Сердце, и эго стыдливо склоняет голову, Чистое Сознание сияет собственным светом как

безграничное Я. Это Сознание - не иллюзорное эго, это Запредельная, Бесконечная Реальность, это благостное Истинное Я.

36. Осталось ли хоть что-то, что нужно делать ему [реализовавшему Истинное Я], пребывающему в счастливом единстве с ТЕМ [Истинным Я]? Единство это проявляется через поглощение чувства эго, Состоянием Покоя и Блаженства, что за пределами относительности. Поскольку он [реализовавший Истинное Я] не знает ничего, только Истинное Я, как может кто-то (не достигший Освобождения) представить себе на что похоже это Состояние, где нет ума?

37. Вместо того, чтобы достичь естественного состояния (состояния, которое в *Откровении* обозначено словами: «Ты есть ТО») через погружение в Сердце путем исследования «Кто я?», человек продолжает медитировать, повторяя «Я - ТО, я – не тело», значит его ум слаб. Ибо ТО, Реальность сияет сама по себе всегда, являясь Истинным Я.

38. Оба утверждения - «я не познал себя» и «я познал себя» - одинаково нелепы. Имел ли кто-нибудь, когда-нибудь два «я», чтобы одно «я» стало объектом познания для другого его «я»? Знай, что для всех есть один общий опыт познания: есть лишь одно Реальное Я.

40. Быть Реальным Я в Сердце, действительно достигнув опыта познания Истинного Я, является подлинным достижением, все остальные достижения подобны тем, что происходят во сне. Остается ли что-то, завоеванное во сне, настоящим после пробуждения? Может ли тот, кто отбросил все фальшивое, пребывая в Реальности, когда-либо быть обманутым иллюзорными достижениями?

41. До тех пор, пока доминирует представление «я есть тело», полезна медитация на осознание «я есть ТО» для того, чтобы добиться Осознания Себя (посредством Самоисследования). Но к чему вечно придерживаться этой медитации? Медитирует ли кто-то на осознание «я – человек»? Мы все и всегда являемся самой Реальностью!

42. Даже утверждение, что двойственность существует до тех пор, пока человек пытается достичь цели, когда существует только не-двойственность – не является правильным. Кем еще, как не десятым был человек в притче «о потерянном десятом человеке»<sup>11</sup> и тогда,

---

<sup>11</sup> Притча о потерянном 10-ом человеке: "Завидя плачущих людей на берегу реки, исполненный сочувствия путник спросил, в чем причина их горя. Ему объяснили случившееся и сказали, что даже после неоднократных проверок они не смогли насчитать более девяти человек. Услышав этот рассказ, но видя всех десятерых перед собой, путник сообразил, в чем дело. Для того, чтобы глупцы поняли, что в действительности их десять и все они благополучно выбрались на берег, он сказал им: "Пусть каждый из вас назовет свой номер последовательно: один, два, три и так далее, в то время как я буду наносить ему удар, чтобы вы убедились, что включены в счет и притом только раз. Тогда и найдется „пропавший десятый". Услышав это, глупцы обрадовались перспективе найти своего „потерянного" товарища и приняли метод, предложенный путником.

Пока добрый путник раздавал удары по очереди каждому из десятерых, получивший удар громко считал себя. "Десять", — сказал последний, после получения последнего по очереди удара.

когда он взволнованно искал десятого, и когда нашел себя (являясь тем десятым потерянным человеком)?

43. Если бы Истинное Я было деятелем (совершало действия), Оно бы само и пожинало плоды. Но когда чувство «я делаю» отпадает после реализации бесконечного Истинного Я в результате Самоисследования: «Кто есть этот я, который совершает действия?», тогда с отпадением этого чувства (а именно ощущения «я делаю»), исчезают все три вида действий<sup>12</sup>. Мудрец знает, что такое Состояние – это Освобождение навечно.

44. Если существует мысль: «я несвободен, связан», тогда возникает и мысль об освобождении. Кому может прийти мысль о связанности, если в результате Самоисследования [«Кто есть это я, которое связано?»] остается только лишь вечно свободное Реальное Я, у которого нет возраста, которое не умирает? Если же такая мысль не может возникнуть, то как может мысль об Освобождении появиться у Мудреца, который покончил с действиями?

45. Сейчас я со всей ясностью укажу на истину, применительно к трем следующим точкам зрения: «Освобождение имеет форму», «Оно не имеет формы», «Оно и обладает формой, и бесформенно». Истинное Освобождение – это полное уничтожение того, что называют «я» и которое спорит о том, какая из этих точек зрения правильная.

## ЧАСТЬ ВТОРАЯ

### (ДОПОЛНЕНИЕ К СОРОКА СТИХАМ<sup>13</sup>)

#### БЛАГОСЛОВЕНИЕ

46. Реальность это ТО, что является потаенным Сокровищем в Сердце, *и только в Ней* существует этот мир, *только Ей* принадлежит весь этот мир, *только из Нее* мир возникает к существованию, *только для (Реализации)* этой Реальности существует мир, *только*

---

В замешательстве они смотрели друг на друга. “Нас — десять”, — сказали они в один голос и поблагодарили путника за избавление от горя.

Это притча. Откуда появился десятый человек? Был ли он вообще потерян? Познанием того, что он был здесь все время, обрели они что-нибудь новое? Причина их горя состояла не в реальной утрате одного человека из десяти, а в их собственном заблуждении, ибо они предположили, что один из них потерян, хотя и не поняли, кто именно, потому что каждый раз насчитывали девятерых. "

<sup>12</sup> Имеется в виду три вида кармы: санчита (вся накопленная за все жизни), агама (та, что даст плоды в будущем) и прарабдха (та, что проявляется в данной жизни). Если провести аналогию между этой классификацией видов кармы и обычным рисом, то санчита карма будет соответствовать собранному урожаю, поступившему в зернохранилище. Прарабдха карма - это часть запаса, изъятая из хранилища для еды, агама карма - это засеваемый сейчас рис, который даст новый урожай.

<sup>13</sup> Ulladu Narpadu Anubandham – название этой части на тамильском языке

*благодаря Ей* появляется мир, и *Она сама* является всем этим миром. Мы медитируем на эту Запредельную Реальность в Сердце.

## Глава первая.

### ОБЩЕНИЕ С МУДРЕЦАМИ

47. Благодаря общению с Мудрецом, человек обретает непривязанность (отрешенность); благодаря непривязанности он освобождается от заблуждения («я-тело»), которое присутствует в уме; когда он свободен от заблуждения, он становится одним целым с незыблемой, Запредельной Реальностью и становится свободным еще при жизни. Поддерживайте общение с Мудрыми.

48. Это запредельное состояние Блаженства может быть достигнуто путем Самоисследования, через поиск Истинного Я, высшая точка которого - погружение (ума) в Сердце, к чему побуждает общение с Мудрецом. Это состояние не достижимо ни путем интеллектуального понимания смысла священных писаний, ни путем слушания того, что говорят наставники, ни посредством различных заслуг и добрых дел, оно недостижимо и никакими другими средствами.

49. Разве нужны тому, кому выпало счастье часто общаться с мудрецами, истово внимая им, все эти различные ритуалы для достижения высшей цели? Когда дует прохладный южный ветер, принося облегчение от жары, что толку держать в руке веер?

50. Луна может лишь избавить людей от жары; небесное дерево желаний<sup>14</sup> может исполнить (только) желание; (священная река) Ганга может смыть только грех. Взгляд мудрецов избавляет от всех трех - от жары и остального; (так что) нет ничего во всех трех мирах<sup>15</sup>, что сравнимо с мудрецами.

51. Святые места для омовения (которые являются всего лишь водой) никогда не равны этим Великим [мудрецам]; не равны Им и формы Божеств (из камня или глины), которым поклоняются и обретают чистоту ума (если обладают преданностью) по прошествии бесконечно долгого времени; взгляд Мудрецов может мгновенно сделать человека чистым.

## Глава вторая

### НЕДВОЙСТВЕННОСТЬ

52. «Кто есть Бог?»

---

<sup>14</sup> Под Анахатой (сердечной чакрой) находится очень маленький восьмилепестковый лотос. В нем берет свое начало Калпатару — «небесное дерево желаний». Оно может воплотить в жизнь самые заветные желания — те, которые мы осознаем, и те, о которых знает лишь наше сердце.

<sup>15</sup> В индуизме бытие состоит из трех миров: 1-й Мир – это физическая вселенная, 2-й Мир есть тонкий астральный или ментальный план бытия, где пребывают дэвы, ангелы и духи; 3-й Мир представляет собой духовную вселенную Махадэв, «великих светящихся сущностей» или божеств индуизма. Сам индуизм является гармоническим взаимодействием этих Трех Миров.

«Это ТОТ, кто знает ум».

«(Но) я сам, как индивидуальная душа, всегда знаю ум!»

«Поэтому ты сам есть Бог, (не индивидуум); кроме того, Откровение говорит, что Бог – это Истинное Я, Оно одно во всех существах».

53. «Что есть свет (то, что позволяет видеть объекты) для тебя?» - « Днем - солнце, ночью - лампы и другие светильники».

«Что является светом, который позволяет тебе видеть этот свет?» - «Глаз».

«Что является светом для глаза?» - «Ум»

«С помощью какого света ты воспринимаешь ум?» - «Я как таковой воспринимаю ум».

«Значит, это ты как таковой есть Свет всех видов света, бесконечный, беспредельный».

«Воистину. Я есть ТО». [ответил ученик]

54. Внутри пещеры Сердца чистое и бесконечное Бытие само сияет как Истинное Я, безграничное Я. Войди в Сердце, погружаясь внутрь через Самоисследование [через поиск Истинного Я], или же сдерживай дыхание и, таким образом, сливайся с Истинным Я.

55. Именно это чистое, неподвижное Сознание, которое сияет внутри Лотоса Сердца как Истинное Я, само дарует Освобождение, если человек отбрасывает чувство «я есть тело».

56. Тело, как и все, что сделано из праха, бесчувственно; у него нет чувства "я". Поэтому «я» - это не тело. Это так еще и потому, что Истинное Я, конечно же, существует в глубоком сне без сновидений, где нет тела. «Кем является тот, кто говорит «я»? Или: «Откуда он, тот, который говорит «я»?». Для тех, кто с чистым умом (ищет Себя, рассуждая таким способом), кто укореняется в Себе [в Истинном Я], блаженная, совершенная Сущность, а именно Сам Аруначала, сияет как Истинное Я.

57. Только тот человек возвышенного ума, кто сам себя рождает как запредельную Сущность путем Самоисследования «Откуда я?», является истинно рожденным. Он рождается раз и навсегда. Он – Повелитель Мудрецов, Он – вечно новоявленный.

### Глава третья.

#### СОВЕТЫ ИЩУЩИМ

58. Откажитесь от чувства "я", связанного с этим телом. Тело это не Истинное Я, оно инертно и несовершенно. Одержите победу, получите опыт Реального Себя, Запредельной Реальности, являющейся бесконечным блаженством. Человек, который надеется познать Истинное Я, сконцентрировав ум на совершенствовании тела, подобен человеку, который пытается переправиться через реку, держась за крокодила, которого принимает за бревно.

59. Исчезновение чувства «я-тело» - это и подарок, и жертва, и *tapas*<sup>16</sup>, и праведность, и верность, и милость Бога, и единение с Богом, и высшая преданность, и отрешенность, и

<sup>16</sup> Тапас – огонь целеустремленности. В практическом аспекте понятие тапаса связано с понятием «аскеза» (от греческого слова «аскезис» — упражнение) – то усилие, которое мы должны приложить, чтобы очиститься для общения с Богом. В более широком смысле аскетизм — образ жизни, характеризуемый самоограничением, прежде всего на удовольствия и роскошь; крайняя скромность и воздержание.

тишина, и естественное состояние, и счастье, и богатство, и Освобождение, и покой, это и смерть, которая не является смертью, и правильное знание.

60. Чьим является все это, а именно: действия, отделенность от Бога, отделенность от Реальности и незнание Истинного Я, кому все это принадлежит? Такое вопрошание само по себе является всеми возможными видами йоги (йогой действия или карма-йогой и всеми остальными). Знай, что искомое состояние - это состояние чистого реального Бытия, блаженного опыта Истинного Я, в котором нет ни искателя, называющего себя "я", ни четырех моментов, названных выше (действий и всего остального).

61. Тот, кто стремится добиться сверхъестественных сил, не зная, что его самого приводит в действие сила Божья, похож на того калеку, который сказал: «Легко смогу победить врагов, если только вы сможете поднять меня и поставить перед ними на поле битвы».

62. Полное безмолвие ума, по утверждению Мудрецов, является Освобождением. Сверхъестественные силы - это то, чего нужно добиваться значительными усилиями ума. Как может тот, кто так неумен, что стремится заполучить эти силы, добиться вневременного счастья Освобождения, которое и есть безмолвие ума?

63. Если Бог несет все бремя мира, то подражающая Ему душа, которая пытается нести это бремя, подобна кариатиде (украшающей основание башни), которая якобы держит башню (на своей голове). Если тот, кто едет на автомобиле, способном перевозить тяжелые грузы, держит багаж на голове и терпит вследствие этого боль, кто же тогда виноват в этом?

## Глава четвертая

### МЕДИТАЦИЯ

64. Среди шести органов [чакр] различного цвета, расположенных выше живота, есть один – [духовное] Сердце, Оно как бутон лилии. Сердце находится на два пальца в сторону от центра груди.

65. Его входное отверстие закрыто; во внутреннем пространстве Его размещаются (главные) нервы. Это обитель тайны: там пребывают (приобретенные) привычки ума, жизненная сила [прана], ум и Свет (то есть Сознание).

66. Высшая Сущность, обитающая в пещере Сердца, называется Господом Сердца. Если посредством медитации «я и есть Он», убеждение «я есть Он» станет таким же твердым как (существующее сейчас) убеждение «я есть тело», тогда исчезнет неведение, как тьма исчезает под лучами солнца.

67. "Какая истина есть в Сердце, которое Одно для всех существ, в котором, отразившись как в зеркале, видна вся Вселенная, такая же, как снаружи?" Когда Рама так спрашивал (Его)<sup>17</sup>,

---

<sup>17</sup> Строфы 67-70 являются *kulaka* (блоком) и их следует читать как один стих.

68. Бхагаван Васиштха отвечал следующим образом: "Сердце, да будет тебе известно, существует в двух вариантах: (одно), чтобы быть отвергнутым, и (другое), чтобы быть принятым. Состоящий из плоти орган тела, инертный и подверженный распаду, следует понимать как то сердце, которое должно быть отвергнуто».

69. "Сердце, которое является Чистым Сознанием, в котором отражается вся Вселенная, и которое есть нечто совершенно иное нежели физическое сердце, следует знать как Сердце, которое должно быть принято. Это Сердце – и снаружи, и внутри, и Оно - и не снаружи, и не внутри; это сокровищница всех благ для всех существ.

70. "Когда ум обретает устойчивость в этом истинном Сердце посредством поиска Истинного Я, происходит исчезновение всех ментальных пороков, и также прекращается движение дыхания жизни [праны]."

71. Отвергни все привязки (созданные умом), путем постоянной медитации «Я есть это беспорочное, блаженное Сознание, которое всегда сияет, свободное от ограничений оболочек тела».

72. Удерживая ум закрепленным в состоянии Реальности, которое остается после Самоисследования (после поиска истины всех состояний бытия), действуй в мире как человек, который руководствуется желаниями (в действительности оставаясь не затронутым ими). Ты, который знает бессмертную Истину за всеми (этими) внешними проявлениями, придерживайся Истины, будь таким же активным в мире, как тот, кем управляет желание, (но) с умом, сохраняющим покой.

73. Проявляя видимость радости, волнения, неодобрения и стремления к достижению, выполняй обязанности в этом мире; но оставайся внутренне свободным от сотен связывающих желаний, ровно относись ко всем существам, выполняй действия как все люди, точно так, как их выполняет человек, пребывающий в неведении.

## Глава пятая

### ЖИВОЙ, НО СВОБОДНЫЙ

74. Тот, кто имеет опыт вхождения в Свое естественное Состояние Чистого Сознания и счастлив в Единстве с этой Реальностью, кто сбросил все загрязнения ума, должен быть известен как не рождённый, владеющий громом и молнией Само-осознания. Он - огонь Чистого Сознания, герой, который убил смерть и стал Богом смерти для времени как такового.

75. Подобно тому, как весной к деревьям приходит нарастание красоты и других качеств, так и к тому, кто видит Истину, кто испытывает наслаждение Блаженством Истинного Я, приходит, конечно, нарастание Света, Силы и Интеллекта.

76. Точно так же, как человек, чей ум блуждает далеко, когда он слушает рассказ, но на самом деле не слышит его, так и Мудрец, который действует без ментальных загрязнений, не становится деятелем (выполняя действия). Но если ум пропитан обилием (мирских) загрязнений, то человек является исполнителем действий даже тогда, когда (внешне) не

активен. Знаешь, сновидец падает с вершины холма в пропасть даже тогда, когда его тело лежит недвижно (в постели)!

77. Так же как для того, кто уснул в повозке, три (состояния), а именно: когда повозка движется, когда спокойно стоит где-то, и когда лошадей из повозки выпрягли - похожи друг на друга, так и для Мудреца, который пребывает во сне Само-осознания в повозке, то есть в теле, три состояния, - а именно, активность тела, его неподвижность в самадхи и во сне, - одинаковы.

78. Состояние покоя, состояние вне времени – это состояние Мудреца, называемое Бодрствующий Сон. У тех, кто живёт в (ошибочном круге) бодрствования, сна и сна без сновидений, это состояние получило название Четвертого состояния, и только это состояние реально; остальные три являются просто иллюзиями; поэтому Мудрые называют это состояние, которое является Чистым Сознанием, состоянием запредельного Бытия.

79. Это для немудрых сказано: "Действия будущего и накопившиеся действия<sup>18</sup>, принадлежащие Мудрецу, перестают существовать; но не те, что начали приносить плоды". Ведь так же, как одна жена из многих не остается *sumangali* [неовдовевшей] после смерти мужа, так и все три вида действия перестают существовать, когда исполнитель (это) умирает.

## Глава шестая

### ЗНАНИЯ БЕЗ ОПЫТА

80. Люди с небольшими знаниями, почерпнутыми из книг, имеют только одну семью каждый, которая состоит из жены, сыновей, и других членов, но умные и образованные люди имеют в своих сердцах много семей, а именно книг, которые препятствуют духовному усилию. Может ли для них существовать Освобождение?

81. Если человек с книжным знанием не пытается стереть начертанное Судьбой, вопрошая: "Откуда это «я», которое знает книги?" то чего добивается он через свои книжные знания? Кто еще, о Господь Аруначала, так похож на патефон?

82. Для необразованного не существует тех бед, которые существуют для того, кто знает много, но не обрел спокойствия; в необразованного не вселился демон гордости; он не страдает от речевых или умственных усилий; он не бродит в поисках почестей; знай, что он спасен не от одной, а от многих бед.

83. Даже тому, который смотрит на весь Мир как на ничтожный и у кого все тайны Священного писания как на ладони, невозможно перестать быть рабом блудницы-похвалы.

84. Существует ли кто-то кроме Истинного Я? Если кто-то говорит что-нибудь о тебе (будь то похвала или порицание), какое это имеет значение? В случае Мудреца, который, будучи прочно укорененным в Своем естественном состоянии блаженства, являющемся

---

<sup>18</sup> *агами* карма и *санчита* карма ( прим.переводчика)

незыблемым, это все равно как если бы ты сказал это сам себе, ибо Он не знает разницы между собой и другим.

85. Медитируйте всегда на Истину, на Одно без второго; но никогда (не пытайтесь) применять учение недвойственности к действиям в мирской жизни; сын мой, медитируй на Истину, как на охватывающую всю Вселенную; но никогда не применяй недвойственность относительно Гуру.

## Глава седьмая

### КРАТКО ОБ УЧЕНИИ

86. Теперь я открою со всей ясностью глубокую тайну, составляющую высшую суть выводов *Упанишад*. Пойми, что, когда Истинное Я (познано) как Реальность через смерть эго, остается только это подлинное Истинное Я, которое есть Чистое Сознание.

---

### ВЫВОДЫ

1. Вселенная как совокупность видящего и того, что он видит, возникает, (какое-то время) проявляется и исчезает вместе с умом; она появляется в состояниях сна и бодрствования; в глубоком сне без сновидений она исчезает; стало быть вся Вселенная – это всего лишь мысли в уме (и ничего более). Постоянно сияющее Одно, в котором существует ум - это есть Истинное Я, нетронутое несчастьями.

2. Таким образом, не знающий, тот, кто не познал свое Истинное Я, кто думает (под воздействием наваждения «я есть тело»), что мир реален и что счастье может быть получено от объектов чувств, страдает от несчастий. Если он, отвернувшись от мира, погрузится в Сердце через поиск Истинного Я, он обретет покой в Реальном Я. Так учит Бхагаван Шри Рамана в этой книге.

### КОММЕНТАРИИ

**Стих № 4** - смысл первого благословляющего стиха вкратце состоит в следующем: ум как таковой - это оковы. Растворив ум в его источнике (в Реальном Я), человек обретает свое Естественное Состояние бытия, становится Реальным Я. И это - Освобождение.

Первую фразу сам Мастер объяснил следующим образом: “Каждый осознает две данности, а именно: самого себя (видящего) и мир, который он видит, и он предполагает, что они оба настоящие. *Но только то является настоящим (реальным), что имеет непрерывное существование.* Если судить по этому признаку, то и тот, кто видит, и то, что он видит - нереальны. И тот, кто видит, и видимое им появляются периодически. Они проявляются только в состоянии бодрствования и во сне. В состоянии глубокого сна они перестают появляться; поскольку они появляются всякий раз, когда ум активен, и исчезают, как только ум перестает функционировать. Поэтому и видящий и видимое - это не что иное, как мысли ума. Должно существовать то, из чего ум возникает и в котором он затихает. Это что-то должно иметь непрерывное существование; то есть, Оно должно быть Реальностью”.

Мастер излагает в вышеуказанном стихе суть учения об Откровении, а именно: и мир и индивидуальные души являются нереальными видимостями, исходящими из Источника, из Реальности. Они, как воображаемая змея, которую видят в веревке. В этом смысл первой фразы в данном переводе - *“Разве может быть ощущение существования без чего-то, что существует?”*

После чего возникает вопрос: “Эта Реальность является само-проявляющейся или возникает как-то иначе?” Вещи, которые не обладают сознанием, не являются само-возникающими; их проявление обусловлено чем-то еще; только сознание является само-проявляющимся. Таким образом, вопрос состоит в следующем: является ли вышеуказанная Реальность сознанием или нет? Ответ дан во второй фразе – *“Является ли Реальное Сознание чем то иным, чем ТО?”* Из чего следует, что Реальность как таковая является Сознанием.

Можно задать вопрос: “Зачем описывать Реальность как Сознание, а не как Реальность, которая сознает?” Ответ таков: ум сознает, но его сознание прерывисто. В глубоком сне он утрачивает Сознание. Если бы Реальность была только сознательной, а не Сознанием, как указано в тексте, то Реальность была бы в сознании с перерывами, как ум. Это вынуждало бы нас представлять нечто другое сознательное, в котором данное сознание затухает, и так без конца; завершенность должна быть и она - только в ТОМ, чья природа Сознание. Поэтому ТО – это Сознание; на самом деле, именно тот факт, что ТО является Сознанием и составляет Его реальность.

В данном учении утверждается следующее: мир и тот, кто его видит (видящий) - это лишь мысли в уме; ум нереален, поскольку не имеет непрерывности существования; но хотя ум нереален, он сознателен. То, что придает уму видимость реальности – это Сознание; но это сознание не является собственностью ума, а принадлежит его Источнику. Этот Источник должен обязательно быть Сознанием, поскольку в противном случае он не может быть источником сознательного ума; поскольку ум включает в себя мир, мир не может иметь отдельного Источника. Чтобы отличать то Сознание, которое является единственной Реальностью, Его называют Чистым Сознанием.

Термин «Реальное (Чистое) Сознание» несёт в себе более сокровенный смысл, чем кажется на первый взгляд. То, что мы называем "душа" - это просто нечто, что видит мир, это то, что нереально, что есть лишь мысль в уме. Истинное Я – вот что является неоспоримой реальностью. Таким образом, так называемая душа - это не Истинное Я. Тогда что такое Истинное Я? Оно должно быть Реальным Сознанием - Чистым Сознанием, которое является источником и мира, и того, кто видит мир. *«Откровение»* говорит нам, что это так. Реальное Я (которое следует отличать от ложного "я", от личной души), - это Чистое Сознание. Оно только и является реальным, поэтому в нашей истинной природе мы не конечны, мы не связаны, мы являемся Запредельной Реальностью; рабство связанности и страдания - это заблуждения, возникающие в уме.

Тогда возникает вопрос: Почему мы не осознаем самих себя как Чистое Сознание, где нет ума и мира? Почему мы ошибочно представляем себя конечными «я» в этом многогранном мире? Ответ дан в первой части третьей фразы: *«Поскольку ТО (Реальность) пребывает свободное от мысли, в [Духовном] Сердце».*

В нашем теперешнем состоянии бытия в качестве конечных «я», тесно связанных с умом, Свет Сознания, которое является Реальностью, скрыт за облаками мыслей, которые проходят в уме; можно сказать, что сам ум скрывает Реальность, потому что ум - это ничто, это всего лишь мысли. Являясь нереальным, ум обладает силой успешно скрывать Реальность, из которой он черпает бытие и сознание, подобно тому, как нереальная змея скрывает веревку, которая видится как змея. Точно так же как веревку не увидеть как веревку, пока ее рассматривают как змею, также и Реальность не может проявиться, такой как Она есть в действительности до тех пор, пока Реальность ошибочно воспринимают как мир личностей и объектов. Но, когда эта ложная видимость окончательно исчезает, (не как в глубоком сне, а как при отмирании ума в Состоянии Освобождения), тогда Реальность проявляется. Проявляется в своей истинной природе как Чистое сознание, которое является Истинным Я. Ум угасает раз и навсегда, когда он возвращается к своему Источнику, к Истинному Я, при использовании Самоисследования, которому обучает данный текст. Гипотетическое место, называемое Сердцем, упоминается как источник ума для того, чтобы помочь начинающим в практике самоисследования. Условно Сердце описывается как обитель Реальности; и в данном тексте объясняется, что Реальность как таковая это и есть Сердце, Оно вне пространства и вне времени.

Может ли ум, не теряя себя в Реальности, как-то приобщиться к присутствию Реальности? Ответ дан в оставшейся части третьей фразы.

Сама природа ума такова, что ум беспрестанно создает множественность, поскольку ум отделяет видящего от того, что тот видит (от видимого), то есть он будет всегда создавать посредством своей силы самообмана этот иллюзорный мир, который скрывает Реальность. Ум, следовательно, искажает Реальность своими усилиями постичь Ее; он не может иначе. Максимум того, что может сделать ум, это представить Реальность в качестве личного Бога, Сущности, которая не является Истинным Я. На этого Бога полагаются, им наслаждаются точно так же, как и другими объектами чувств! Но «Откровение» говорит нам, что Реальность – это Истинное Я, следовательно, Реальность как таковая в действительности есть все, поэтому Она не может стать объектом мышления или медитации.

Из чего следует, что ум должен погибнуть в Сердце Реальности для того, чтобы Реальность могла сиять такой, какая Она есть. Это состояние исчезновения ума в тексте описывается как истинная медитация Реальности, потому что в такой медитации Реальность проявляется в Ее истинной природе, то есть, как Истинное Я. Это состояние называется Освобождением, поскольку, когда оно достигнуто, не может быть никакого возобновления причины оков и страданий. Это состояние и пути его достижения являются темой «Откровения».

**Стих № 5** - Мастер поведал нам, что есть только два способа достижения состояния Освобождения, а именно: поиск через Самоисследование Истинного Я и предание себя Высшему. Первый способ является темой первого благословляющего стиха, второй способ является темой второго благословляющего стиха. По милости Бога, (на самом деле являющегося не чем иным, как Истинным Я, которое незнающий может представлять себе только как Бога) - ищущий Освобождения обнаруживает, что мирское существование есть зло, а также что его личные усилия совершенно недостаточны для преодоления этого. Поэтому он предает себя Богу, вверяя себя целиком и полностью Его милости; эта отдача себя определенно, хоть и медленно, ведет к исчезновению эго, то есть ума, к растворению

эго [ума] в истинной природе Бога, в Истинном Я, и, таким образом, ищущий преодолевает пределы ограничений мирского существования.

## ГЛАВА I. РАЗЛИЧЕНИЕ.

6. В этом стихе начинается процесс различения Реального и нереального: Реальное Я в этом стихе сравнивается с неподвижным освещенным экраном в кинотеатре, на котором все кадры появляются и исчезают. Обратите внимание, что зритель (тот, кто видит этот мир) сам является одним из кадров на этом экране, в отличие от зрителя в кинотеатре.

7. Истинное Я затуманено эго-чувством; если эго принимают за чистую монету, за Истинное Я, то Истинное Я не может быть осознано таким, какое Оно есть в действительности; следовательно, должно быть достигнуто состояние, где эго нет; метафизические размышления об Истинном Я бесполезны.

8. У каждого в глубине сердца – любовь к состоянию без эго, когда Истинное Я является тем, что Оно есть на самом деле; этого состояния достигают, отвернувшись от мира; для того, кто искренне стремится к достижению этого состояния, дискуссии о реальности этого мира и тому подобное не имеют никакого значения; но в следующих стихах эта тема рассматривается ради тех ищущих, которые не могут избежать этих вопросов.

9. Без форм нет и мира; но формы появляются только лишь благодаря эго-чувству; формы нереальны, потому что Истинное Я бесконечно и, следовательно, лишено форм.

10. Мир можно видеть только благодаря отождествлению Истинного Я с телом, материальным или тонким.

11. Мир явлен лишь умом; а ум - это всего лишь мысли.

12. Оба: и мир, и ум - нереальны, поскольку лишены непрерывности; лишь только их основа, Истинное Я - реально.

13. Поклонение Реальному Я как Богу допустимо, но Оно, будучи бесформенным, никогда не станет объектом видения; Его можно лишь пережить на опыте как Истинное Я.

14. Видение подразумевает триаду: видящего, видимое и процесс видения; но все триады, как и все диады - нереальны, они находятся в поле неведения.

15 - 18. Из этого следует, что диада «знание – незнание» также нереальна и не существует в Естественном Состоянии, называемом Освобождением. Это состояние есть Чистое Недифференцированное Сознание, которое является единственной Реальностью; на Реальность незнание накладывает ложное знание, а именно знание объектов. Поскольку мир – это не что иное как незнание, он нереален как таковой.

19. Нереальность множественности распространяется также на многочисленные маленькие «я», вымышленные эго-умом.

20. Размышления над прошлым, а также рассуждения о будущем обречены на провал, так как их ведут люди, которые не только не знают, но и не хотят знать Истинное Я, которое есть всегда.

21. Время и пространство - нереальны.

22 - 23. Реальность (Истинное Я) - бесконечна и не имеет формы; тело и мир не существует отдельно от Реальности; это не значит, что тело является Истинным Я, или, что мир реален, в том смысле, в котором считают их реальными те, кто не знает Истины.

24. Конфликт между судьбой и свободой воли существует только для незнающих, но не для Мудреца, который - над ними.

25 - 26. Поскольку Бог – это на самом деле Истинное Я, Его нельзя увидеть как объект видения.

27. И нельзя Его познать, как объект, отличный от тебя самого.

## **ГЛАВА II. ПОИСК.**

28. Есть Истинное Я, Источник происхождения эго, которое является отправной точкой в появлении мира; поэтому необходимо искать и найти этот Источник эго.

29. Нет индивидуальной души помимо эго.

30. Эго является нереальным.

31. Если эго будет положен конец путем Поиска (Источника), иллюзия мира исчезнет сама собой.

32. Поиск Источника эго - это единственный прямой способ реализации нашей истинной природы, которая есть Дух.

33. Поиск состоит в погружении в Сердце с желанием найти Источник происхождения эго.

34. Медитация «я есть ТО» не является прямым методом.

## **ГЛАВА III. ОПЫТ.**

35. Описание того, как Поиск ведет к опыту Истинного Я.

36. Мудрец в состоянии Истинного Я не имеет обязанностей.

37. Это состояние полностью отличается от состояния ищущего, который вместо того, чтобы погрузиться в Сердце посредством Поиска, продолжает медитировать: «я есть ТО».

38. Мудрец не скажет : «я знаю свое Истинное Я».

39. У него нет догм и он не спорит о них; только невежды привязаны к догматам вероучений и любят спорить о них.

40. Его состояние - это единственная истинная Сидхи из всех существующих .
41. На самом деле, пребывая в единстве с Реальностью, он не медитирует на это единство.
42. Это Единство не берет начало в Поиске; Оно не имеет начала, не имеет конца.
43. Мудрец не наслаждается и не страдает от последствий совершенных действий или тех действий, которые совершаются.
44. Мудрец не осознает своих оков и, следовательно, не осознает того, что стал свободным.
45. Нет смысла в вопросе, является ли мудрец человеком (с формой), поскольку Его Состояние - это Состояние без эго, вне понимания эго-ума.

## ПРИЛОЖЕНИЕ I

### Суть учения

(Перевод *Upadesha Undiyar*<sup>19</sup>)

1. На то есть воля Бога, чтобы все действия приносили свои плоды. Действия не являются Богом, потому что они бессознательны. (Плоды действий – это доказательство существования Бога).
2. Плоды действий после того, как они исчерпаны, принимают форму семени и погружают душу в океан действий. Плоды действий не ведут к Освобождению.
3. Но действия, совершаемые без желания как служба Богу, очищают ум и потому являются способом достижения цели [Освобождения].
4. Нет сомнения, что обряды, *джана*<sup>20</sup> и медитация, соответствующие активности тела, речи и ума, - ценные практики, важность которых возрастает в указанном порядке. (Наименее ценные – действия тела [обряды почитания или *пуджа*<sup>21</sup>], действия речи [*джана*]обладают большей ценностью, а медитация как ментальное действие является самой ценной практикой).
5. Служение Богу с мыслью о том, что все восемь категорий проявленного мира<sup>22</sup> являются Его формами - это самое лучшее почитание Бога. (То есть, служение любой форме или живому существу – это почитание Бога, если при этом помнить, что все восемь категорий - это Его космическая форма).

<sup>19</sup> Упадеша Унидияр или Упадеша Сарам (на санскрите) – Суть учения, это четкое изложение практического руководства к учению. Шри Шарма дает свободный перевод этого текста.

<sup>20</sup> *Джана* (санскр. ज्ञ, jana) — духовная практика медитативного повторения (рецитации) мантр или имён Бога

<sup>21</sup> *Пуджа* (санскр. पूजा, pūjā IAST — «поклонение», «молитва») — религиозный обряд в индуизме, предложение скульптурному образу божества пищи, воды, благовоний, цветов и других элементов.[1] Пуджа проводится для выражения почтения и преданности Богу (или богам).[1]

<sup>22</sup> Восемь категорий или форм мира – это пять элементов (земля, вода, огонь, воздух, эфир), солнце, луна и все живые существа.

6. Практикой, более ценной, чем восхваление Бога, чем внутренняя неслышная *джана*, является медитация, исключительно ментальный процесс.
7. Непрерывающаяся медитация, подобная льющемуся потоку воды или масла *гхи*<sup>23</sup> лучше, чем прерываемая медитации.
8. Медитация, выполняемая с убежденностью «я это Он», лучше, чем медитация на Него, как на Другого, отличного от меня.
9. Пребывание в Истинном Состоянии [не фрагментированного Единства, Чистого Бытия], превосходящем медитацию и достигаемом в результате постоянной, непрерывающейся практики медитации – это и есть высшая преданность (Любовь к Богу). (Во время садханы<sup>24</sup> Преданность и поиск Истинного знания различны. Но ведут они к одной цели, которая является и высшей преданностью и истинным знанием).
10. Пребывание недвижно в собственном источнике (в Реальности, являющейся Богом) означает высшее Действие, Преданность, Контроль Ума и истинную Осознанность.
11. Ум, как птица, пойманная в сеть, успокаивается, когда успокаивается дыхание (посредством пранаямы). Успокоение дыхания - это метод усмирения ума.
12. Поскольку ум с функцией восприятия и жизненная сила с функцией действия являются двумя ветвями, произрастающими из одного корня (Сознания).
13. Существует два вида умолкания ума: задержка деятельности ума на время и полное растворение. Нужно понимать, что ум затихший на время, оживет снова, но ум замолкнувший навсегда (слившись с Истинным Я), не проявится больше никогда. (Именно растворение ума в Истинном Я ведет к Естественному Состоянию, а не временное молчание ума).
14. Если ум успокаивается при успокоении дыхания, фиксация ума на чем-то одном ведет к его растворению (и к достижению Состояния, где ума нет).
15. У великого йогина, растворившего ум и достигшего Истинного Состояния, не существует потребности в совершении действий, поскольку он обрел свое Истинное Состояние или стал Истинным Я (которое лишено действий).
16. Подлинная Осознанность Истинного Я состоит в том, что ум начинает осознавать собственную подлинную Природу, т.е. бытие Чистым Сознанием. Это происходит тогда, когда ум освобождается от всех привязок к объектам внешнего мира.
17. При непрерывном исследовании истины об уме (при отлучении его от внешних объектов), выясняется, что нет такой вещи как ум. И это Прямой Путь для всех и каждого. (Этот процесс объясняется в последующих строфах).
18. Ум - это не что иное, как последовательность мыслей. Источником всех мыслей является корневая мысль «я». Следовательно, «я» - мысль (или эго) – является умом.
19. Когда ищут Источник, из которого возникает «я»-мысль или эго, эго исчезает. Это и есть метод Самоисследования (*вичара*), ведущий к Истинной Осознанности (Реального Я).
20. Когда в процессе Самоисследования исчезает эго, проявляется сияние другого Я (не являющегося объектом мысли), форма его «Я-Я». И это Я является всем (полнотой Истины).

<sup>23</sup> *Гхи*, или *ги* (хинди □ □, бенг. □ □) — разновидность очищенного топленого масла, которое широко используется в Южной Азии

<sup>24</sup> Садхана (Sādhana IAST, □ □ □ □ IAST) — санскритский термин, которым в индуизме и буддизме называют духовную практику и который также можно перевести как «средство для достижения чего-то».

21. Это «Я-Я» и есть суть слова «Я» (это не эго), потому что в глубоком сне (без сновидений), когда эго нет, мы не перестаем существовать.
22. Это истинное Я не является телом, не является органами чувств, не является жизненной силой, не является умом, не является темнотой (незнанием), поскольку все перечисленное бессознательно и нереально.
23. Поскольку Сознание, посредством которого познается Истина, является не чем иным, как Реальностью, то Истина как таковая – это Сознание. Следовательно, мы – это Сознание. (Из чего ясно, что существует лишь одно Единство, являющееся и Истиной [Реальностью] и Сознанием).
24. Поскольку Бог и душа имеют одну природу, то как Реальность они - Одно и то же. Различие между ними только видимость, оно возникает из-за различия в носителях (оболочках) и степени Осознанности. (Бог – это Сознание с Майей (творческой силой), которая и есть его оболочка, а душа имеет своей оболочкой неведение. Характерная черта Бога – неограниченная Осознанность, осознанность души ограничена).
25. Осознать Истинное Я самого себя независимо от носителя (от пяти оболочек, составляющих тело) это и есть подлинное знание Бога, потому что Он сияет как Истинное Я (в духовном Сердце).
26. Знать Истинное Я – это быть Истинным Я, поскольку Оно не делится на два. Быть Истинным Я – это состояние Идентичности с Истиной (Истинное Состояние). (Истинное Я, являясь абсолютно Единым и вечно существующим Субъектом, не может стать объектом Знания никогда. Следовательно, выражение «Познать Себя» не следует воспринимать буквально).
27. Подлинное Осознание – это Осознание, в котором нет ни знания, ни неведения, поскольку в состоянии, называемом Подлинным Осознанием, не существует познаваемого объекта. (Что означает: в нем нет двойственности).
28. Когда достигнуто Осознание Истинного Я, остается лишь Бытие, Бесконечная Истина, Сознание и Блаженство. (Таким образом, нам ясно указывается, что Истинное Я имеет три аспекта: Истина, Сознание, Блаженство. Следовательно, достижение Истинного Я – это достижение Совершенства и Блаженства).
29. То, что считают действующим Инструментом Божьей Воли, пребывает в этом Состоянии высшего Блаженства, где нет ни оков, ни Освобождения. (Эта фраза отсылает нас к *Шива Джняна Бодхам* (важному тексту шиваизма), где говорится, что освобождённая душа не имеет собственных действий, ее действия – это действия, происходящие по Воле Бога. Это происходит в Естественном Состоянии, в состоянии Истинного Я, поскольку мудрец, познавший Истинное Я, лишен ума (эго). Его называют *дживанмукта*<sup>25</sup>. Он не совершает действий, его эго исчезло навсегда. Но другие люди видят его действующим. Эти действия нам следует понимать как действия Бога, напрямую функционирующего через данный носитель, совершение действий происходит без вмешательства личного желания. Такого человека называют: «тот, чьи действия – есть действия Бога». Приведенные пояснения даны самим Бхагаваном).

---

<sup>25</sup> Дживанмукта (от санскр. джива и мукти, букв. «вживе освободившийся») — термин в индуизме, которым в философской школе адвайты называют святого человека, достигшего стадии самоосознания (нирвикальпа-самадхи) и полностью, до физической смерти, освободившегося от желаний и кармы.[действий]

30. Бхагаван Шри Рамана – это Истинное Я (всех живых существ), говорит, что пребывание в Состоянии, лишенном эго, само по себе является лучшим Тапасом.<sup>26</sup> (Тапас в Адвайте – это усилия по очищению ума, необходимые для достижения Цели (Освобождения). Такой Тапас обязателен для тех, кто еще не достиг Естественного Состояния, в котором нет эго. Для того, кто достиг этого Состояния, Тапас не нужен. Само пребывание в этом Состоянии дает ему все, что может дать Тапас. Поэтому Шри Рамана называет пребывание Истинным Я высочайшим Тапасом. Это Он говорит не себе, а ради пользы своих преданных.)

*Примечание:*

Данное краткое обобщение различных этапов садханы, применимых к различным этапам Пути Нивритти [пути возвращения к Источнику, познания своей истинной сути] показывает, что готовность к Прямому Пути – это то, что приобретается в процессе эволюции через череду жизней. В ходе этих жизней садханы предшествующих этапов выполняются со страстным желанием достичь цели, правильно или неправильно понимаемой. Первый этап – это самоотверженная, дисциплинированная деятельность с семенами Преданности. Второй этап – это Преданность с практикой медитации, ведущей к самади автоматически и или через намеренное применение Самоисследования. Третий этап - Самоисследование, являющееся Прямым Путем. Цель – возврат к истинной Природе самого себя, к Истинному Я, превосходящему мир.

## ПРИЛОЖЕНИЕ II

### ПОСЛАНИЕ ПО СЛУЧАЮ ДЖАЯНТИ (ДНЯ РОЖДЕНИЯ) ШРИ РАМАНЫ

**ОМ НАМО БХАГАВАТЕ ШРИ РАМАНАЙЯ**

**ВСЕМ ДЕТЯМ СВЯТОГО РАМАНЫ, НАМАСКАР**

Для нас сам Рамана – это Откровение.

У Раманы нет *Jayanti* (Дня рождения), потому что Он - Нерожденный, Вечный, Он - Реальное Я в каждом из нас. Так что то, что мы называем его *Джаянти*- это только наши *джаянти*. Наше Рождение в Нем, в нашем Истинном Я. Это рождение гарантировано нам, его искренним преданным, потому что Он взглянул на нас, одарив милостью.

Рамана не имеет формы, Он – Вечный и Беспредельный Аруначала, танцующее Я в Сердце. Он милостиво принял форму, чтобы мы смогли освободиться от оков формы. Он

<sup>26</sup> Тапас (санскр. तपः [Tapas IAST, «тепло», «жар», «истязание», «аскеза»). Упанишады рассматривают тапас наряду с брахмачарьей как добродетель, порождающую огромную силу. Традиционная философия Индии утверждает, что тапасом можно достичь чего угодно, вплоть до владычества над всем миром.

не есть нечто, существующее географически, но Недвижный *Брахман Упанишад*. Благодать - Его Суть, и по благодати Он стал нашим Гуру. Благодать не только в Тируваннамалай, она - в наших сердцах. Сердце – это и есть Истинный Аруначала.

Мощь Его Милости безгранична, она непобедима: Его взглядом мы были пойманы в сеть Его Благодати, и Она выполнит свою работу. От Нее никуда не деться.

Его Милость - как свет Солнца. Как Солнце разгоняет тьму, так и Милость разгоняет неведение и иллюзию. Нам ничего не нужно делать, только дать наше добровольное согласие на то, чтобы работа этой Милости была выполнена.

Наше согласие означает, что мы должны осознавать правду о работе Милости, которая требует в обмен на дар Раманы отдать наше столь сильно лелеемое, но совершенно бесполезное ложное «я», эго, которое заставляет нас думать и говорить: “я такой-то и такой-то”. Мы должны пылко желать победить его, заплатив эту, как будто бы, цену и отдав свое эго Рамане.

В этой очень выгодной сделке победа может быть одержана за счет Веры и Преданности. У нас должна быть Вера, ведь мы знаем, что Рамана такой же, как Бхагават пада Шри Шанкарачарья, Шри Дакшинамурти, и что его слова - основа *Упанишад*, на ней зиждется авторитет древних *Упанишад*. Мы не движемся назад во времени в поисках авторитета - мы находим столь необходимый авторитет в Рамане и только в нем.

Хотя Он и говорит нам о поиске Истинного Я посредством вопроса «Кто я?», но Он также говорит нам, что даже теперь без поиска, «Мы есть ТО» и «ТО как таковое есть мы». Другими словами, мы свободны по природе, мы есть всегда, мы - *Nitya-Muktas*, (вечно свободные), оковы – нереальны.

Поэтому наши *Джаянти* не в будущем, а сейчас. Все Отличия (включая оковы, карму и т.д.) нереальны. Он смеется над нами, когда мы спрашиваем, как мы можем слиться с Ним воедино, говоря, что это похоже на то, как человек, находящийся в Тируваннамалае, спрашивал бы дорогу в Тируваннамалай.

Пусть Он смеется над нами. Этот смех полон благодати и дает нам понять, что мы – это Он, и не нужно становиться Им.

Нет места для уныния, нет места для сожаления о грехах, для страха неудачи. Есть только Благодать, и это - Он. Если мы делаем что-то неправильно, давайте не будем оплакивать это, забудем об этом сразу же, и, ощущая радость, найдем укрытие в Его Благодати.

Должны ли мы делать что-то как маленькая белка при строительстве моста Рамы?<sup>27</sup> Давайте думать о некоторых из этих истин Благодати Раманы и отречься от своих маленьких «я», отдаваясь Благодати, раз или два в день, когда мы бодрствуем. В другие

<sup>27</sup> История из Рамаяны: Когда Шри Рама строил мост на Шри-Ланку, множество обезьян помогли ему в строительстве. Пока все это происходило, вокруг бегала маленькая белочка. Она подбирала мелкие камешки, и бросала их в воду. Некоторые смеялись над белочкой, говоря: "Как может маленькая белка сделать какой-то вклад?". Белка сказала: "Я делаю этот вклад для своей же радости. Я также являюсь частью этого огромного дела, что затеял Шри Рама, и я так горжусь этим".

моменты, если приходит Воспоминание о Благодати само собой, возрадуемся в Нем. Если часто случается так, что мы неспособны придерживаться такой программы, давайте не будем тратить мысли на покаянное сожаление, но идти дальше с верой в Его Благодать.

*K. Lakshmana Sarma*