

Проблема самопостижения. Рамана Махарши [filosoff.org](http://filosoff.org)  
Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке  
<http://filosoff.org/> Приятного чтения!

Проблема самопостижения. Рамана Махарши.  
Из книги: Беседы со Шри Рамана Махарши. Тируваннамалаи, 1963, выборочно

Вопрос – Какова природа счастья?

Рамана Махарши – Счастье – природное состояние человека и не зависит от внешних причин. Чтобы открыть запасы чистого, неомраченного счастья, нужно постичь себя, свое истинное Я (Атман).

В. – Кто Я? Как это узнать?

Р.М. – Задай этот вопрос самому себе, вопрошающему. Я – это то, что остается после того, как устраняется не-Я.

В. – Что мешает постичь себя?

Р.М. – Привычки ума, стереотипы мышления (Васаны). Преодолевать их следует путем самопостижения, хотя это и кажется порочным кругом. Эго создает из этого проблему, а потом застывает в смущении перед неразрешимым парадоксом. Искать нужно не ответ, а вопрошающего.

В. – Что может помочь самопостижению?

Р.М. – Помочь могут Писания и те, кто постиг. Обратись к мысли "я" и проследи за ней до ее истоков, благодаря этому мысль исчезнет и останется только Я.

В. – Разве интеллект не способствует самопостижению?

Р.М. – Лишь до определенной стадии. Пойми, что Я находится за пределами мысли, следовательно, чтобы постичь себя, нужно выйти за пределы интеллекта.

В. – Можно ли постичь себя с помощью Писаний?

Р.М. – Знание, почерпнутое из книг, способствует самопостижению только в том смысле, что делает человека духовно настроенным.

В. – Цель Йоги, по определению, состоит в воссоединении индивида с универсумом путем устранения иллюзии их разделенности. Какова природа этой иллюзии?

Р.М. – Иллюзии для кого? Пойми это, и иллюзия исчезнет. Как правило, люди хотят выяснить природу иллюзии, упуская из виду, для кого она существует. Это безумно. Предполагается, что иллюзия находится вовне и неизвестна, а искатель находится внутри и известен. Вместо того, чтобы пытаться понять далекое неизвестное, пойми для начала ближайшее внутреннее.

В. – Как познать себя?

Р.М. – Обособленному существу кажется, что оно познает что-то отличное от себя, что оно – субъект, зрящий, который познает объект, зримое. Между тем такая точка зрения возможна лишь в том случае, когда есть нечто третье, связующее зрящего со зримым, а именно, сила зрения, ум. Выделяя "объект" и "субъект", то есть два разных объекта, ум отождествляет себя с одним из них – "субъектом" – и выступает в качестве эго. Самопознание есть последовательное отрешение зрящего от зримого, в результате чего зримое становится все более тонким, пока не исчезнет вовсе. Этот процесс называется Дришья Вилайя, растворение зримого.

В. – Зачем устранять объекты? Разве нельзя постичь себя и без этого?

Р.М. – Нет. Устранение зримого означает не что иное, как устранение иллюзорной обособленности зрящего и зримого, утверждение истинного тождества субъекта и объекта. Объект сам по себе нереален. Все зримое, включая эго, – это объект. После устранения нереального остается реальность. Когда веревку принимают за змею, истинное положение дел проясняется лишь после того, как устраняется ложный образ змеи. Без такого устранения нельзя постичь истину.

В. – Как и когда происходит растворение зримого?

Р.М. – Оно происходит лишь после того, как растворяется иллюзорный субъект – "сила зрения", ум. Ум – создатель субъекта и объекта, причина дуалистических концепций, идей и образов. Он служит причиной ложных представлений об ограниченном "я". Ум по природе своей беспокоен. Для начала нужно успокоить его, сделать менее рассеянным, приучить его смотреть внутрь, сделав это привычкой.

В. – То есть мы должны избавиться от злобы, похоти и т.п.?

Р.М. – Избавься от мыслей. Ты не должен избавляться ни от чего другого. Действия и чувства не порабащают человека. Эго порабащает только ложная мысль "я – действующее лицо" (Ахамкара, эго). Оставь эту мысль и предоставь телу и чувствам беспрепятственно играть свои роли без твоего вмешательства. Речь идет об устранении неведения, а не о приобретении знания. Поручать эту задачу уму – все равно, что переодеть вора в полицейского и поручать ему ловить вора, то есть самого себя. Ум – вор, слови его и верни себе счастье.

В. – Как узнать человека высокой духовности? О некоторых подвижниках

Проблема самопостижения. Рамана Махарши [filosoff.org](http://filosoff.org) говорят, что они выглядят как сумасшедшие.

Р.М. - Духовность может распознать лишь духовный человек. Покой ума, который пропитывает окружающую атмосферу, - единственный признак, по которому можно судить о величии святого. Его слова, действия или внешность не могут служить показателем, ибо их смысл, как правило, недоступен пониманию обычных людей.

В. - Исчезают ли ум и чувства после смерти тела, или они переживают его?

Р.М. - То, что родилось, должно умереть. Чьим было это рождение? Ты не знаешь, кем ты был до рождения, и тем не менее, хочешь узнать, кем станешь после смерти. Прежде, чем думать о том, что будет, подумай о том, что есть. Знаешь ли ты, кто ты в настоящий момент?... У кого возникают эти вопросы о будущем? Познай свою Сущность, свое истинное Я и подобные вопросы исчезнут. Ведь вопросы исчезают через некоторое время после того, как ты заснул. Почему? Разве ты сейчас отличаешься от того, который спал? Нет. Почему же эти вопросы возникают теперь, а не во время сна? Выясни это.

В. - Реален ли видимый мир?

Р.М. - Он реален в той же мере, что и видящий его. Видящий, видимое и видение образуют триаду. Реальность за пределами этим трем. Они преходящи, временны, - они появляются и исчезают. Истина же пребывает вечно.

В. - А созерцание Бога?

Р.М. - В "Бхагавадгите" Шри Кришна говорит Арджуне: "Можешь видеть Меня таким, каким хочешь". Это означает, что образ Его обусловлен желаниями и наклонностями созерцающего. Люди говорят о "созерцании Бога", и все же каждый рисует Его сам. В зримом присутствует зрячий. Гипнотизер ведь тоже может заставить тебя видеть необычные вещи. В этом случае ты говоришь о "фокусе", тогда как в другом случае - о "Боге". С чем связано такое различие? Ничто зримое не может быть реальным.

В. - Какова же цель творения?

Р.М. - В том, чтобы дать возникнуть этому вопросу.

В. - Какова природа наших стремлений?

Р.М. - Посмотри, что происходит с подброшенным в воздух камнем. Он покидает свое место и направляется вверх, при этом, он стремится вернуться вниз и находится в движении до тех пор, пока не возвращается в первоначальное положение, где и обретает покой. То же происходит с водами океана: испаряясь, они образуют тучи, гонимые ветрами, тучи сгущаются в воду и выпадают дождем, вода стекает с гор в виде бурлящих потоков и, наконец, по равнинным рекам вливается в океан, свой первоисточник, - достигнув же его, успокаивается. Ты видишь, таким образом, что где бы ни появилось чувство отделённости от своего истока, там возникает волнение и движение, которое продолжается до тех пор, пока чувство отделённости не исчезнет и не воцаряется покой.

С человеком происходит то же самое. Пока он отождествляет себя с телом (а также чувствами, умом, эго), он не знает своей подлинной природы, своего истинного Я, Сущности, и существует как бы отдельно от нее. Неосознанное стремление к преодолению своей отделённости от Истока выражается у человека в стремлении к счастью, а наиболее зрелой формой такого стремления является духовное стремление.

В. - Что служит вершиной и истоком нашего стремления?

Р.М. - В должное время мы узнаем, что достигаем триумфа там, где нас уже больше нет.

В. - Означает ли это, что нам следует стремиться нивелировать свою индивидуальность?

Р.М. - Чью индивидуальность? Люди остро сознают не свою индивидуальность, как им кажется, а свою индивидуальность. Препятствием служит не индивидуальность как таковая, а ложное самоотождествление, отождествление себя с различными индивидуальными качествами, которое выступает затем в форме обособленного эго. В своем самодовольстве это эго подобно высеченной у подножия башни скульптуре, которая всей своей позой и взглядом дает понять, что это она держит башню на своих плечах.

Можно сказать, что тело, чувства, мысли и т.д. - это крест. Эго или мысль "я - это тело, чувства, мысли и т.д." - это Сын Человеческий. Когда эго распято, оно воскресает истинным Я, Сыном Божиим. Ведь и в вашем Писании сказано: "Если пшеничное зерно, пав в землю, не умрет, то останется одно; а если умрет, то принесет много плода. Любящий душу свою погубит её, а ненавидящий душу свою в мире сем сохранит её в жизнь вечную" (Ин 12, 24-25).

В. - Я не совсем улавливаю твою мысль.

Р.М. - Об этом можно сказать и другими словами. Золото - не украшение, а украшение - золото и ничто иное. Какую бы форму ни придавать украшениям, как бы различны они не были, есть лишь одна реальность - золото. Точно так же обстоит дело с Я и не-Я. Единственная реальность - наша подлинная

Проблема самопостижения. Рамана Махарши [filosoff.org](http://filosoff.org)  
природа, истинное Я. Отожествлять себя с не-Я (телом и т.п.) и искать счастья – всё равно, что пытаться переплыть реку на спине крокодила. Понимание этого обстоятельства составляет необходимое условие любой Садханы (духовной практики).

В. – Какова природа различных видов Садханы и какой из них предпочтительнее?

Р.М. – Смысл практики в том, чтобы не давать забывать о цели. Практика помогает нам не отвлекаться на другие предметы. Выбор же её определяется способностями и наклонностями практикующего. Все виды практики в конечном счете растворяются в единой Истине. Ведь всё это – лишь различные виды наших усилий отрешиться от неистинного посредством устремления ума к одной только Истине. И хотя эта Истина – мы сами в своем подлинном бытии, практика выглядит так, будто мы думаем об Истине, служим Истине, взываем к Истине и т.д. В действительности же наша деятельность сводится к устранению помех, препятствующих постижению нашего подлинного бытия.

В. – В какой мере можно быть уверенным, что Садхана увенчается успехом?

Р.М. – Самопостижение представляет собой постижение нашей вечной природы, а не приобретение чего-то нового. Новое не может быть вечным. Поэтому нет никаких поводов для сомнений – обретет или не обретет человек свое истинное Я.

В. – Способна ли благодать Божия ускорить духовное созревание человека?

Р.М. – Да, благодать – это начало и конец.

В. – Как обрести эту благодать?

Р.М. – Отречением от себя.

В. – Я все же не испытываю благодатного воздействия.

Р.М. – Желательна искренность. Отречение не предполагает произнесения каких-то обещаний и выдвижения каких-то условий. Оно от сердца. И если человек полностью поверил себе ему, то что в нем будет взывать о благодати? Тот, кто отрекся от себя полностью, полностью охвачен благодатью.

В. – Можно ли постичь себя, не принимая Саньясу (обет отречения от мирской жизни, дома, семьи и имущества)?

Р.М. – Принять Саньясу означает принести в жертву свое эго. Это не то же самое, что выбрить тонзуру или облачиться в одежды цвета охры. Человек может быть главой семьи, но если он не отождествляет себя с главой семьи, значит он Саньясин. С другой стороны, человек может быть бродячим аскетом, но если он думает при этом, что он Саньясин, значит он не Саньясин.

В. – Разве Саньяса не предполагает отказ от имущества?

Р.М. – Отказ от имущества при сохранении эго не имеет смысла; если же эго устранено, обладание имуществом не имеет значения.

В. – Но ведь полное отречение от эго невозможно!

Р.М. – Да, это так. Вначале полное отречение невозможно. Но частичное отречение определено возможно. Если бы оно было невозможно, невозможным было бы и самопостижение. Ты не в силах утвердить покой в уме. Это может быть достигнуто лишь посредством отречения.

В. – Каково направление ума после самоотречения?

Р.М. – Задаёт ли этот вопрос отрекшийся от себя ум?

В. – Какова подлинная основа самопостижения?

Р.М. – В основе лежит Атма-Видья (наука о Себе).

В. – Поясни нам эту Атма-Видью!

Р.М. – Атма-Видья – самая сложная из наук, и в то же время самая простая, так как Я изначально очевидно даже для самого недалекого человека и не нуждается в постижении. Однако несмотря на то, что Я столь очевидно, оно тем не менее скрыто. В этом повинно ложное отождествление Я с телом и т.п.

В. – Как возникает отождествление?

Р.М. – Благодаря мыслям. Ими окрашивается свет истинного Я. Если их устранить, Я будет светить своим светом.

В. – Как устранить мысли?

Р.М. – Нужно понять их основу. Все они связаны с мыслью "я", то есть с эго. Устрани эту мысль и все остальные исчезнут.

В. – Как устранить эту мысль?

Р.М. – Если найден её источник, она больше не возникнет.

В. – Где и как искать её источник?

Р.М. – В сознании того, что "я действую". Между тем Я – это чистое сознание. Поэтому всё, что необходимо для самопостижения, – это покой ума, ментальная тишина.

В. – Как успокоить ум?

Р.М. – Воду нельзя сделать сухой, ум может быть обуздан лишь поиском себя, думающего. Если искать думающего, мысли исчезнут.

В. – Исчезнут сами собою? Это же очень сложно!

Р.М. – Они исчезнут. Идея сложности сама по себе является препятствием для самопостижения. Её нужно преодолеть. Быть собой не сложно.

Проблема самопостижения. Рамана Махарши [filosoff.org](http://filosoff.org)

В. - Я понимаю, что истинное Я - за пределами эго, но это знание носит чисто теоретический характер. Как обрести практическое постижение истинного Я?

Р.М. - Постижение - это не что-то новое, что-то такое, что нужно было бы обретать. Оно уже есть, ты всегда был собой. Всё, что необходимо, - это избавиться от мысли "я еще не постиг себя". Не было такого момента, что-бы Я отсутствовало.

До тех пор, пока имеются сомнения в постижении, нужно прилагать усилия для отрешения от подобных мыслей.

В. - Не способствуют ли постижению хорошие мысли? не являются ли они как бы нижней ступенью лестницы, ведущей к постижению?

Р.М. - Да, они способствуют постижению в том смысле, что отстраняют дурные мысли. Сами они в конце концов также должны исчезнуть.

В. - Разве такие мысли не составляют фундамент постижения?

Р.М. - Нет. Мысли - хорошие или плохие - отдаляют от цели, а не приближают к ней, потому что Я пребывает за пределами мысли.

Мысли возникают вследствие отождествления Я с не-Я. Когда мы отрешаемся от не-Я, остается только Я. Для того, чтобы освободить какое-нибудь место, достаточно убрать с него вещи. Однако сама уборка не является причиной возникновения места. Оно существует даже будучи загроможденным вещами.

В. - Если убрать все мысли, останется пустота.

Р.М. - Отсутствие мыслей не означает пустоты. Должен быть кто-то, сознающий пустоту. Знание и незнание возникают благодаря уму, "силе зрения". Они порождаются дуализмом зрящего и зримого. Но Я пребывает за пределами знания и незнания. Чтобы узреть, осознать его, необходимо какое-то другое Я. Между тем Я только одно. Все, что отлично от Я, - это не-Я. Не-Я не может увидеть Я.

В. - Но существование того, что принципиально не наблюдаемо, не воспринимаемо, немислимо и т.д. не может быть доказано. Получается, что никакого "истинного Я" не существует.

Р.М. - Собственное существование не нуждается в доказательствах. Собственное существование очевидно для каждого.

В. - Вряд ли наше существование можно назвать существованием истинного Я. Это Я забывается в мирской суете.

Р.М. - Я никогда не забывается. Сейчас ты путаешь Я с не-Я, и это заставляет тебя говорить, что ты забыл не-кое "истинное Я". Для забвения не будет места, если с этой путаницей будет покончено. Я забыл - ладно, но что? Разве существуют два Я?

В. - Однако задаваясь вопросом "кто Я", я не получаю никакого внутреннего ответа.

Р.М. - Какого рода ответ ты хотел бы получить?

Разве тебя здесь нет? Что еще нужно? Где ещё ты можешь себя искать? Ты вынужден задавать этот вопрос - "кто я?" - потому что ты ошибочно отождествляешь Я с не-Я. Нелепо спрашивать, как постичь себя, будучи собой.

В. - И всё же, сколько я не ищу свое истинное Я, мне не удаётся найти его. Я зашел в тупик.

Р.М. - Как же ты можешь найти его? Ведь оно не существует отдельно от тебя. Оставь пока невозможность найти его. Где ты сейчас? Или ты хочешь сказать, что тебя нет? Разве есть два Я? Ты всё время говоришь "я ищу", "я спрашиваю"... Кто этот "я"?

В. - Я его не воспринимаю.

Р.М. - Так его и нельзя воспринять. Я не объект. Разве Я может отделиться от тебя, покинуть тебя хоть на мгновение? Это своему уму ты позволяешь блуждать. Я же всегда на месте. Но когда твой ум сосредоточен, ты говоришь: "Атман не покидает мой ум ни на миг". Как нелепо!

В. - Я хочу отрешиться от не-Я, чтобы стало возможным постижение Я. Как это сделать? Каковы характерные черты не-Я?

Р.М. - Почему ты всё ещё занят феноменами? Есть некто, кто говорит о том, что от не-Я нужно отрешиться. Кто он?

В. - Я имею в виду себя же. Когда я еду из Калькутты в Мадрас, то должен узнать Мадрас, чтобы не выйти по ошибке на промежуточной станции. Поэтому во время путешествия я руководствуюсь указателями и расписанием. А чем я должен руководствоваться в поисках себя?

Р.М. - Сказанное тобой приложимо лишь к путешествию в Мадрас. Ты знаешь, как далеко находишься от Мадраса. Знаешь ли ты, как далеко находишься от себя?

В. - Не знаю.

Р.М. - Был ли ты когда-нибудь отделён от себя? Возможно ли это? Разве Я не самое близкое из всего, что есть?

В. - В настоящее время я далек от себя, я должен вернуться к истокам, чтобы обрести себя вновь.

Проблема самопостижения. Рамана Махарши [filosoff.org](http://filosoff.org)

Р.М. – Насколько ты далек от себя? Кто говорит, что он далек от себя? Могут ли быть два я?

В. – Сказано ведь, что индивиды – это видоизменения Атмана, истинного Я, подобно разнообразным украшениям, сделанным из золота.

Р.М. – Если человек говорит об украшениях, игнорируя их субстанцию – золото, – ему напоминают, что они золотые. Но ты говоришь о себе как о видоизменении себя. Отделен ли ты от себя, что говоришь о себе, как о видоизменении?

В. – Разве нельзя представить, что золото говорит о себе, что оно – украшение?

Р.М. – Будучи неодушевленным, оно так не скажет. А человек одушевлен и не может действовать отдельно от сознания. Атман, истинное Я человека – это Чистое Сознание. Тем не менее, человек отождествляет себя с телом, которое само по себе неодушевленно и не может сказать по собственному почину "я – тело". Это говорит кто-то другой. Неограниченное, всеобъемлющее Я так не говорит. Кто же говорит это? Между Чистым Сознанием и неодушевленным телом возникает некое псевдо-Я, которое и воображает себя телом. Ищи это "я", и оно исчезнет, подобно призраку. Все Писания заняты борьбой с призраком эго. Твоей целью также является устранение иллюзии и ничто иное.

В. – Способствует ли Вайрагья (бесстрастие) достижению этой цели?

Р.М. – Несомненно.

В. – Какова природа бесстрастия?

Р.М. – Различение. Все люди стремятся к счастью, но большинство идет по ложному пути, принимая за счастье удовольствия этого мира, которые неизбежно сменяются страданиями. Различать между тем, что приносит горе, и тем, что приносит радость, – и придерживаться последнего, – это и есть Вайрагья. Когда искушения этого мира для человека как бы "вылиняли" и утратили свой былой призывный блеск – это подлинная Вайрагья (дословно "обесцвеченность").

В. – Необходим ли наставник?

Р.М. – Да, если хотят научиться чему-то новому. Но что касается тебя – ты должен разучиться.

В. – Всё же учитель необходим, я полагаю.

Р.М. – Ты уже есть то, что ищешь. Поэтому учитель тебе не нужен.

В. – Но разве не помогает ищущему общение с тем, кто уже постиг?

Р.М. – Да. Оно помогает ему освободиться от иллюзии, будто он ещё не постиг.

В. – Скажи мне, как постичь?

Р.М. – Существуют различные методы, но все они нужны лишь для того, чтобы разгипнотизировать человека.

В. – Так разгипнотизируй меня! Скажи, какому методу следовать.

Р.М. – Где ты? Куда ты хочешь следовать?

В. – Я знаю, что "Я есмь", но я не знаю, кто Я есмь.

Р.М. – Следовательно, есть два я?

В. – Я прошу ответить на мой вопрос.

Р.М. – Кто просит? Тот, который есть, или тот, который не знает кто он?

В. – Я есть, но я не знаю, кто я, каков я.

Р.М. – Сказать "я – это" означает сказать "я не то". Говорить "я – это" или "я – то" неверно, ибо и "то" и "это" – ограничения. Истинно лишь "Я есмь". Я молчаливо, а "тем" или "этим" его называет ум. Когда один человек думает, что "я – это", а другой, что "я – то", начинается борьба мнений, разгораются споры и Я окончательно исчезает под горами аргументов.

Знай, что до тех пор, пока существует отождествление Я с не-Я, сомнения и вопросы будут возникать опять и опять, и никакой запас слов их не удовлетворит. Сомнениям придет конец лишь после того, как будет покончено с не-Я. Тем самым свершится самопостижение, в котором не останется того, кто мог бы сомневаться или задавать вопросы.

В. – Но когда я начинаю думать об истинном Я, меня тотчас отвлекают от него другие мысли.

Р.М. – Ищи того, кто думает, а не просто думай о я. Ищи того, чьи это мысли. Они исчезнут, так как коренятся в мысли "я". Ищи, разоблачай её и все остальные мысли исчезнут.

В. – Этому трудно следовать. Теорию я понимаю. Но как применить её на практике?

Р.М. – Тем, кто не может обратиться непосредственно к выявлению Я, рекомендуются другие методы. Но даже для того, чтобы повторять Мантру "Я есмь Браман" (Ахам Брахмаасми) или размышлять над ней, необходим тот, кто делает это. Кто это? Это Я. Будь этим Я, будь собой. Это метод непосредственного выявления (раскрытия, Вичара). Другие методы также приводят в конце концов к выявлению Я.

В. – Какой из двух путей лучше – Правритти или Нивритти?\*

\* Две фазы цикла "дыхания Брахмы", соответствующие катафатическому и апофатическому пути самопостижения. Правритти – проявление, развертывание мира из непроявленного Брахмана. Нивритти – растворение, обратное свёртывание проявленного мира в Брахмане. Брахман – субстанциальная основа зрящего и зримого, говорится, что Брахман – это Атман. – В.Д.

Р.М. – Если ты рассматриваешь Я как чистое и простое – это Нивритти. Если ты рассматриваешь Я как единое со вселенной – это Правритти. Иными словами, Нивритти – это обращение ума во внутрь, а Правритти – это обращение ума вовне. В любом случае нет ничего отделенного от Я. Цель обоих путей одна – самопостижение.

В. – Но не легче ли будет для некоторых видеть Бога во всем, что встречается ему, а не искать сверхразумное Я?

Р.М. – Да. Если ты видишь Бога во всем, то думаешь ли ты о Боге или нет? Чтобы видеть Бога во всем, ты определенно должен будешь хранить Его в уме. Такое сохранение Бога в уме становится Дхьяной, медитацией. Дхьяна – стадия, предшествующая постижению, а постижение – это постижение Атмана, истинного Я и ничто иное. По-этому не имеет значения, о чем ты медитируешь – о Боге или об истинном Я. Если медитация совершенна, результат будет один и тот же.

В. – По-моему, всё-таки, медитация на Боге и медитация на истинном Я – это разные вещи. Могут ли столь различные пути привести к одной цели?

Р.М. – Истинного Я миновать нельзя. Или ты хочешь видеть Бога во всём, кроме себя? Если Бог во всём, то разве не относишься к этому всему и ты? Сказал ведь мудрец: "До того, как я себя постиг, я странствовал в поисках Тебя, теперь же, постигнув, я вижу, что Ты – это я".

В. – Говорят, что перед Гуру (духовным наставником) должно преклоняться, как перед Богом. Правильно ли это?

Р.М. – Бог, Гуру и истинное Я – различные формы одного и того же. Полагая себя обособленным индивидом, ты веришь в Бога. При поклонении Богу, Он является тебе в образе Гуру. При поклонении Гуру, он является тебе в образе твоего истинного Я.

Бог воплощен в индивидах как их истинное Я. Он – истинное Я каждого человека. В случае необходимости это внутреннее Я может проявляться вовне в образе Гуру.

В. – Говорится, что Упасана (поклонение) и Дхьяна обусловлены умственной деятельностью. Сказано также, что постижение связано с прекращением каких-либо действий. Можно ли постичь себя без Упасаны и Дхьяны?

Р.М. – Они предшествуют постижению. Такого рода действия приводят к требуемому недеянию.

В. – Что такое Дхьяна?

Р.М. – Дхьяна – это твое естественное состояние. Ты называешь её медитацией ("размышлением"), потому что существуют и другие, отвлекающие тебя мысли. Медитация – это попытка почувствовать свою истинную природу путем отрешения от посторонних мыслей.

Во время медитации эти посторонние мысли возникают всё более настойчиво. И это хорошо. Тем самым наружу выносятся то, что до сих пор лежало в тебе скрыто. Если бы оно не проявилось, как можно было бы от него отрешиться?

В. – Но сказано ведь, что всё является Брахманом.

Р.М. – Да, это так. Но до тех пор, пока ты считаешь мысли отличными от себя, от них надо отрешаться. Постигнув их собою, ты не стал бы говорить обо "всём". Ведь есть только Брахман. Нет ничего, кроме Брахмана.

В. – "Рибху Гита" перечисляет множество вещей, называя их нереальными, а в конце добавляет, что все они – Брахман, и поэтому реальны.

Р.М. – Да, когда ты видишь их как множество, они нереальны; в то же время когда ты видишь их как единого Брахмана, они реальны, обретая истинность своего субстрата – Брахмана.

В. – Почему же тогда "Упадеша Сара" говорит, что тело и т.п. неодушевленно?

Р.М. – Оно неодушевленно постольку, поскольку ты считаешь его не собой. Постигнув себя, постигаешь также, что в тебе заключено и тело и все остальное. Постигнув себя, никто не станет задавать вопросы, одушевлено ли нечто или не одушевлено.

В. – Сказано, что Вивека – это различие между Я и не-Я. Что такое не-Я?

Р.М. – Не-Я, собственно, нет. Не-Я включено в истинное Я. Утратив опору в себе самом, Я представляет себя как некое не-Я, которое оказывается в конце концов не чем иным, как им самим.

В. – Но они же различны! Можно ли рассматривать их как одно и то же?

Р.М. – Это зависит от точки, с которой ты их рассматриваешь. При углублении медитации такое относительное знание исчезает и утверждается абсолютное знание Единого, в котором не различаются Я и не-Я. Обрати свой взор внутрь, и доведи его до совершенства в распознавании Я и не-Я, сделай его взором

Проблема самопостижения. Рамана Махарши [filosoff.org](http://filosoff.org)  
Абсолюта. Если ты обратишь затем этот абсолютный взор вовне, то обнаружишь, что вселенная едина с постигнутым Абсолютом, истинным Я.

Пока твой взор обращен вовне, ты говоришь о внешнем; пока твое сознание поверхностно, ты задаешь поверхностные вопросы. Исходя из твоего состояния, тебе рекомендуют обратить свой взор внутрь. Это "внутреннее" связано с тем "внешним", которое ты ищешь. В действительности же Я ни внутри, ни снаружи. Говоря о Небесах, Царствии Божиим и т.п., о них думают, что они находятся вверху или внизу, внутри или снаружи, ибо человек привык мыслить категориями относительного знания. Он стремится лишь к познанию объектов, откуда и возникают у него подобные идеи. Истинное же знание – это знание Единого, незапятнанного объектами.

В. – Но я не в состоянии представить себе то, о чем ты говоришь.

Р.М. – Это не объект, который можно было бы представить. Ты – То. Кто и что будет представлять?

В. – Что такое Вичара, раскрытие?

Р.М. – Раскрытие или выявление себя – это то же самое, что самопостижение.

Последовательно вопрошая "кто я", вопрошающий постигает свое истинное Я.

В. – Но оно ведь неуловимо. О чем я должен медитировать?

Р.М. – Медитация предполагает наличие объекта медитации, тогда как в Вичаре есть лишь субъект, последовательно отрешающий от себя все объекты, с которыми он себя отождествляет.

В. – Не является ли медитация одним из важнейших средств самопостижения?

Р.М. – Дхьяна, медитация – это сосредоточение на каком-то конкретном объекте, внешнем или внутреннем, с целью отрешения ума от любых посторонних мыслей. Это сосредоточение ума на одной-единственной мысли, которая перед постижением также должна исчезнуть. Ибо постижение не является чем-то новым, благоприобретенным, – оно уже здесь, оно скрыто присутствует за завесой мыслей. Любые формы духовной практики направлены на то, чтобы приподнять эту завесу и раскрыть постижение.

Обычно тем, кто искренне стремится к самопостижению, рекомендуют Дхьяну, и их вполне устраивает эта форма духовной практики. Но некоторые могут вернуться и спросить: "кто я, медитирующий?" Таким рекомендуют обратиться непосредственно к выявлению Себя. Это завершающее действие, это Вичара.

В. – Можно ли постичь себя посредством одной вичары, не прибегая к Дхьяне?

Р.М. – Вичара – это не только путь, но и цель. Быть собой – вот цель и конечная Истина. Быть собой, прилагая для этого усилие, значит практиковать вичару. Когда же это не требует усилий, это называется постижением.

В. – Что такое Турья (дословно "четвёртое")?

Р.М. – Есть только три состояния сознания – бодрствующее, сновидное и состояние глубокого сна. Турья – не состояние, а то, что лежит в основе упомянутых трех состояний. Но понять это нелегко. Поэтому говорится, что Турья – это четвертое и единственно истинное состояние сознания. В действительности же это твое истинное Бытие, которое, составляя субстрат зрящего и зримого, не может быть выделено в качестве отдельного объекта. Все три состояния проявляются из него, а затем вновь растворяются в нем. И в этом смысле они не истинны.

Картины, показываемые в кино, – всего лишь тени, скользящие по экрану. Они появляются, движутся туда и обратно, сменяются одна другой; они нереальны, – реален лишь экран, который остается неизменным.

Подобным же образом явления внешнего и внутреннего мира – не более чем преходящие фантомы, не существующие независимо от Я. И лишь привычка рассматривать их как нечто реальное, существующее независимо от нас, ответственна за сокрытие истинного Я и выдвижение на передний план всего остального. Когда будет постигнуто единственно истинное, вечно присутствующее Я, всё неистинное утратит свое независимое существование и свете знания о том, что оно является истинным Я и ничем иным.

В. – Если Турья, как говорится, "сам Свет", то почему в этом состоянии отсутствует видимый мир, подобно тому как он отсутствует в состоянии обморока или забывчивости?

Р.М. – Подобно тому как картины, показываемые в кино, являются различными комбинациями света и тьмы, точно так и картины мира представляют собой рассеянный свет Я, пробивающийся сквозь тьму неведения, Авидья. Мир не может быть видим ни в полной тьме неведения, как в состоянии глубокого сна без сновидений, ни в чистом свете самопостижения. Авидья – причина многообразия.

Турья – лишь иное наименование Я. Сознывая три состояния сознания – бодрствования, сновидения и глубокого сна, – мы сознаем их благодаря чему-то четвертому, Турье; самое же Турью мы не сознаем, равно как не сознаем и свое истинное Я. Тем не менее, Турья постоянно присутствует здесь.

В. – Странно всё же, что мы так страдаем от её отсутствия и так жаждем её

обретения.

Р.М. – Так и женщина с ожерельем на шее иногда ищет его, думая, что потеряла, – ищет до тех пор, пока ей на него не укажут. И чувство утраты, и волнения поисков и радость находки обусловлены её неведением. Ты всегда здесь вне зависимости от того, ищешь ли ты себя или нет. Подобно тому как женщина испытывает ощущение, словно она вновь обрела потерянное ожерелье, человек, избавляясь от неведения и ложного самоотождествления, "обретает" истинного Себя, которым он был всегда. Это и называется постижением. В нём нет ничего нового. Это устранение неведения, не более.

Поэтому целью духовной практики является не постижение, но именно устранение неведения. Если бы постижение нужно было обретать как нечто новое, то пришлось бы предположить, что в одно время оно есть, а в другое – его нет. Следовательно, оно не пребывает, а становится, является нам наряду с другими феноменами и потому не заслуживает внимания.

Я, которое возникает, также и исчезает. Это индивидуальное "я", точнее, представление о Я, а не Я как таковое. То, что не возникает, не исчезает. Оно есть и пребудет вечно. Это всеобщее истинное Я или самопостижение.

В. – Нужна ли благодать для устранения неведения и постижения общей основы вселенского многообразия?

Р.М. – Определенно. Однако благодать есть всегда, она исходит от истинного Я постоянно. Благодать не представляет собой ничего такого, что следовало бы приобрести или заслужить. Так, ты живешь под солнцем, не зная тьмы; и все же, чтобы увидеть солнце, ты должен обратить к нему лицо. Подобным же образом благодать обретается только практикой, хотя и присутствует здесь постоянно.

Единственное, что необходимо, – это знать, что она есть, а затем безоговорочно верить себя ей, признав недостаточность своего личного усилия. Она никогда не покидает того, кто отрекся от себя и вверился ей.

В. – Надеюсь, что при наличии желания отречься от себя благодатное воздействие будет ощущаться все сильнее и сильнее.

Р.М. – С желанием надо покончить, отрекшись от себя раз и навсегда. Желание остается до тех пор, пока у тебя есть чувство, что ты – действующее лицо. Желание отречься от себя – это тоже проявление личности. Когда она исчезнет, воссияет чистое Я.

Оковами служат не действия как таковые, но именно чувство того, что действуюешь ты, личность. Это чувство и порождаемые им желания причиняют возбуждение ума, и если этому чувству положить конец, воцарится покой. Поэтому говорится: "Пребывай в тишине и знай – Я есмь Бог". Эта тишина достигается полным и безостановочным самоотречением. Слово "знание" в данном изречении означает "бытие": это не то относительное знание, которое является членом триады "субъект – знание – объект".

В. – Какая мысль предпочтительнее: "Я есмь Бог" или "Я есмь Высшее Бытие"?

Р.М. – "Я есмь тот, кто есмь". Бог – это "Я есмь", а не мысль "Я есмь Бог". \_Будь\_ собой, а не думай, что ты "есть". Сказано ведь: "Знай – Я есмь Бог", а не "думай – Я есмь Бог".

В. – Если Бог – всё, то почему люди страдают в результате своих действий? Разве не Бог побуждает их к этим действиям?

Р.М. – Тот, кто действует, тот и страдает.

В. – Но действия внушаются Богом, а человек лишь Его марионетка.

Р.М. – К сожалению, человек вспоминает об этом лишь тогда, когда страдает. Если бы он помнил об этом постоянно, страдания бы не было.

В. – Когда прекратятся страдания?

Р.М. – Не ранее, чем прекратится ложное самоотождествление. Если это Его действия, то почему ты считаешь, что это твои страдания? Страдает, равно как и наслаждается, тот, кто действует. Оставь всё это и не переноси на себя страданий.

В. – Какова природа освобождения?

Р.М. – Все вопросы, связанные с освобождением, не имеют смысла, ибо освобождение означает освобождение от рабства, тем самым предполагается, что в настоящий момент мы пребываем в рабстве. Но рабства нет, а потому нет и освобождения от рабства.

В. – Но все Писания говорят о рабстве и его ступенях.

Р.М. – Задача Писаний состоит в том, чтобы заставить человека обратиться к своему Истоку. Ему не нужно обретать нечто такое, чего еще нет. Ему нужно лишь отказаться от своих ложных представлений и сомнительных удовольствий. Но вместо того, чтобы сделать это, человек пытается ухватиться за что-то необыкновенное и таинственное, ибо убежден, что счастье его "где-то". В этом его ошибка.

Писания не рассчитаны на мудрого – он в них не нуждается. А для невежды они никакого интереса не представляют. Писания почитает лишь тот, кто стремится к "освобождению", – они не нужны ни мудрости, ни неведению.



Проблема самопостижения. Рамана Махарши [filosoff.org](http://filosoff.org)  
В. - Но сказано ведь, что Васиштха был Дживанмуктой (прижизненно освобожденным), а Джанака - Видехамуктой (освобожденным посмертно)...  
Р.М. - Зачем говорить о Васиштхе или Джанаке? Почему не о себя самом?  
Полемика нет предела, споры бесконечны. Но зачем терять время, занимаясь подобными вещами? Обрати свой взор во внутрь и займись делом.  
(с) Перевод В.Данченко, 1990

Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке  
<http://filosoff.org/> Приятного чтения!  
<http://buckshee.petimer.ru/> Форум Бакши buckshee. Спорт, авто, финансы, недвижимость. Здоровый образ жизни.  
<http://petimer.ru/> Интернет магазин, сайт Интернет магазин одежды Интернет магазин обуви Интернет магазин  
<http://worksites.ru/> Разработка интернет магазинов. Создание корпоративных сайтов. Интеграция, Хостинг.  
<http://dostoevskiyfyodor.ru/> Приятного чтения!