



*Посвящается Столетию  
Само-реализации  
Бхагавана Шри Раманы Махарши*

*Dedicated to the Centenary  
of Self-Realization  
of Bhagavan Sri Ramana Maharshi*

# **SRI RAMANA GITA**

## **The Song of Sri Ramana**

### **Dialogues with Sri Ramana Maharshi**

**Russian literary translation  
with reference  
to the Sanskrit original and compilation  
by O. M. Mogilever**

Published by:

V. S. RAMANAN  
President, Board of Trustees  
SRI RAMANASRAMAM  
Tiruvannamalai, India  
In association with  
«Ekopolis & Culture»  
St.Petersburg, Russia  
1996

# ШРИ РАМАНА ГИТА

## Песнь Шри Раманы

### Беседы Бхагавана Шри Раманы Махарши

Литературный перевод  
с использованием санскритского оригинала  
и составление русского издания  
О. М. Могилевера



Издатели:

В. С. РАМАНАН  
Президент Совета Попечителей  
ШРИ РАМАНАШРАМ  
Тируваннамалай, Индия  
совместно с  
«Экополис и культура»  
Санкт-Петербург, Россия  
1996

ШРИ РАМАНАШРАМ благодарит Владимира Ильича Танклевского, члена Совета и Правления Международного благотворительного фонда спасения Петербурга-Ленинграда, за пожертвование, обеспечившее издание этой книги.

### **ШРИ РАМАНАГИТА. Песнь Шри Раманы**

Пер. с испол. санскр. ориг. и сост. рус. изд. О. М. Могилевера / СПб. — Тируваннамалай: «Экополис и культура» — Шри Раманашрам, 1996. — 240 с.

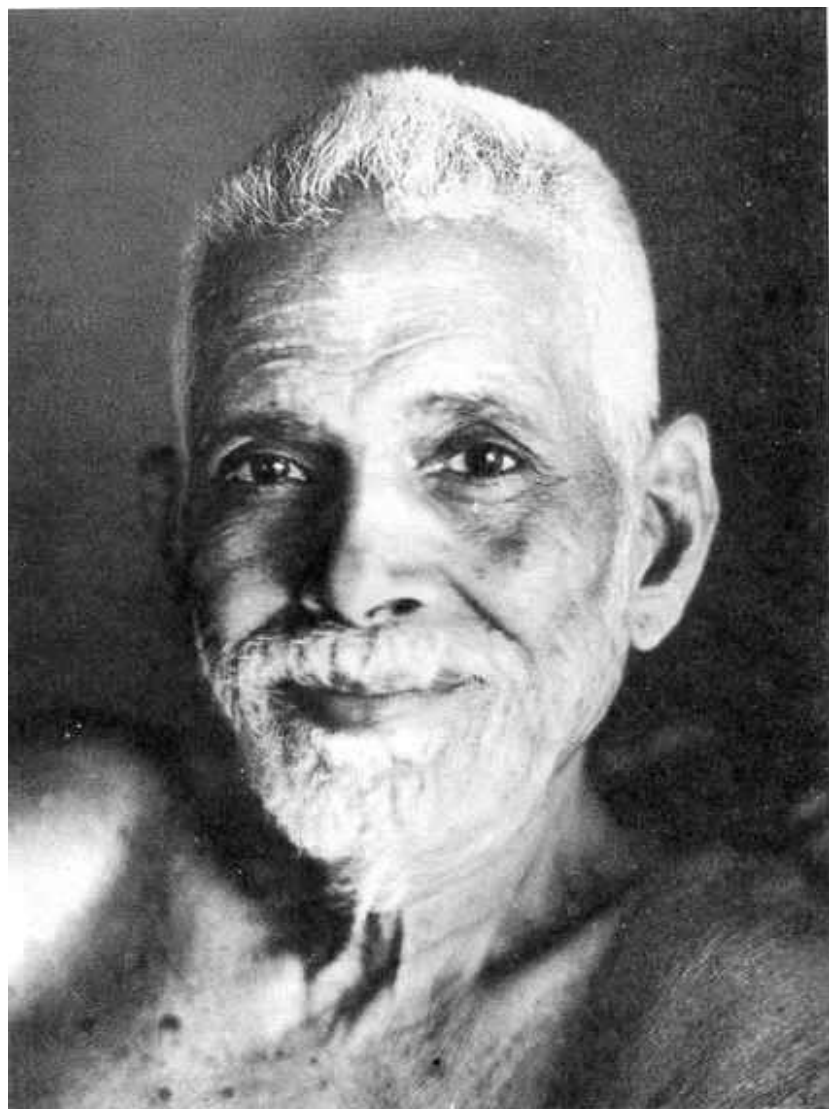
Бхагаван Шри Рамана Махарши (1879 — 1950) — один из мировых духовных Учителей, в 16 лет самопроизвольно достиг Само-реализации, или осознания своего истинного Я. Суть его Учения и Практики в том, что Реальность, сияющую в глубине духовного Сердца каждого, следует искать Само-исследованием «Кто я?» и сделать единственной основой существования.

Ганапати Муни, замечательный поэт и выдающийся ученик Шри Раманы, в блестящей поэтической форме записал на санскрите содержание бесед, которые он и его собственные ученики вели со Шри Раманой в 1913 — 1917 гг. Построенная как священное Писание, как *Бхагавад-Гита*, поэма является шедевром духовной литературы. Образец великолепного стиля и ясности объяснения сложнейших проблем Практики, она была и остаётся настольной книгой для искателей Истины.

Русское издание содержит литературный перевод поэмы, факсимиле почерка Шри Раманы — переписанный им самим её санскритский текст — и приложения, которые помогут духовным практикам достичь Успеха на Пути.

ББК 87.3

- © Sri Ramanasramam, 1996
- © О. М. Могилевер, перевод, составление русского издания, предисловие, глоссарий, указатель, 1996
- © Dev Gogoi, О. М. Могилевер, В. В. Мочалов, иллюстративное оформление, оформление обложки, 1996



**Бхагаван Шри Рамана Махарши**





**Ганapati Муни  
в возрасте 28 лет (1907)**





## СОДЕРЖАНИЕ

От Президента Шри Раманашрама .....	11
От переводчика и составителя русского издания .....	13
ACKNOWLEDGEMENTS .....	20
Предисловие к оригиналу на санскрите .....	21
Предисловие к I и II изданиям английского перевода .....	24
Введение к I изданию английского перевода .....	26
<i>Рамана Гита</i> — Ганга .....	29

### ШРИ РАМАНА ГИТА

Глава	
I О важности практики переживания А т м а н а ( <i>упасаны</i> ) .....	37
II Три Пути .....	46
III Высший долг .....	51
IV Природа Знания ( <i>джняны</i> ) .....	58
V Наука Сердца .....	63
VI Сдерживание ума .....	72
VII Само-исследование и пригодность к нему .....	78
VIII О стадиях жизни .....	89
IX О разрубании узла .....	95
X Относительно общества .....	105
XI О совместимости Знания ( <i>джняны</i> ) и сверхобычных сил ( <i>сиддх</i> ) .....	111
XII О <i>шакти</i> .....	122
XIII Мужчина и женщина одинаково пригодны для отречения ( <i>санньясы</i> ) .....	137
XIV Освобождение при жизни ( <i>дживанмукти</i> ) .....	143
XV <i>Шравана, манана, нидидхьясана</i> .....	151
XVI О <i>бхакти</i> .....	158
XVII О достижении <i>джняны</i> .....	164
XVIII О славе Просветленных ( <i>сиддхов</i> ) .....	170

### Приложения

Приложение 1. Шри Пунджаджи. <b>Каждый готов к Просветлению</b> .....	187
Приложение 2. Шри Садху ОМ. <b>Садхана и работа</b> .....	189
Приложение 3. Свами Шивананда. <b>Божественный Мудрец</b> .....	200
Глоссарий .....	204
Библиографический список .....	222
Указатель .....	224

## ПЕРЕЧЕНЬ ИЛЛЮСТРАЦИЙ

1. Бхагаван Шри Рамана Махарши.....	5
2. Ганапати Муни в возрасте 28 лет (1907) .....	7
3. Учитель и Ученик: Шри Рамана и Ганапати Муни (редкий снимок) .....	33
4. Кавьякантха Ганапати Муни.....	35
5. Божественный Мудрец .....	185

## От Президента Шри Раманашрама

Бхагаван Шри Рамана Махарши. Это имя знакомо теперь на планете каждому, кто стремится к Высочайшему — осознанию своей собственной истинной Природы. Его прямой и «невидимый» метод — Само-исследование «Кто я?», острейшее оружие в борьбе с эго на Пути Знания, а также само Учение привлекают своей простотой, глубиной, тонкостью и ясной логикой.

В 1896 году в 16 лет Венкатараман, обыкновенный тамильский юноша, спонтанно, без помощи внешнего Наставника, достигает Просветления, Само-реализации, вопрошая себя: «Кто я, которое умирает?» в момент неожиданного и сильнейшего приступа страха смерти. Венкатараман покидает дом и живет отшельником на склонах священной горы — Аруначалы, воплощения Шивы, или Абсолюта. Возможно, он так и остался бы никому не известной Великой Душой, *махатмой*, помогающей миру только своим безмолвным духовным Присутствием, если бы не Васиштха Ганапати.

Блестящий поэт и импровизатор на санскрите, получивший за это титул Кавьякантха, выдающийся духовный искатель, изучивший все традиционные Писания, ревностный практик, сам имевший множество продвинутых учеников и носивший титул Муни (мудрец), переживает тяжелый внутренний кризис, тупик. Он ищет совет и прибежище у ног молодого отшельника по имени Брахмана Свами (монах из касты брахманов), который практически всегда безмолвствовал. Встречает ответ, находит Путь и, восторженный, провозглашает себя Учеником, а Учителю присваивает имя Бхагаван Шри Рамана Махарши

(Воплощенный Господь, благословенный Рамана, великий Мудрец). Это был 1907 год, начало известности в Индии.

В период с 1913 по 1917 год Кавьякантха Ганапати Муни со своими наиболее выдающимися учениками часто поднимается по горе к пещере Вирупакша, к Шри Рамане, за решением самых жгучих вопросов своей духовной практики. Обладая феноменальной памятью и даром поэтического гения, он мгновенно фиксирует содержание бесед в блестящих стихах на санскрите. Так и родилась *Шри Рамана Гита*, Песнь Шри Раманы, жемчужина и поэзии, и духовности. Построенная как *шастра*, священное Писание, как сама *Бхагавад-Гита*, эта поэма в течение многих лет была и остается шедевром духовной литературы. Образец великолепного стиля и ясности объяснения сложнейших проблем, возникавших у самых серьезных учеников, эта книга была и остается настольной для многих поколений искателей Истины.

Отдельное русское издание этой поэмы, включающее в себя факсимиле почерка самого Шри Бхагавана, мы с огромной радостью предлагаем духовным искателям, говорящим на русском языке.

Квинтэссенция Учения Шри Бхагавана, главное Слово — Сердце. Квинтэссенция *Шри Рамана Гиты*, главное Слово — Сердце. Да коснется Песнь Шри Раманы сердца каждого ищущего и да покажет Путь к подлинному Сердцу — Счастью, Бессмертию и вечному Блаженству!

7 марта 1995 г.  
ШРИ РАМАНАШРАМ  
Тируваннамалай, Индия

В. С. РАМАНАН  
Президент Шри Раманашрама

## От переводчика и составителя русского издания

### I

Бхагаван Шри Рамана Махарши — мировой Учитель, и его Учение, его Практика открыты для всех. На русском языке уже изданы сборники Наставлений Учителя, позволяющие понять Учение и начать Практику<sup>1</sup>. И главное — Практика, которая внешне проста, будучи чрезвычайно тонкой по сути. Она в блестящей форме представлена в *Шри Рамана Гите* — поэме, составленной из 18 глав в точном соответствии с формой *Бхагавад-Гиты*, наиболее широко почитаемого Писания в индуизме.

В русское издание *Шри Рамана Гиты*, включены предисловие Президента Шри Раманашрама, предисловие и введения к санскритскому оригиналу и английским изданиям, не только знакомящие читателя с сущностью «Песни Шри Раманы», но содержащие также краткие биографические сведения об Учителе и авторе поэмы, его выдающемся ученике. Каждой главе поэмы предшествует факсимиле, или точное воспроизведение, почерка Шри Раманы, которым он переписал авторский текст этой главы. Настоящее издание содержит и Приложения, которые должны помочь духовным искателям в практике Самоисследования, составляющего сущность Пути Шри Раманы.

Приложение 1 — комментарий Шри Пунджаджи<sup>2</sup> (Шри Х. В. Л. Пунджа; Sri H. W. L. Poonja) на стихи

---

<sup>1</sup> См. Библиографический список.

<sup>2</sup> Окончание «джи», добавляемое к имени, — знак глубокого уважения к его носителю.

VII. 9 — 10 *Шри Рамана Гиты*, данный им специально для настоящего русского издания. Шри Пунджаджи, известный среди своих учеников и почитателей как Пападжи (Рарајі), в 1944 году достиг Само-реализации в Присутствии Шри Раманы, а сейчас является активнейшим пропагандистом Послания, которое Шри Рамана принес миру и каждому — «Будь тем, кто ты есть!»

Приложение 2 — статья «*Садхана* и работа»; ее автор — выдающийся практик и популяризатор Пути Шри Раманы Шри Садху ОМ, советы которого — прекрасная помощь практикам Само-исследования, живущим в миру.

Приложение 3 — статья «*Божественный Мудрец*», написанная Свами Шиванандой (1887 — 1963) из Ришикеша (Гималаи). Один из известнейших духовных Учителей недавнего времени, он в конце 20-х годов посещал Шри Раману и испытал Силу его божественного Присутствия.

Издание также включает фотографии Махарши (из фотоархива Ашрама) и Ганапати Муни (из собрания Шри А. Р. Натараджана, г. Бангалор).

## II

В *Шри Рамана Гите* — 300 стихов. Из них только один (II : 2) сочинен непосредственно самим Махарши. Он исключительно важен, ибо передает прямое видение Истины, прямое переживание Мудреца. Этому стиху посвящена целая глава, и бóльшая часть поэмы непосредственно связана с ним.

Автор произведения, Кавьякантха Ганапати Муни<sup>3</sup>,

---

<sup>3</sup> Это — полный титул. В поэме автор именует себя в конце каждой главы, составленной по образцу *Бхагавад-Гиты*, — Васиштха Ганапати. Собственные многочисленные ученики и сам Шри Бхагаван звали Кавьякантху просто «Наяна», что на языке телугу означает «отец».

считает, что здесь содержится сущность Учения и Практики Шри Раманы:

**Реальность, которая сияет в глубине Сердца, следует искать Само-исследованием, или погружением вовнутрь, или с помощью регуляции дыхания, и Ее следует сделать единственной основой человеческого существования.**

Пусть каждый из нас обретет этот вечно живой Свет, свет Свободы, свет Бытия-Сознания-Блаженства, который сияет и в теле каждого — в Сердечном Центре, двумя пальцами правее средней линии груди!<sup>4</sup>

### III

Первое издание *Шри Рамана Гиты* в оригинале, на санскрите, появилось в 1922 году. Перевод поэмы непосредственно с санскрита чрезвычайно сложен<sup>5</sup>, так как требует не только знания языка, но и глубокого понимания Учения и контекста: к многозначности санскритских терминов добавляется и то, что Шри Бхагаван некоторые термины использовал нетрадиционно. Важно отметить, что он обычно говорил в безличной форме и в общении был со всеми на «вы», за исключением нескольких человек из ближайшего окружения, к которому относился и Кавьякантха Ганапати Муни.

С 1935 года, когда был издан первый английский перевод, и до настоящего времени опубликовано семь переводов на этот язык. В распоряжении переводчика имелось три последних: Кришна Бхикшу (1966),

---

<sup>4</sup> См. Шри Рамана Махарши: Весть Истины и Прямой Путь к Себе, Л., 1991, с. 98 — 102.

<sup>5</sup> Опубликованные к настоящему времени переводы *Шри Рамана Гиты* на французский и испанский языки выполнены с шестого издания на английском языке (1977).

Шри Вишванатха Свами и проф. К. Свамнатхан (1977), А. Р. Натараджан (1986). Они принципиально отличаются друг от друга по стилю, а местами — и по смыслу. Второй из перечисленных переводов считается наиболее авторитетным.

Работая над переводом непосредственно в Шри Раманашраме, переводчик имел счастье постоянно сотрудничать со Шри К. Натешаном (Sri K. Natesan). Знаток санскрита, признанный эксперт по *Шри Рамана Гите*, он лично хорошо знал Кавьякантху Ганапати Муни и получил от него посвящение. Таким образом, фактически использовались все указанные выше английские переводы и прямое обращение к оригиналу на санскрите.

Составитель-переводчик настоящего издания, покорённый глубиной и блеском поэмы, ставил своей задачей дать русское литературное изложение *Шри Рамана Гиты*, полностью сохраняющее и духовный пафос оригинала, и внутренний смысл.

## IV

Терминология, используемая при переводе, не отличается от принятой в книгах «Будь тем, кто ты есть!» и «Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь». Расхождения с терминологией книги «Шри Рамана Махарши: Весть Истины и Прямой Путь к Себе» заключаются в следующем:

— использование оригинального санскритского термина «Атман» как соответствия английскому Self (вместо русского термина «Самость»);

— обозначение истинной природы человека, А т м а н а , прописной буквой **Я**, выделяемой курсивом: *Я* (вместо сочетания «Истинное Я» используется выражение «истинное Я»);



— употребление терминов «Реализация» (вместо «Осуществление») и «Само-реализация» (вместо «Само-осуществление»).

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

а) Я; истинное переживание А т м а н а , или Себя; чистое «Я емь»;

б) «Я»; субъективное переживание Себя, истинной природы человека, которую он еще не осознал окончательно;

в) «я»; иллюзорное чувство отделенности, личности, появление которого вызвано неправильным отождествлением А т м а н а , Себя, то есть Я, с телом («Я есть тело»).

В данном издании употребляются два русских термина: «сознание» и «преданный». Первый — перевод английского «awareness»; он передает «сознание» как процесс, как действие. Второй — перевод английского «devotee»; он отвечает санскритскому термину «бхакта».

Перевод ориентирован, прежде всего, на потребности духовной практики. Если толкование терминов введено непосредственно в текст, то оно предшествует самому термину, что должно облегчить восприятие и понимание текста. В этом случае термин дается в квадратных скобках, в именительном падеже. Ритмически весь текст читается как единое целое.

В книге дается и общий глоссарий, поясняющий все используемые в ее тексте санскритские и иные необъясненные термины. При подготовке глоссария почти в равной степени использовались два источника: «Будь тем, кто ты есть! Наставления Шри Раманы Махарши» (С.-Петербург, 1994) и французское издание *Шри Рамана Гиты* (1985). Глоссарий французского издания составлен переводчицей Шанти О. Аубертин и просмотрен Свами Харшанандой, выдающимся санскритологом Миссии

Рамакришны. Спасибо им за весьма полезную, местами тонкую, информацию!

Книга содержит также Библиографический список и Указатель, помогающий читателю ориентироваться в ее тексте.

Практически все подстрочные примечания даны составителем-переводчиком. Кроме нумерации, они не имеют дополнительных пояснений.

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

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

- 1) описывается Абсолют;
- 2) явно проступает действие безличной Реальности (Бытие, Сила и т. п.);
- 3) упоминается безличный А т м а н или личный Бог (Он, Его и т. п.).

## V

Переводчик и составитель русского издания выражает свою искреннюю признательность всем, кто содействовал подготовке этой книги и ее выходу в свет. Он особенно глубоко благодарен:

**Шри В. С. Раманану**, Президенту Шри Раманашрама, — за вступительную статью и разрешение опубликовать текст *Шри Рамана Гиты*, переписанный рукой самого Шри Бхагавана;

**Шри В. С. Мани**, Администратору Шри Раманашрама, — за создание замечательных условий жизни в Шри Раманашраме, постоянное внимание и заботу;

**Шри К. Натешану**, старому ашрамиту, лично знавшему Кавьякантху Ганапати Муни, признанному эксперту по *Шри Рамана Гите*, — за эффективную помощь, совместную работу над уточнением смысла санскритского текста поэмы, за прекрасный человеческий контакт;

**Шри А. Р. Натараджану**, Президенту «Центра (популяризации учения) Раманы Махарши» в г. Бангалор, — за разрешение использовать его комментарий к *Шри Рамана Гите* и предоставление фотографий Кавьякантха Ганапати Муни;

**Шри Пунджаджи (Шри Х. В. Л. Пунджа)**, прямому ученику Бхагавана Шри Раманы Махарши, осознавшему А т м а н в 1944 году, в присутствии Учителя, — за любезное согласие дать комментарий специально для настоящего русского издания *Шри Рамана Гиты*;

**Дэву Гогою**, фотоархивисту Шри Раманашрама, — за помощь в подготовке оформления книги;

**Владимиру Ильичу Танклевскому**, чья дружеская поддержка обеспечила подготовку и издание этой книги.

*Олег Могилевер*

## Acknowledgements

The translator and compiler of Russian edition would like to express his sincere gratitude to all who, in one degree or another, assisted in the preparation of this book for publication. He is deeply indebted to:

**Sri V. S. Ramanan**, President Sri Ramanasramam — for his Preface, and for permission to use the facsimile of Sri Bhagavan's hand-written manuscript of *Sri Ramana Gita*;

**Sri V. S. Mani**, Administrator of Sri Ramanasramam — for providing ideal working and living conditions and constant concern and attentiveness to my needs;

**Sri K. Natesan**, long-term ashramite, a personal friend and student of Ganapati Muni, acknowledged Sanskrit expert on *Sri Ramana Gita* — for his indispensable assistance, collaboration, and vigilance in rendering an accurate translation of the Sanskrit original, and for his unique personal contact;

**Sri A. R. Natarajan**, President of the Ramana Maharshi Centre for Learning in Bangalore — for his kind contribution of the photographs of Ganapati Muni, and for permission to use his commentary on *Sri Ramana Gita*;

**Sri Poonjaji (Sri H. W. L. Poonja)**, a direct disciple of Bhagavan Sri Ramana Maharshi, who realized the Self in 1944, in the presence of his Master, — for his kind consent to give some commentary especially to Russian edition of *Sri Ramana Gita*;

**Sri Dev Gogoi**, Photo-archivist, Sri Ramanasramam — for his help in preparing the design of this book;

**Vladimir I. Tanklevsky**, whose friendly support has enabled the preparation and publication of this book.

*Oleg Mogilever*

## Предисловие к оригиналу на санскрите

Это книга наставлений Бхагавана Шри Раманы Махарши, сияющего как воплощенный Свет *джняны*, Знания, у Аруначалы, в Тируваннамалае. Настоящее предисловие не затрагивает ее содержания в надежде, что мыслящие читатели без посторонней помощи изучат и поймут их. Сама эта работа — афористическое изложение великой науки Йоги. Разве способен кто-нибудь и дальше еще резюмировать ее? Мы можем только утверждать, что секреты *мантра-йоги*, *раджа-йоги*, *джняна-йоги* и *бхакти-йоги* умело раскрыты здесь.

По имени великого Учителя, Шри Раманы, эта работа названа *Шри Рамана Гита*.

Точно как в *Бхагавад-Гите* Бхагаван Васудэва — Учитель, а Бхагаван Кришна Двайпаяна, его последователь, — автор произведения, так и здесь Бхагаван Шри Рамана Махарши — Учитель, а следующий ему Васиштха Ганapati Муни — создатель книги. Есть, тем не менее, одно различие. Здесь — много задающих вопросы, и автор — один из них.

То, что серии вопросов и ответов заняли не один день, видно из авторской хронологии в конце каждой беседы. Должно быть совершенно понятным и то, что в обоих случаях — когда задавались вопросы и когда Шри Бхагаван отвечал или говорил по собственной инициативе, — автор присутствовал и на месте воспроизводил содержание беседы в санскритских стихах, *шлоках*.

Автор ясно отметил свои собственные вопросы, говоря от первого лица, «я». Второй стих второй главы Шри Бхагаван сочинил сам. В остальных стихах главы анализируется содержание этого стиха.

Пятая и шестая главы содержат собственные наставления Шри Махарши. В других главах он отвечает на вопросы.

В заключение осталось сказать немного о том, что нам известно об Учителе и авторе.

Учитель, Бхагаван Шри Рамана Махарши, родился в год Прамати, в месяц Дхану, под звездой Пунарваси\*. В году Дурмукхи, в месяц Симха\*\*, он достиг Само-реализации исключительно благодаря Божественной Милости, оставил дом и пришел к Аруначале\*\*\*, где и сейчас еще<sup>1</sup> сияет в своем непрестанном, естественном пребывании А т м а н о м .

То, чему Шри Махарши учит, не зависит от изучения Писаний, *ануманы* (логического вывода) и *праманы* (предшествующего авторитета).

Он учит лишь тому, что пережил сам или видел внутренним глазом медитации. Ему поклоняются как Мастеру, Гуру, многочисленные последователи всех трех школ Веданты (*адвайты*, *двайты* и *вишишта-адвайты*). Многие из его просветленных учеников считают Шри Махарши, блистающего в Его непрестанном, естественном пребывании А т м а н о м , воплощением Господа Гухи, сыном Шивы, Скандой<sup>2</sup>. Автор сам, а он — главный ученик, восхваляет Мастера как такового. Мы менее всего компетентны доказывать то, что познается только духовным зрением. Мы можем только сказать, что также верим этому.

\* 30 декабря 1879 года, знак Козерога (*Примеч. авт.*)

\*\* 1896 год, знак Льва (*Примеч. авт.*)

\*\*\* 1 сентября 1896 года (*Примеч. авт.*)

<sup>1</sup> Шри Бхагаван оставил тело 14 апреля 1950 года, а это предисловие опубликовано в 1922 году.

<sup>2</sup> Младшим сыном Шивы, различные имена которого — Сканда, Картикея, Кумара, Субраманья — отражают те или иные его черты. См. глоссарий.

Автор, Шри Ганапати Муни, сын Нарасимха Шастри из рода Васиштха, постоянный житель Кумудопалы, округ Вишакхапатна. Он родился в год Бахуханья, в месяц Вришика, под звездой Макха\*. В год Плаванга\*\* он стал учеником Шри Махарши. Этот гигант *тапаса* слился с вечным Светом в год Дхатру, на седьмой день светлой половины месяца Шравана\*\*\*<sup>3</sup>.

Нет ни малейшего сомнения, что серьезное изучение этой работы действительно даст ясное знание пути Йоги. Бесспорно, что ее публикация будет огромной помощью искателям Знания и практикам Йоги.

*Почитатель почитателей*

---

\* 17 ноября 1878 года, знак Скорпиона (*Примеч. авт.*)

\*\* Ноябрь 1907 года (*Примеч. авт.*)

\*\*\* 25 июля 1936 года (*Примеч. авт.*)

<sup>3</sup> Краткий очерк жизни Ганапати Муни (Ганапати Шастри) см. в книге: Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь. СПб, 1995, с. 141 — 146.

## Предисловие к первому и второму изданиям английского перевода<sup>1</sup>

Работа названа *Шри Рамана Гита*, потому что содержит наставления Шри Раманы Махарши. Они передавались по различным случаям и разным собраниям учеников. Только вторая *шлока* второй главы была написана самим Шри Бхагаваном, а все остальные, за очевидными исключениями, — литературная обработка наставлений Мудреца, выполненная и святым, и выдающимся ученым — Шри Кавьякантхой Ганапати Муни. Читатели в неоплатном долгу благодарности перед ним за ясное изложение столь трудного для понимания вопроса своим строгим, плавным и ритмичным санскритским слогом. Его благоговейный подход к Мастеру и его искусное обращение с трудной темой не только вызвали благодарное восхищение, но также поставили эту работу на уровень самых выдающихся старых произведений подобной природы. Есть *Гиты* и *Гиты*. *Авадхута Гита*, *Аштавакра Гита* и *Рибху Гита* — работы высочайшего порядка и стоят сами по себе. Комментарии на них можно дать лишь после собственной Реализации. *Шримад Бхагавад-Гита* — широчайше известна и достойна также. Есть и другие *Гиты*, такие, как *Ганеша Гита*, *Дэви Гита* и *Шива Гита*. *Шри Рамана Гита* своеобразна в обращении со своими темами, удовлетворяя все потребности современного искателя, рассеивая его сомнения, а в некоторых частях предмета

---

<sup>1</sup> 1935 и 1946 гг. соответственно.



---

даже входя в мельчайшие детали. Она уникальна в своем подчеркивании Сердца и метода сдерживания ума. Более того, Учитель черпал наставления из своего собственного переживания и таким образом поставил на них печать несомненного факта.

## Введение к первому изданию английского перевода<sup>1</sup>

Хотя в *Шри Рамана Гите* только одна *шлока* действительно написана самим Раманой Махарши, тем не менее вся эта работа непосредственно вдохновлена его невыразимым Присутствием. Это гораздо глубже и сильнее, чем сказать — его мыслью, ибо Присутствие включает всё проявление, которое длится уже годы и известно под именем Раманы Махарши, Просветленного с Аруначалы.

Эта *Гита*, по существу, — практическое руководство. Следуя простым инструкциям, данным здесь, искатель Само-реализации несомненно найдет ее много быстрее, чем другими методами.

Однако нельзя не сказать, что это достижение — подвиг высочайшей трудности, требующий предельной концентрации ума на непоколебимой Цели. Если один из тысячи достигнет Успеха в этой жизни, то другие осознают себя в последующих жизнях.

Не теряя лишних слов, как это часто делают в подобных случаях, нам сразу говорят, где и как мы должны концентрироваться, чтобы достичь Цели — Само-реализации.

Физиологи удивятся, узнав, что Сердце, А т м а н — «Я — Я»<sup>2</sup>, находится с правой, а не с левой стороны груди\*.

---

<sup>1</sup> Введение написал Грант Дафф — один из первых европейцев, активных последователей Шри Раманы. Пришел к Махарши в начале 30-х годов.

<sup>2</sup> См. сноску 3 на с. 48 — 49.

\* Екклесиаст (10 : 2): «Сердце мудрого — на правую сторону, а сердце глупого — на левую». (*Примеч. авт.*)

С научных позиций подобный вопрос не обсуждается\* . Махарши видел и видит это Сердце справа, постоянно пылающее, и этого достаточно для абсолютной уверенности серьезного искателя. Он узнает, где в своем теле должен «глубоко погружаться», прекрасно сознавая при этом, что простое рассечение этой части физического тела не откроет ничего, подтверждающего его убеждение, его чувство пылающего центра.

Большое число практических вопросов, ждущих ответа, задано и разрешено на последующих немногих страницах. Действительно, для того, кто хочет избежать бесполезных дискуссий и идти прямо к Цели, ничто существенное не опущено.

Все существенное выражено в следующем утверждении:

**«Мир есть не что иное, как ум; ум есть не что иное, как Сердце, и Оно есть вся Истина».**

Но такое утверждение, поскольку оно сформулировано, безусловно требует разъяснения, даваемого *Рамана Гитой*, которая и следует ниже.

Сравнения с другими священными книгами, которые встречались мне в изобилии, кажутся целиком неуместными здесь. Вдохновитель этой *Гиты*, еще жив, бодр, доступен и желает даровать невыразимое благо своего Присутствия и ответов на любые вопросы, поставленные искателем. Что можно еще потребовать? Тысячи и тысячи его соотечественников уже нашли Аруначалу, а также и некоторые европейцы. Те, кто в силах посетить Ашрам и откладывает, наверняка будут лишь порицать себя в будущаях жизнях.

Возможно, никогда в мировой истории высочайшая Истина — Реальность, *Сат*, не была так легко достижима

---

\* В современных трактатах по физиологии я, однако, заметил, что около одной восьмой сердца расположено по правую сторону груди. (Примеч. авт.)

для столь огромных масс. В предшествующих случаях препятствовали трудности и опасности всякого рода. Здесь и сейчас, без нашей собственной особой заслуги, мы можем достичь Реальности. Единственная трудность — плата за путешествие. Опасности нет, а награда — Знание А т м а н а .

Говорить что-либо сверх этого было бы абсурдным, потому что нет ничего выше А т м а н а .

*Лондон, 1935*

## *Рамана Гита* — Ганга

गलन्ती गङ्गेयं विमलतर-गौतैव महतो  
नगाधीश्याच्छ्रीमद्रमणमुनिरूपाञ्जनमती ।  
पथो वाणीरूपाद् गणपतिकवे भक्तद्वन्द्वं  
समुद्रं सयति प्रबलमलहारिण्यनुपदम् ॥

Эта чистая Ганга, *Рамана Гита*,  
Берущая начало от величественной Горы,  
Шри Раманы,  
И текущая сквозь поэзию Ганapati,  
Удаляет малейшие нечистоты  
И достигает океана сердца искателя.



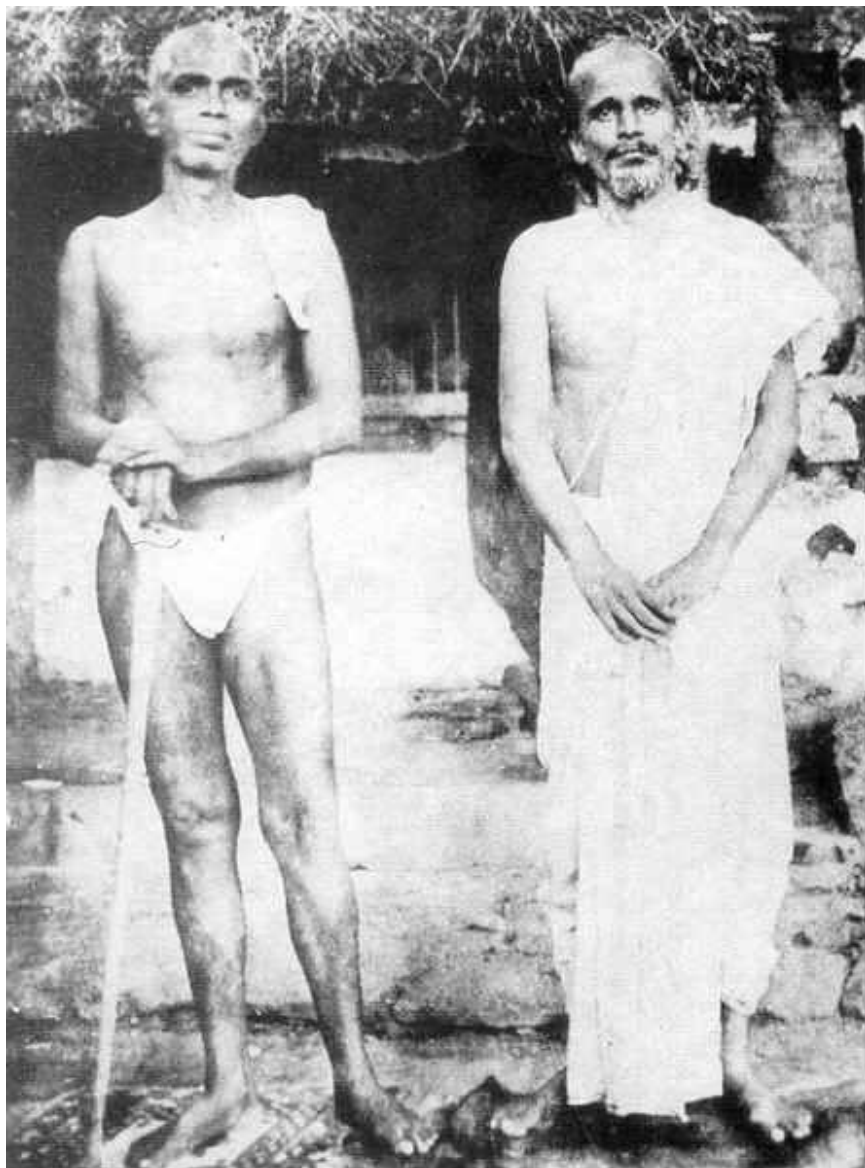
# श्रीरमणगीता

ШРИ РАМАНА ГИТА









**Учитель и Ученик:  
Шри Рамана и Ганapati Муни  
(редкий снимок)**





**Кавьяканти Гапати Муни**



## श्रीरमणगीताः॥

### प्रथमोऽध्यायः॥

महर्षि र्मणं नत्वा ऋत्तिकैयं नराकृतिं  
मतं हस्य प्रसन्नेन ग्रन्थेनोपनिबन्धते ॥१॥

ईश पुत्रशुके राम

भूमि नन्द परामिते ॥

एकोनत्रिंशद्विंशते

द्वादशे मासि शीतके ॥२॥

उपविष्टेषु सर्वेषु

शिष्येषु नियतात्मसु ॥

भगवंत मृषिं सोह

मपृच्छं निर्णयाप्तये ॥ ३ ॥

### प्रथमः प्रश्नः॥

सत्यासत्यविवेकेन

मुच्यते केवलेन किं

उताहो बन्धहानाय

विद्यते साधनांतरम् ॥ ४ ॥

### द्वितीयः प्रश्नः॥

किञ्चलशास्त्रयज्ञैव

जिज्ञासूनां विमुक्तये ॥

यथा गुरु रूढ पदशं कि  
मुपासनमपेक्षते ॥ ॥५॥

तृतीयः प्रश्नः ॥

स्थितप्रज्ञः स्थितप्रज्ञ  
मात्मानं किं समर्थयेत् ॥

विदित्वा परिपूर्णत्वं  
ज्ञानस्योपरतेरुत ॥ ॥६॥

चतुर्थः प्रश्नः ॥

ज्ञानिनं केन किंमेन  
ज्ञातुं शक्यं तिकोविदाः ॥

पञ्चमः प्रश्नः ॥

ज्ञानायैव समाप्तिः किं  
कामावाप्युतकल्पते ॥ ॥७॥

षष्ठः प्रश्नः ॥

कामेन योगमभ्यस्य  
स्थितप्रज्ञो भवेद्यदि ॥

सकामो मुष्यसाफल्य  
मपि गच्छतिवानवा ॥ ॥८॥

एवं मम गुरुः प्रश्ना  
नाकर्ण्य कुरुणानिधिः ॥

अब्रवीत्संशयच्छेदी  
रमणो भगवानृषिः ॥ १८ ॥

प्रथम प्रश्नस्योत्तरं ॥

मोचयेत्सकलान्बन्धान्  
नात्मनिष्ठैव केवलं ॥

सत्यासत्यविवेकं तु  
प्राहुर्वैराग्यसाधनं ॥ १९ ॥

सदा तिष्ठति गंभीरो  
ज्ञानी केवलमात्मनि ॥

नासत्यं चिंतयेद्द्विश्वं  
नवा स्वस्य तदन्यतां ॥ १९ ॥

द्वितीय प्रश्नस्योत्तरम् ॥

नसंसिद्धिर्विजिज्ञासोः  
केवलं शास्त्रचर्चया ॥

उपासनंतिनासिद्धि  
नेव स्यादिति निर्णयः ॥ २० ॥


अभ्यासकाले सहजां  
स्थितिं प्राहुरुपासनं ॥

स्निग्धस्थिरं यदा गच्छे  
सौख्यानं तदोच्यते ॥ २१ ॥

विषयाँ त्सं परित्यज्य  
 स्वस्वभावेन संस्थितिः ॥  
 ज्ञानज्वालाकृतिः प्रोक्ता  
 सहजा स्थितिरात्मनः ॥१४॥  
तृतीयप्रश्नस्योत्तरम् ॥  
 निर्वासनेन मौनेन  
 स्थिरायां सहजस्थितौ ॥  
 ज्ञानी ज्ञानिनात्मानं  
 निस्संदेहस्तमर्थयेत् ॥ १५ ॥  
चतुर्थप्रश्नस्योत्तरम् ॥  
 सर्वभूतसमत्वेन  
 लिंगेन ज्ञानमूह्यतां ॥  
पञ्चमप्रश्नस्योत्तरम् ॥  
 कामारब्धरसमाधिस्तु  
 कामं फलति निश्चितं ॥१६॥  
षष्ठप्रश्नस्योत्तरम् ॥  
 कामेन योगमभ्यस्य  
 स्थितप्रज्ञो भवेत्तदि ॥  
 सकामोऽमुष्यसाफल्यं  
 गच्छन्नपिनहर्षयेत् ॥ १७ ॥



इति श्रीरमणगीतासु ब्रह्म  
विद्यायां योगशास्त्रे रम  
णांते ज्ञानोवा सिद्धस्य  
मणपतेरुपनिबन्धे  
प्रथमोऽध्यायः ॥१७॥



Глава I  
**О важности практики переживания  
Атмана<sup>1</sup>**

1. Предлагая мои приветствия Махарши Рамане,  
Картикейе<sup>2</sup> в человеческой форме,  
Я представляю его учение  
в этой прозрачной работе.

2—3. В холодный сезон, 29 декабря 1913 года  
от рождения Сына Божьего,  
Когда все ученики сидели вокруг с сосредоточенным умом,  
Я попросил его, Бхагавана Махарши,  
Дать точные ответы на следующие вопросы.

*Первый вопрос:*

4. Будет ли различие между «Реальным» и «нереальным»  
само по себе достаточным для Освобождения?  
Или существуют какие-либо другие *садханы*, для этого?

*Второй вопрос:*

5. Для жаждущих Знания является ли одно изучение Писаний  
само по себе достаточным для Освобождения?  
Или также необходима духовная практика  
в соответствии с предписаниями Учителя?

---

<sup>1</sup> В санскритском оригинале: «О важности *упасаны*». См. далее стих (I : 13).

<sup>2</sup> Звезда в созвездии Картикай (Плеяды); одно из имен младшего сына Шивы.

*Третий вопрос:*

6. Как человек «непоколебимого знания» [*стхитапраджня*]  
узнает, что он таков?  
Знанием полноты своего Просветления?  
Или прекращением сознания объектов?

*Четвертый вопрос:*

7. По каким признакам просветленные  
способны обнаружить Познавшего [*джняни*]?

*Пятый вопрос:*

- Ведет ли погружение ума в А т м а н [*самадхи*]  
только к Знанию [*джняна*],  
или это также — исполнение желаний?

*Шестой вопрос:*

8. Если человек, практикующий йогу для исполнения желания,  
становится *стхитапраджня*,  
Это желание исполнится или нет?
9. Услышав мои вопросы, мой Гуру, вместилище Милости,  
Бхагаван Шри Рамана Риши, рассеиватель сомнений,  
ответил следующим образом:

*Ответ на первый вопрос:*

10. Лишь пребывание в А т м а н е  
освобождает человека от всех зависимостей.  
Однако различие между «Реальным» и «нереальным»  
ведет к бесстрастию [*вайрагья*].

11. Подлинный *джняни* непостижим  
и всегда пребывает только в А т м а н е .  
Он не считает вселенную «нереальной»  
и не рассматривает ее отдельной от себя.

*Ответ на второй вопрос:*

12. Простое изучение Писаний не приведет искателя Истины  
к конечной цели.  
Без *упасаны* ее никогда не достичь. Это несомненно.
13. Переживание «естественного состояния»  
в течение духовной практики  
называется «упасана».  
Когда это состояние становится устойчивым и  
постоянным,  
оно называется «Знание» [*джняна*].
14. Пребывание в своей собственной природе,  
как в пламени Знания,  
после отбрасывания чувственных объектов  
Именуется естественным состоянием [*сахаджа стхити*].

*Ответ на третий вопрос:*

15. В твердом естественном состоянии,  
посредством высочайшей Тишины,  
свободной от всех склонностей ума<sup>3</sup>,  
*Джняни* познает себя как такового без всяких  
сомнений.

---

<sup>3</sup> *Васаны.*

*Ответ на четвертый вопрос:*

16. Из равного отношения человека ко всем существам можно сделать вывод о его достижении *джняны*.

*Ответ на пятый вопрос:*

Когда практика *самадхи*  
начата ради исполнения желания,  
это желание также определенно принесет плоды.

*Ответ на шестой вопрос:*

17. Если, практикуя йогу ради желания,  
человек становится *стхитапраджня*,  
То ликования<sup>4</sup> не будет, хотя желание и исполнено.

Такова первая глава, именуемая  
«О важности практики переживания А т м а н а»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



---

<sup>4</sup> Ликовать уже некому, так как в естественном состоянии нет эго, а только оно, иллюзорное представление «Я-есть-тело», радуется и страдает, жаждет и отвращается.

## द्वितीयो अध्यायः॥

ईशपुत्रशकेबाण  
भूमिनन्दधरामिते॥  
चातुर्मास्येजगोसारं  
संगृह्यभगवानृषिः॥ ॥१॥

“हृदयकुहुरमप्ये  
केवलं ब्रह्ममात्रं  
ह्यहमहमितिसाक्षा  
दात्मरूपेण भाति॥  
हृदि विशमनसास्वं  
चिन्वतामज्जतावा

पवनचलनरोध्या  
दात्मनिष्ठो भवत्यं” ॥२॥  
श्लोकं भगवतो वक्त्रा  
न्महर्षेरिममुद्धृतं॥

श्रुत्यंतत्सारं पौलेद  
संशयो नास्य जातुचित्॥ ॥३॥

अत्र श्लोके भगवता  
पूर्वार्धे स्थानमीरितं।

शरीरकस्य दृश्ये स्मिँ  
 च्छरीरे पांच भौतिके । ॥४॥  
 तत्रैव लक्षणंचोक्तं  
 द्वैतमीशाचकारितं ॥  
 उक्तंचाप्यपरोक्षत्वं  
 नानालिंगनिबर्हणं ॥ ॥५॥  
 उपदेशो द्वितीयाद्यै  
 शिष्याभ्यासकृतेकृतः ॥  
 त्रेधाभिन्नेन मार्गेण  
 तत्त्वादैक्यं समीयुषा ॥ ॥६॥  
 उपायो मार्गणाभिरव्यः  
 प्रथमस्संप्रकीर्तितः ॥  
 द्वितीयो मज्जनाभिरव्यः  
 प्राणरोषस्तृतीयकः ॥ ॥७॥

इति श्रीरमणगीतासु ब्रह्मविद्यायां  
 योगशास्त्रे रमणांतेवासिनो वसि  
 ष्ठस्य गणपतेरुपनिबन्धे द्विती  
 योऽध्यायः ॥२४॥



## Глава II

### Три Пути

1. В сезон дождей 1915 года Бхагаван Рамана Риши Дал сущность своих наставлений в следующем стихе<sup>1</sup>.

2. В глубине пещеры Сердца<sup>2</sup>

**Брахман** одиноко сияет в форме **А т м а н а**,  
непосредственно переживаемой как «Я — Я»<sup>3</sup>.  
**Войди в Сердце с вопрошающим умом,**  
**или глубоко погружаясь вовнутрь,**  
**или посредством контроля дыхания,**  
**и пребывай в А т м а н е .**

---

<sup>1</sup> В 1915 году один из молодых почитателей, Джагадишвара Шастри, написал на санскрите: *хридайя кухара мадхье* (в глубине пещеры Сердца), но не мог закончить *шлоку*. Шри Бхагаван, узнав об этом, просил его завершить стих, неоднократно напоминал, но Джагадишвара, как ни старался, не смог этого сделать. В конце концов он оставил листок с текстом Шри Бхагавану, который и дописал *шлоку* до конца. Так родился этот знаменитый стих.

Кавьякантха увидел его, был вне себя от радости, назвал *Рамана-упанишадой* и решил написать комментарий к стиху. В 1916 году, когда об этом вспомнили в присутствии Шри Раманы, он сказал: «Время пришло. Я сочиню нечто подобное *Гите* как комментарий». Так родилась *Шри Рамана Гита*.

<sup>2</sup> То есть в глубине Сердечного Центра. Сердце как источник всего проявленного лежит вне времени и пространства, но может быть условно (если сохраняется отождествление Себя, **А т м а н а**, с телом) локализовано в теле, с правой стороны груди (см. V : 6).

<sup>3</sup> *Брахман* — безличный Абсолют в индуизме, не имеющий атрибутов, на который можно только указать — **ТО**.

**А т м а н** — истинная природа человека, его истинное **Я**, выражаемое чувством «Я есмь».

Запись «Я — Я» выражает чистоту **Я**, отсутствие любых наложений: ЯЯЯ... ЯЯ... ЯЯЯ... , то есть Я есмь Я. А это и есть



3. Кто бы ни понял этот стих, сущность Веданты,  
произнесенный Бхагаваном Махарши,  
Он никогда не будет вновь охвачен сомнениями.
  
4. В первой половине стиха  
Бхагаван указал расположение А т м а н а  
Внутри этого видимого тела,  
состоящего из пяти элементов<sup>4</sup>.
  
5. Там же изложена сама природа переживания  
Самопознания,  
отличие ее от Бога отрицается,  
прямое переживание утверждается,  
Удаляя таким образом различные описания А т м а н а .
  
6. Во второй половине стиха ученику дано наставление  
По практике трех различных методов,  
которые в сущности — одно.

---

Первое Имя Бога. См. Исход (3 : 14): «Бог сказал Моисею: Я есмь Сущий».

«Среди многих тысяч имён Бога ни одно так не соответствует Богу, пребывающему в Сердце, лишённому мысли, не является таким точным, подходящим и прекрасным, как Я, или “Я есмь”. Из всех известных имен Бога имя “Я — Я” одно зазвучит триумфально после уничтожения эго, возникая словно безмолвное высочайшее Слово в пространстве Сердца тех, кто обращен к А т м а н у . Даже если человек непрерывно медитирует на этом имени «Я — Я», внимая чувству «Я», то оно погрузится в источник возникновения мысли, уничтожая эго — зародыш, сочлененный с телом». См.: Будь тем, кто ты есть! Наставления Шри Раманы Махарши. СПб., 1994, с. 272 — 273.

<sup>4</sup> Земля, Вода, Огонь, Воздух, Эфир — пять великих тонких элементов, лежащих в основе материального мира.

7. Первый Путь — это Поиск [*маргана*]  
второй — погружение в Сердце [*маджана*]  
и третий — регуляция дыхания [*прана-родха*]<sup>5</sup>.

Такова вторая глава, именуемая  
«Три Пути»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



---

<sup>5</sup> Основным является Поиск, Само-исследование «Кто я?» (см. гл. VII), в процессе которого осуществляется Погружение, а регуляция дыхания — вспомогательное средство сдерживания ума (см. гл. VI), облегчающее Поиск.

## तृतीयोऽध्यायः॥

दैवरातस्य संवाद  
माचार्य रमणस्य च ॥  
निबन्धीमस्तृतीयेस्मि  
ज्ञप्यायेविदुषां मुदे ॥ ११ ॥

दैवरात उवाच ॥

किं कर्तव्यं मनुष्यस्य  
प्रधानमिह संसृता ।  
एकं निर्णीयं भगवां  
स्तन्मे वया ख्यातुमर्हति ॥ १२ ॥

भगवानुवाच ॥

स्वस्य स्वरूपं विज्ञेयं  
प्रधानं महदिच्छता ॥  
प्रतिष्ठा यत्र सर्वेषां  
फलानामुत कर्मणां ॥ १३ ॥

दैवरात उवाच ॥

स्वस्य स्वरूपं विज्ञाने  
साधनं किं समासतः ॥

सिधये क्तेन प्रयत्नेन  
 प्रत्यगृष्टिर्महीयसी ॥ ५४ ॥  
भगवानुवाच ॥

विषयेभ्यः परावृत्य  
 वृत्तीस्सर्वाः प्रयत्नतः ॥  
 विमर्शं केवलं तिष्ठे  
 दचले निरुपाधिके ॥ ५५ ॥

स्वस्य स्वरूपविज्ञाने  
 साधनं तत्समासतः ॥  
 सिधयेत्तेनैव यत्नेन  
 प्रत्यगृष्टिर्महीयसी ॥ ५६ ॥  
इत्यत उवाच ॥

यावत्सिद्धिर्भवेन्नृणां  
 योगस्थमुनिकुंजर ॥  
 तावन्तं नियमाः काकुं  
 किं गतं सुपकुर्वते ॥ ५७ ॥  
भगवानुवाच ॥

प्रयत्नसुपकुर्वति  
 निममासुंजतां सतां ॥

सिद्धानां कृतकृत्यानां  
गलंति नियमास्त्वयं ॥ १८॥

देवरात उवाच ॥

केवलेन विमर्शेन  
स्थिरेण निरुपाधिना ॥  
यथा सिद्धिस्तथा मंत्रै  
र्जते स्तिद्धिर्भवेद्भवा ॥ १९॥

भगवानुवाच ॥

अचंचलेन मनसा  
मंत्रैर्जते निरंतरं ॥  
सिद्धिस्तथा च्छुद्धा ज्ञानां  
जप्तेन प्रणवेन वा ॥ १९०॥

वृत्तिर्जपेन मंत्राणां  
शुद्धस्य प्रणवस्य वा ॥

विषयेभ्यः परावृत्ता  
स्वस्वरूपात्मिका भवेत् ॥ १९१॥

ईशपुत्रैर्शुक्ल  
भूमिनन्दधरामितैः ॥

तप्तमेतप्तमेसोयं  
संबादोऽभवदद्भुतः ॥ १९३॥

इतल शुरी रडण गीतलसु ब्रह्म नलतुनल गलं  
 डुग शलसुतुरे रडणलंते वलसलनुु  
 वलसल ढसुड गणडते रड  
 नलडंथे तृती डुुडडलडः ॥ ३ॢ ॥

## Глава III

### Высший долг

1. Для наслаждения мудрого  
разговор между Дайваратой и Раманачарьей  
записан в этой главе.

*Дайварата:*

2. В чем состоит высший долг человеческого существа,  
захваченного колесом рождений и смертей<sup>1</sup>?  
Бхагаван, пожалуйста, прими решение  
и разъясни его мне.

*Бхагаван:*

3. Для тех, кто жаждет высочайшего,  
наиболее важным является обнаружение  
своей собственной истинной природы.  
Эта природа — основа всех действий и их плодов.

*Дайварата:*

4. Вкратце, какой духовной практикой  
человек осознаёт свою собственную природу?  
Какое усилие приводит к возвышенному внутреннему  
зрению?

---

<sup>1</sup> *Сансара* (санскр.) — круговорот рождений и смертей, прерывающийся только с достижением Освобождения.

*Бхагаван:*

5. Усердно удаляя все мысли от объектов чувств,  
Следует оставаться фиксированным  
в устойчивом безобъектном исследовании.
6. Это, вкратце, и есть практика  
познания человеком собственной природы.  
Только такое усилие  
приносит возвышенное внутреннее зрение.

*Дайварата:*

7. О наилучший из Мудрецов,  
соблюдение предписанных правил поведения [*нияма*]  
Будет ли помогать духовному усилию,  
пока успех в йоге не достигнут?

*Бхагаван:*

8. *Нияма* помогает усилию серьезных искателей в йоге.  
Эта *нияма* уходит сама по себе от тех,  
кто достиг Успеха и более не имеет дел.

*Дайварата:*

9. Повторение священных слогов<sup>2</sup>  
приносит тот же результат,  
Что и постоянная практика  
чистого, безобъектного Само-исследования?

---

<sup>2</sup> Мантры.



*Бхагаван:*

10. Серьезные искатели,  
которые непрестанно и с непоколебимым умом  
повторяют *мантры* или священный слог *ОМ*,  
Достигнут успеха.
  
11. Повторением *мантр* или только чистого *ОМ*  
ум отводится от объектов чувств  
и становится единым с *А т м а н о м* .
  
12. Этот изумительный разговор  
состоялся 7 июля 1917 года.

Такова третья глава, именуемая  
«Высший долг»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



## चतुर्थोध्यायः॥

प्रथमः प्रश्नः॥

अहं ब्रह्मास्मीति वृत्तिः किं

किं ज्ञानं मुनि कुंजर ॥

उत ब्रह्माह मिति धी

धीरहं सर्वमित्युत ॥

॥३॥

अथवा सकलं चैतं

ब्रह्मेति ज्ञानमुच्यते ॥

अस्माद् वृत्तिचतुष्काद्वा

किं नु ज्ञानं विरुक्षणं ॥

॥२॥

अस्योत्तरं ॥

इमं मम गुरुः प्रश्न

मंते वा सिन आदरात् ॥

आकर्ष्य रमणो वाक्ये

मुवाच भगवान्मुनिः ॥

॥३॥

वृत्तयो भावना पञ्च

सर्वी ऽतान संशयः ॥

स्वरूपा वस्थितिं शुद्धां

ज्ञानमाहुर्मनीषिणः ॥

॥४॥

द्वितीयः प्रश्नः॥

गुरोर्वचस्तदा कर्ण्य  
 संशयच्छेदकारकं ॥  
 अपृच्छं पुनरेवाह  
 मन्यं संशयमुद्धतं ॥ १५ ॥  
 वृत्तिव्याप्यं भवेद्ब्रह्म  
 नवानाशतपस्विनां ॥  
 इमं मे हृदि संजातं  
 संशयं छेत्तुमर्हसि ॥ १६ ॥

अस्योत्तरम् ॥

तस्मिं प्रश्नमाकर्ण्य  
 मित्रमंघ्रिजुषामृषिः ॥  
 अभिषिच्य कटाक्षेण  
 मामिदं वाक्यमब्रवीत् ॥ १७ ॥  
 स्वात्मभूतं यदि ब्रह्म  
 ज्ञातुं वृत्तिः प्रवर्तते ॥  
 स्वात्माकारा तदाभूत्वा  
 नपृथक्प्रतितिष्ठति ॥ १८ ॥  
 अयं प्रागुक्तपावाब्दे  
 सप्तमैतैकविंशके ॥

अ भ व न्नो मित ग्रं थ  
स्सं वरदो रो म हर्ष णः ॥ ॥९॥

इ ति श्री रम ण गी त रसु, ब्र ह्म ति व्वा  
त्तां गी ग श र्त्तरे र म णां ते व्वा सि  
न्नो व्वा सि त्त्त प्य ग ण प ते  
रु प नि ब न्धे च तु र्भो ढ्ढ ररः ॥ ४५ ॥



Второй вопрос:

6. О повелитель Мудрецов,  
        можно ли *Брахман* постичь мыслью [*вритти*]?  
Пожалуйста, рассейте это сомнение,  
  возникшее в моем уме.
  
7. Услышав этот вопрос, Риши,  
  друг тех, кто обрел убежище в нем,  
Озарил меня своим взглядом и сказал так:
  
8. «Если *вритти* приступает к постижению *Брахмана*,  
        который суть собственное Я, А т м а н , человека,  
То она принимает форму А т м а н а  
        и утрачивает свое отдельное существование».
  
9. Этот короткий захватывающий разговор  
Состоялся между нами 21 июля 1917 года.

Такова четвертая глава, именуемая  
«Природа Знания»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



पञ्चमोऽध्यायः॥

प्रागुक्तेषुष्टमेमासि  
नवमेदिवसेनिशि॥  
उपन्यासितवाँसाम्य  
गृद्दिश्यहृदयंमुनिः॥ ११॥  
निर्गच्छंतिवतस्सर्वा  
वृत्तमोदेहपारिणां॥  
हृदयंतत्समारब्धातं  
भावनाकृतिवर्णनं॥ १२॥  
अहंबृत्तिस्समस्तानां  
वृत्तीनांमूलमुच्यते॥  
निर्गच्छंतिवतोहंपी  
हृदयंतत्समासतः॥ १३॥  
हृदयस्ययदिस्थानं  
शतैस्सक्रमनाहतं॥  
मूलाधारंसमारभ्य  
योगस्योपक्रमःकुतः॥ १४॥  
अन्यदेवततोरक्त  
पिंडाद्धृदयमुच्यते॥

अयं हृदि ति कृत्या त  
 दात्मनोरूपमीरितं ॥ १५ ॥  
 तस्य दक्षिणतोऽधाम  
 हृत्पीठे नैव कामतः ॥  
 तस्मात्प्रवहति ज्योतिः  
 सहस्रारं सुषुम्नया ॥ १६ ॥  
 सर्वदेहं सहस्रारा  
 तदा लोका नुभूतयः ॥  
 ताः प्रपश्यन्विभेदेन  
 संसारी मनुजो भवेत् ॥ १७ ॥  
 आत्मस्थस्य सहस्रारं  
 शुद्धं ज्योतिर्मयं भवेत् ॥  
 तत्र जीवेन्न संकल्पो  
 यदि सान्निध्यतः पतेत् ॥ १८ ॥  
 विश्रायमानविषयं  
 सन्निकर्षेण यद्यपि ॥  
 न भवेत्प्रयोगभंगाय  
 भेदस्याग्रहणे मनः ॥ १९ ॥  
 गृह्णतोपि स्थिरैकाधी  
 स्सहजा स्थिति रूच्यते ॥



निर्विकल्पसमाप्तिस्तु  
 विषयासन्निधौ भवेत् ॥ १० ॥  
 अं हं वपुषि निश्शेषं  
 निश्शेषं हृदये वपुः ॥  
 तस्मादंतस्य सर्वस्य  
 हृदयं रूपसंग्रहः ॥ ११ ॥  
 भुवनं मनसो नान्य  
 दन्यन्न हृदयान्मनः ॥  
 अशेषा हृदये तस्मा  
 त्कथापरिसमाप्यते ॥ १२ ॥  
 कीर्त्यते हृदयं पिंडे  
 यथांडे भानुमंडले ॥  
 मनस्सहस्रारगतं  
 बिंबं घांद्रमसंयथा ॥ १३ ॥  
 यथा ददाति तपन  
 स्तेजः केरवखंयवे ॥  
 इदं वितरति ज्योति  
 हृदयं मनसे तथा ॥ १४ ॥  
 हृद्यसन्निहितो मूर्त्वी  
 मनः केवलमीक्षते ॥

असन्निकर्षे सूर्यस्य  
 रात्रौ चंद्रे यथा महः ॥ १९५ ॥  
 अपश्यं स्तेजसो मूलं  
 स्वरूपं सत्यमात्मनः ॥  
 मनसा च पृथक् पश्य  
 न्भ्रात्रा न्भ्राभ्यति पा मरः ॥ १९६ ॥  
 हृदि सन्निति तौ ज्ञानी  
 कीनं हृदय तेजसि ॥  
 ईक्षते मानसं तेजो  
 दिवा भाना विवेन्दवं ॥ १९७ ॥  
 प्रज्ञानस्य प्रवेत्तारो  
 वाच्यमर्थं मनो विदुः ॥  
 अर्थं तु लक्ष्यं हृदयं  
 हृदयान्नापरः परः ॥ १९८ ॥  
 दृग्दृश्यभेदधीरेण  
 मनसि प्रतितिष्ठति ॥  
 हृदये वर्तमानानां  
 दृग्दृश्यं चैकतां ब्रजेत् ॥ १९९ ॥  
 मूर्च्छा निद्राति संतोष  
 शोकावेशभयादिभिः ॥

नि मि न्ने राह ता वृत्ति  
 स्व स्था भं हृदयं कजेत् ॥ ३०॥  
 त दान्नायते प्राप्ति  
 हृदयस्य शरीरिणा ॥  
 विहायते समाप्नोतु  
 नाम भेदो निमित्ततः ॥ ३१॥

इति श्रीरमणगीतासु ब्रह्मविद्या  
 यां योगशास्त्रे रमणांतेवासि  
 नोवा सिष्ठस्य गणपते  
 उपनिबन्धे पंचमोऽ  
 ऽध्यायः ॥६६॥

## Глава V

### Наука Сердца

1. В упомянутый выше год, вечером 9 августа,  
Рамана Муни исчерпывающе говорил о Сердце.
2. То, из которого истекают наружу  
все мысли воплощенных существ,  
называют Сердцем.  
Все описания Его являются представлениями ума.
3. Говорят, что «я»-мысль — корень всех мыслей.  
Вкратце, то, из чего «я»-мысль берет начало,  
есть Сердце.
4. Если Сердце находится в *анахата чакре*<sup>1</sup>  
То почему практика йоги начинается в *муладхаре*<sup>1</sup>?
5. Это Сердце отличается  
от перекачивающего кровь органа.  
«Хридаям» означает *хрит* плюс *айям*, «Это — Центр»,  
таким образом выражая природу А т м а н а .

---

<sup>1</sup> В *Йога-сутрах* Патанджали *анахата* является четвертой, а *муладхара* — первой и самой нижней из семи психических центров, *чакр*.

*Анахата* не совпадает с Сердечным центром. Она лежит за ним. Поэтому вопрос в стихе 4 базируется на ошибочной предпосылке.

6. Это Сердце расположено с правой стороны груди,  
а совсем не с левой.  
Свет сознания льется из Сердца по *сушумне*<sup>2</sup>  
к *сахасраре*<sup>3</sup>.
7. Отсюда он ниспадает на тело в целом,  
и потом возникают все переживания этого мира.  
Рассматривая их отличающимися от Света,  
человек захватывается в *сансару*.
8. *Сахасрара* человека, пребывающего в А т м а н е ,  
становится чистым Светом.  
Ни одна из мыслей, приближающихся к ней,  
не может уцелеть.
9. Даже когда какой-нибудь предмет  
благодаря своей близости ощущается умом,  
Это не является помехой для йоги,  
так как ум не воспринимает различий.
10. Состояние, в котором сознание твердо и  
однонаправленно,  
даже когда объекты ощущаются,  
именуется *сахаджа стхити*.  
Состояние, в котором объекты отсутствуют,  
именуется *нирвикальна самадхи*.

---

<sup>2</sup> Психический канал, идущий от основания спины до верхушки головы. См. ниже (IX : 10).

<sup>3</sup> «Тысячелепестковый лотос», высшая из *чакр*, расположенная над головой.

11. Вся вселенная находится в теле,  
и все тело — в Сердце.  
Следовательно, вся вселенная содержится в Сердце.
12. Вселенная — не что иное, как ум,  
и ум — не что иное, как Сердце.  
Таким образом, полная история вселенной  
достигает высшей точки в Сердце<sup>4</sup>.
13. Сердце для тела — то же, что и солнце для мира.  
Ум в *сахасраре* напоминает лунный шар в мире.
14. Как солнце освещает луну,  
Так и это Сердце освещает ум.
15. Смертный, уклонившийся от Сердца,  
воспринимает только ум,  
Так же как ночью в отсутствие солнца  
воспринимается лишь свет луны.
16. Не понимая, что истинный источник света —  
его собственный А т м а н ,  
и мысленно воспринимая объекты  
отдельными от себя,  
Невежественный вводится в заблуждение.
17. Просветленный, пребывающий в Сердце,  
видит свет ума погруженным в Свет Сердца,  
Подобно тому как лунный свет  
погружен в свет дневной.

---

<sup>4</sup> Сначала из Сердечного Центра поднимается «я»-мысль (см. V : 3). Затем, попадая в мозг, «я»-мысль творит мир (см. V : 6 — 7, а также Будь тем, кто ты есть! Наставления Шри Раманы Махарши. СПб, 1994, с. 245 — 259).

18. Мудрый знает,  
что поверхностный смысл *праджняны*<sup>5</sup> — ум,  
а ее истинный смысл — Сердце.  
Высочайшее есть не что иное, как Сердце.
19. Представление, что видящий отличен от видимого,  
находится только в уме.  
Для тех, кто пребывает в Сердце,  
видящий и видимое суть Одно.
20. Течение мысли, остановленное обмороком, глубоким сном,  
чрезмерной радостью или печалью,  
страхом и так далее,  
Возвращается обратно к своему источнику — Сердцу.
21. Невежественный человек не сознаёт,  
что в такие моменты мысль вошла в Сердце,  
но это сознаёт пребывающий в *самадхи*.  
Отсюда и возникает различие в наименованиях  
состояний.

Такова пятая глава, именуемая  
«Наука Сердца»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



---

<sup>5</sup> «Обычные» значения термина «праджняна» — знание, рассудок, суждение.

## षष्ठोऽध्यायः॥

निरूप्य हृदयस्यैवं  
 तत्त्वं तत्त्वविदां वरः॥  
 मनसो निग्रहोपाय  
 मत्तद्व्रमणो मुनिः॥ १॥  
 नित्यवृत्तिमतां नृणां  
 विषयासक्तचेतसां॥  
 वासनानां बलीयस्त्वा  
 न्मनोदुर्निग्रहं भवेत्॥ २॥  
 चपलं तन्निगृहीया  
 प्राणरोपेन मानवः॥  
 पाशबद्धो यथा जंतु  
 स्तद्वाचेतो न चैष्टते॥ ३॥  
 प्राणरोपेन वृत्तीनां  
 निरोधस्तापितो भवेत्॥  
 वृत्तिरोपेन वृत्तीनां  
 जन्मस्थाने स्थितो भवेत्॥ ४॥  
 प्राणरोपश्च मनसा  
 प्राणस्य प्रत्यवेक्षणं॥



कुंभकं सिध्यति ह्येवं  
 सततप्रत्यवेक्षणात् ॥ ॥५॥  
 येषां मेतेन विधिना  
 शक्तिः कुंभकसाधने ॥  
 हठयोगविधिनेन  
 तेषां कुंभकमिष्यते ॥ ॥६॥  
 एकदारेचकंकुर्या  
 कुर्यात्पूरकमेकदा ॥  
 कुंभकं तु चतुर्वारं  
 नाडीशुद्धिर्भवेत्ततः ॥ ॥७॥  
 प्राणो नाडीषु शुद्धास्तु  
 निरुद्धः क्रमशो भवेत् ॥  
 प्राणस्य सर्वप्यारेच्य  
 श्शुद्धं कुंभकमुच्यते ॥ ॥८॥  
 त्यागं देहात्मभावस्य  
 रेचकं ज्ञानिनः परे ॥  
 पूरकं मार्गणं स्वस्य  
 कुंभकं सहजस्थितिं ॥ ॥९॥  
 जपेन वाथ मंत्रांणां  
 मनसो निग्रहो भवेत् ॥

मान सेन तदा मंत्र  
 प्राणयोरेकताभवेत् ॥ १२० ॥  
 मंत्राक्षराणां प्राणेन  
 सायुज्यं ध्यानमुच्यते ॥  
 सहजस्थितये ध्यानं  
 दृढभूमिप्रकल्पते ॥ १२१ ॥  
 सहवासेन महतां  
 सतामारूढचेतसां ॥  
 क्रियमाणेनवानित्यं  
 स्थानेकीर्तनमभवेत् ॥ १२२ ॥

इति श्रीरमणगीतासु ब्रह्मविद्या  
 यां योगशास्त्रे रामानंतेवासिने  
 वासिष्ठस्य गणपतेरुपनि  
 बंधेषुष्टोत्रध्यायः ॥ ७८ ॥

## Глава VI

### Сдерживание ума

1. Объяснив таким образом истину о Сердце,  
Шри Рамана Муни, наилучший среди знатоков Истины,  
говорил о методе сдерживания ума.
2. Люди, привязанные к объектам чувств  
и преследуемые мыслью из-за силы своих *васан*,  
Встречают трудности в сдерживании ума.
3. Следует сдерживать переменчивый ум контролем дыхания,  
После чего тот, словно привязанное животное,  
перестает блуждать.
4. Контролем дыхания также достигается  
и сдерживание мыслей.  
Когда мысли сдерживаются,  
человек твердо пребывает в их источнике.
5. Контроль дыхания — это только наблюдение умом  
за течением дыхания.  
При таком постоянном наблюдении происходит  
сдерживание дыхания [*кумбхака*].
6. Для тех, кто не способен достичь *кумбхаки*  
этим способом,  
Предписан метод *хатха-йоги*.

7. То есть выдох [*речака*] должен выполняться  
за одну единицу времени,  
Вдох [*пурака*] — тоже за одну,  
а задержка дыхания [*кумбхака*] —  
за четыре единицы времени.  
Таким образом очищаются каналы жизненной силы.
8. Когда они становятся чистыми,  
постепенно достигается контроль над дыханием.  
Полный контроль дыхания именуется *сиддха кумбхака*.
9. Другие, то есть *джнянины*, определяют *речаку*  
как отбрасывание идеи «Я-есть-тело»,  
*пураку* как поиск А т м а н а  
И *кумбхаку* как *сахаджа стхити*,  
или пребывание в А т м а н е .
10. Ум сдерживается и повторением *мантр*.  
Тогда *мантра* становится единой с умом, а также  
с *праной*<sup>1</sup>.
11. Когда слоги *мантры* становятся одним с *праной*,  
это называют *дхьяной*<sup>2</sup>,  
А когда *дхьяна* становится глубокой и непоколебимой,  
Она ведет к естественному состоянию [*сахаджа стхити*].

---

<sup>1</sup> Жизненной силой, вызывающей движения различных органов тела.

<sup>2</sup> Медитацией.

12. Также и постоянной близостью с великими,  
Просветленными<sup>3</sup>,  
Ум поглощается в собственный источник.

Такова шестая глава, именуемая  
«Сдерживание ума»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



---

<sup>3</sup> Речь идет о *sat-sange* (букв.: «пребывание в Бытии») — не только о физическом присутствии просветленного Учителя, но и о мысленном соединении с ним. См. Будь тем, кто ты есть! СПб, 1994, гл. 9.

## सप्तमोऽध्यायः॥

भारद्वाजस्यैवै कार्ष्णे

राचार्यरमणस्यच ॥

अध्याये कथ्यते श्रेष्ठ

संवाद इह सप्तमे ॥

॥२॥

कार्ष्णीरुवाच ॥

रूपमात्मविचारस्य

किं नु किंवा प्रयोजनं ।

लभ्यादात्मविचारेण

फलं भूयोऽन्यतोऽस्ति वा ॥ ॥३॥

भगवानुवाच ॥

सर्वा सामपि वृत्तीनां

समष्टिर्या समीरिता ॥

अहं वृत्ते रमुष्यास्तु

जन्मस्थानं विमृश्यतां ॥ ॥३॥

पञ्च आत्मविचारस्तस्या

ज्ञासन्नपरिशोकनं ॥

अहंकारो विलीनस्तस्या

न्मूलस्थानं गवेषणे ॥ ॥४॥

आत्मा भासस्त्वहंकार  
 स्तयद्यासं प्रलीयते ॥  
 आत्मा सत्योऽभितःपूर्णः  
 कैवल्यः परिशिष्यते ॥ १६ ॥  
 सर्वकेशनिवृत्तिस्तया  
 त्फलमात्मविचारतः ॥  
 फलानामवधिस्तोय  
 मस्तिनेतोऽधिकंफलं ॥ १६ ॥  
 अद्भुतास्तिद्वयस्तस्या  
 उपायांतरतश्चयाः ॥  
 ताः प्राप्नोपिभवत्यंते  
 विचारेणैवनिवृत्तः ॥ १७ ॥  
 कार्ष्णिभवाच ॥  
 एतस्यात्मविचारस्य  
 प्राहुःकमधिकारिणं ॥  
 अधिकारस्यसंपत्तिः  
 किंज्ञातुंशक्यतेस्वयं ॥ १८ ॥  
 भगवानुवाच ॥  
 उपासनादिभिश्शुद्धं  
 प्राग्वन्मसुकृतेनवा ॥

दृष्टदोषं मनो यस्य  
 शरीरे विषयेषु च ॥ १९ ॥  
 मनसा चरतो यस्य  
 विषयेष्वरुचिर्भृशं ॥  
 देहे चानित्यता बुद्धि  
 स्तं प्राहु रधिकारिणं ॥ १० ॥  
 देहे न श्वरता मुदे  
 वै राग्या विषयेषु च ॥  
 एताभ्यामेव किं गाभ्यां  
 ज्ञेया स्वस्याधिकारिता ॥ ११ ॥  
 काष्णिकान् च ॥  
 स्नानं संध्या जपो ह्योम  
 स्वाध्यायो देवपूजनं ॥  
 संकोर्तनं तोर्थयात्रा  
 यज्ञोदानं व्रतानि च ॥ १२ ॥  
 विचारे साधिकारस्य  
 वै राग्याच्च विवेकतः ॥  
 किं वा प्रयोजनायस्य  
 कृतकालविधूतये ॥ १३ ॥



भुगवतुवाच ॥

आरंभुणं क्षुीयमाण  
 रागाणामुधुकरुणं ॥१५॥  
 कर्माणुतानु सर्वाणु  
 भूयस्यु चतुशुदुयु ॥ ॥१५॥  
 यत्कर्म सुकृतं प्रोक्तं  
 मनोवाक्कायसंभवं ॥  
 तत्तु कर्मातरं हुंति  
 मनोवाक्कायसंभवं ॥ ॥१६॥  
 अत्यंत शुद्ध मनसां  
 पक्वानामुधुकरुणं ॥  
 इदं लोको पक्वाराय  
 कर्मजा लंभवुषुयतु ॥ ॥१६॥  
 परेषामुपदेशाय  
 क्षेमाय चमनीषुणः ॥  
 पक्वाशुय कर्म कुर्वतु  
 भयात्नादेश शास्त्रतः ॥ ॥१७॥  
 वुचुार प्रतु कूलानु  
 नपुण्यानु नरुर्षुभ ॥

क्रियमाणान्यसंगेन  
 भेदबुद्ध्युपमर्दिना ॥ १८८ ॥  
 नचाकृतानि जापाय  
 पक्वस्यात्मविमर्शिनः ॥  
 स्वविमर्शो महत्पुण्यं  
 पावनानां हि पावनं ॥ १९१ ॥  
 दृश्यते द्विविधा निष्ठा  
 पक्वानामधिकारिणां ॥  
 त्यागपाकांतयोगाय  
 परार्थे च क्रियादरः ॥ १९० ॥  
कार्ष्णिर्हवाच ॥  
 निर्वाणायस्तिथेदन्यौ  
 मार्ग आत्मविचारतः ॥  
 एकौ वा त्रिविधस्तं मे  
 भगवान्ब्रह्ममर्हति ॥ १९१ ॥  
भगवानुवाच ॥  
 एकः प्राप्तुं प्रयतते  
 परः प्राप्सारमृच्छति ॥  
 चिरायप्रथमो गच्छ  
 न्प्रामोत्यात्मानमंततः ॥ १९३ ॥

एकस्य ध्यानतश्चित्त  
 मैका कृति भविष्यति ॥  
 एका कृतिर्त्वं चित्तस्य  
 स्वरूपे स्थितये भवेत् ॥ ३३ ॥  
 अनिच्छयाप्यतो ध्याय  
 न्निंदत्यात्मनि संस्थितिं ॥  
 विचारकस्तु विज्ञाय  
 भवेदात्मनि संस्थितः ॥ ३४ ॥  
 ध्यायतो देवतां मंत्र  
 मन्यद्वा लक्ष्यमुत्तमं ॥  
 ध्यायमात्महाज्योति  
 ष्यंततो लोनतां व्रजेत् ॥ ३५ ॥  
 गतिरेवं द्वयोरेका  
 ध्यातुश्चात्मविमर्शिनः ॥  
 ध्यायन्नैकः प्रशांतस्त्वया  
 दन्यो विज्ञाय शाम्यति ॥ ३६ ॥  
 इति श्रीरमणगातारुब्रह्मविद्यायां योग  
 शास्त्रे रमणांते वासिनो वासिष्ठस्य गण  
 पतेरुपनिषत्सु सप्तमोऽध्यायः ॥ १०४ ॥





6. Результат Само-исследования —  
 свобода от всех страданий.  
 Это — высочайший из всех результатов.  
 Нет ничего более высокого, чем это.

7. Удивительные оккультные силы  
 можно обрести другими средствами.  
 Но окончательная Свобода  
 приходит только благодаря Само-исследованию.

*Карини:*

8. Кто считается годным для этого исследования?  
 Может ли человек сам узнать  
 о собственной пригодности?

*Бхагаван:*

9 — 10. Тот, чей ум очищен практикой *упасаны*  
 И другими средствами или качествами,  
 приобретенными в прошлых жизнях,  
 Кто воспринимает несовершенства тела  
 и объектов чувств,  
 испытывает крайнее отвращение,  
 когда бы его ум ни действовал  
 среди этих объектов,  
 И кто осознал, что тело непостоянно,  
 того называют годным к Само-исследованию<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Комментарий Шри Пунджаджи к стихам VII : 9 — 10 см. в Приложении 1 на с. 187 — 188.

11. По этим двум признакам,  
                     то есть по чувству временности тела  
                     и по непривязанности к объектам чувств,  
 Можно узнать о своей пригодности  
   к Само-исследованию.

*Каршни:*

- 12 — 13. Когда человек годен для Само-исследования  
 благодаря своей непривязанности к объектам чувств  
   и различению,  
 Принесут ли какую-либо пользу обряды омовения,  
                     молитва в установленное время, повторение *мантр*,  
                     жертвы на огне, пение *Вед*, почитание богов,  
 Пение песен преданности, паломничество,  
                     жертва, даваемая в милостыню,  
                     и соблюдение специальных духовных практик?  
 Или всё это будет только тратой времени?

*Бхагаван:*

14. У пригодных новичков в Само-исследовании,  
                     с привязанностями, подходящими к концу,  
 Все эти вспомогательные средства  
   сделают ум всё более и более чистым.
15. Добродетельная активность ума, речи и тела  
 Уничтожает противоположно направленную,  
                     греховную,  
   активность ума, речи и тела.
16. Вся эта активность зрелых мастеров,  
                     одаренных умами высочайшей чистоты,  
 Помогает миру.

17. Зрелые мастера совершают действия  
для обучения собственным примером  
и благоденствия других,  
А не из страха нарушить духовные предписания.
18. О лучший из людей, добродетельные действия,  
совершаемые без чувства различия  
и без привязанности,  
Не препятствуют пути Само-исследования.
19. Неисполнение предписанных действий тем,  
кто зрел и постоянно занимается Само-исследованием,  
не влечет за собой греха.  
Ибо Само-исследование само по себе —  
наиболее похвальное и наиболее очищающее  
из действий.
20. Два образа жизни наблюдаются у зрелых, пригодных  
искателей:  
Отказ от действий ради уединенного Общения  
и действие для блага других.

*Каршни:*

21. Если есть еще другой путь к Освобождению,  
то он такой же или отличен?  
Бхагаван, будь добр, расскажи мне об этом.

*Бхагаван:*

22. Один стремится достичь;  
другой — разыскивает того, кто стремится достичь.  
Первый затрачивает большее время,  
но в конце концов достигает А т м а н а .

23. Ум человека,  
 медитирующего на единственном объекте,  
 становится однонаправленным,  
 А однонаправленность ума  
 ведет к пребыванию в А т м а н е .
24. Постоянно медитирующий достигает,  
 даже не желая этого,  
 пребывания в А т м а н е .  
 Другой, искатель источника «я»-мысли,  
 сознательно пребывает в А т м а н е .
25. Божество, *мантра* или любой другой  
 возвышенный объект медитации  
 В конце концов поглощаются  
 в великолепную лучезарность А т м а н а .
26. И при медитации, и при Само-исследовании  
 достигается одна и та же Цель.  
 Один утихает в Ней медитацией,  
 а другой — Знанием.

Такова седьмая глава, именуемая  
 «Само-исследование и пригодность к нему»,  
 в *Шри Рамана Гите*,  
 науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
 сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.





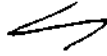
## अष्टमोऽध्यायः॥

काष्ठीरेवापरं प्रश्नं  
निश्चय्य भगवान्मुनिः ॥  
चातुराश्चम्य संबद्ध  
मपि कारं न्यरूपयत् ॥ १॥  
ब्रह्मचारी गृही वापि  
वानप्रस्थोऽथ वा मुनिः ॥  
नारी वा वृषको वापि  
पको ब्रह्म विचारयेत् ॥ २॥  
सोपानवत्परं प्राप्तुं  
भविष्यत्याश्रमक्रमः ॥  
अत्यंतपक्वचित्तस्य  
क्रमापेक्षानविद्यते ॥ ३॥  
गतयेको ककार्यणो  
मादिशंत्याश्रमक्रमं ॥  
आश्रमत्रयधर्माणां  
मज्ञानप्रतिकूलता ॥ ४॥  
सन्न्यासो निर्मलज्ञानं  
नकाषायो नमुंडनं ॥

प्र त्ररं ध क बरर हु तु य  
 वर र णर रर शुर र र र र र र ॥ ११ ॥  
 ब्र ह्म च ररर शुर र र र र र र र  
 श क्तर रु र्जुं भ र र र र र र ॥  
 त्रर र र र र र र र र र र र  
 स प शुरर र र र र र र र र ॥ ११ ॥  
 ब्र ह्म च रर र र र र र र र  
 गृ ह्तर र र र र र र र र र र ॥  
 स र र र र र र र र र र र  
 गृ ह्म र र र र र र र र र ॥ ११ ॥  
 स र र र र र र र र र र र  
 गृ ह्म र र र र र र र र र र ॥  
 प रं प्र स्रु र र र र र र र  
 स र र र र र र र र र र र ॥ ११ ॥  
 त प स र र र र र र र र र  
 स र र र र र र र र र र र ॥  
 अ भ र र र र र र र र र र  
 तृ र र र र र र र र र र ॥ ११ ॥  
 त प स र र र र र र र र र  
 प क्क चर र र र र र र र ॥

चतुर्थआश्रमः कांक्षे  
 स्वयमेव भविष्यति ॥ १०४  
 पापप्रागुक्तपावाब्दे  
 (वष्टमे द्वादशे पुनः ॥  
 उपदेशो भगवत  
 सप्तमाष्टमयोरभूत् ॥ १०५ ॥

इति श्री रामण गीतासुब्रह्मविद्या  
 यां योगशास्त्रे रामानंदे वासिनो  
 वासिष्ठस्य गणपतेरुपनि  
 ष्टमे ऽष्टमोऽध्यायः ॥११५॥



## Глава VIII

### О стадиях жизни

1. В ответ на еще один вопрос того же Каршни  
Бхагаван разъяснил обязанности,  
связанные с четырьмя стадиями жизни [*ашрамы*].
2. Кем бы человек ни был — холостяком или семьянином,  
живущим в лесу или *санньясином*,  
женщиной или *шудрой*,  
Если он зрел и годен, то может искать *Брахмана*<sup>1</sup>.
3. Порядок *ашрамов*, подобно ступеням лестницы,  
служит достижению Высочайшего.  
К человеку по-настоящему зрелого ума  
этот порядок не применим.
4. Этот порядок предписан так,  
чтобы дела мира  
могли продолжаться беспрепятственно.  
Обязанности первых трех *ашрамов*  
не мешают Пути Знания [*джняна*].

---

<sup>1</sup> Писания запрещают изучение *Вед* женщинам и представителям низшей касты — *шудрам* (см. глоссарий). Шри Рамана разъясняет, что эти ограничения, а также различия в перечисленных здесь стадиях жизни, не касаются Самопознания, поиска истинного Я, Атмана. Необходима только **пригодность** для такого исследования.

- 
5. Истинное отречение [*санньяса*] — чистое Знание,  
а не мантия цвета охры или бритая голова.  
Тем не менее, эта *ашрама*  
предназначена отвлечь многочисленные препятствия  
на Пути.
6. Тот, кто хорошо развил энергию  
еще на стадии целомудренного ученика  
[*брахмачарья*] —  
соблюдением обетов, изучением Писаний  
и ростом в Знании —  
В последующие годы будет сиять  
всё больше и больше.
7. Чистотой в *брахмачарье*  
достигается чистота на стадии домохозяина.  
*Ашрама* главы семьи  
приносит пользу всем.
8. Даже для главы семьи,  
если он полностью непривязан,  
Сияет Высочайший Свет. Это несомненно.
9. Знающие предписывают третью *ашраму*  
для *тапаса*.  
В этой *ашраме* можно быть с женой или без.
10. Для йогина зрелого ума,  
чьи грехи сожжены *тапасом*,  
Четвертая *ашрама* приходит самопроизвольно  
в надлежащее время.

11. Это наставление,  
изложенное в седьмой и восьмой главах,  
Бхагаван дал 12 августа того же 1917 года.

Такова восьмая глава, именуемая  
«О стадиях жизни»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



## नवमोऽध्यायः॥

चतुर्दशैष्टमे रात्रौ

महर्षिं वृष्टवानहं ॥

गंधिभेदं समुद्दिश्य

त्रिदुष्पां यत्र संशयः ॥ १॥

स मा कप्यं मम प्रश्नं

रमणौ भगवानृषिः ॥

प्यात्वा दिव्येन भावेन

किंचिदाह महामहाः ॥ २॥

शरीरस्यात्मनश्चापि

संबंधो गंधि रूच्यते ॥

संबंधो नैव शरीरं

भवति ज्ञानमात्मनः ॥ ३॥

शरीरं जडमेतत्स्या

दात्मा चैतन्यमिष्यते ॥

उभयोरपि संबन्धो

विज्ञाने नानुमीयते ॥ ४॥

चैतन्यच्छायायाश्चिदं

शरीरं तात येष्टते ॥

निद्रादीं गृहणभावा  
 दूह्यते स्थानमात्मनः ॥ ११५ ॥  
 सूक्ष्माणां विद्युदादीनां  
 स्थूलैस्तंभ्यादिके यथा ॥  
 तथा कलैर्बरे नाड्यां  
 चैतन्यज्योतिर्षोगतिः ॥ ११६ ॥  
 स्थूलमेकमुपाश्रित्य  
 चैतन्यज्योतिरुज्ज्वलं ॥  
 सर्वैर्भासयते देहं  
 भास्करैर्भुवमं यथा ॥ ११७ ॥  
 व्याप्तैर्न तत्पकाशैर्न  
 शरीरैरेतन्नुभूतयः ॥  
 स्थूलं तदेव हृदयं  
 सूरयस्तं प्रचक्षते ॥ ११८ ॥  
 नाडीशक्तिविक्रमैर्न  
 चैतन्यांशुगतिर्मता ॥  
 देहस्य शक्तयस्सर्वाः  
 पृथङ्नाडीरुपाश्रिताः ॥ ११९ ॥  
 चैतन्यंतु पृथङ्नाड्यो  
 तांस्तुष्टुक्तां प्रचक्षते ॥



आत्मनाडीं वदंयेके  
 परंत्वमृतनाडिकां ॥ १०॥  
 सर्वदेहं प्रकाशेन  
 व्याप्तौ जीवो भिमानवान् ॥  
 मन्यते देहमात्मानं  
 तेन भिन्नं च विष्टपं ॥ ११॥  
 अभिमानं परित्यज्य  
 देहेचात्मधि यंसुधीः ।  
 विचारयेच्च देकाग्रौ  
 नाडीनां मथनं भवेत् ॥ १२॥  
 नाडोनां मथनेनैव  
 मात्मा ताभ्यः पृथक्कृतः ॥  
 केवलात्ममृतां नाडी  
 माहित्तमप्रज्वलिष्यति ॥ १३॥  
 आत्मनाड्यां यदाभाति  
 चैतन्यज्योतिरुज्ज्वलं ॥  
 केवलायां तद्वानन्य  
 दात्मनस्संप्रभासते ॥ १४॥  
 सान्निध्याद्वासमानं वा  
 नपृथक्प्रवितिष्ठति ॥

जाना ति स्पृष्टमा (मानं  
 स देह मिव पा मरः ॥ १७५॥  
 आ (मैत्र भा सते यस्य  
 ब हिरं तश्च सर्व नः ॥  
 पा मर स्येव रूपा दि  
 स भि न्न ग्रं थि रु रय ने ॥ १७६॥  
 ना डो बं धी भि मा नश्च  
 द्वयं ग्रं थि रु दो यते ॥  
 ना डी बं धे न सू क्ष्मो पि  
 स्थू लं सर्वं प्र प श्य ति ॥ १७७॥  
 निवृ त्तं सर्वं ना डी भ्यो  
 य दे व्कां ना डिकां श्रितं ॥  
 भि न्न ग्रं थि त्वा ज्जो ति  
 रा (म भा वा य कल्प ते ॥ १७८॥  
 अ ग्नि तप्त मयो गो कं  
 दृ श्य ते ग्नि मयं यथा ॥  
 स्व वि चारा ग्नि सं तप्तं  
 त भे दं स्व मयं भवेत् ॥ १७९॥  
 शरी रा दि, जु षां पूर्वं  
 वा स ना नां क्ष य स्तदा ॥

कर्तृत्वात् शरीरत्वा  
 नैव तस्य भविष्यति ॥ ॥३०॥  
 कर्तृत्वाभावतः कर्म  
 विनाशो स्य समीरितः ॥  
 तस्य वस्त्वंतराभावा  
 त्संशयानामनुद्भवः ॥ ॥३१॥  
 अपितानपुनर्बन्दी  
 विभिन्नग्रंथिरैकदा ॥  
 सा स्थितिः परमा शक्ति  
 त्सा हांतिः परमा मता ॥ ॥३२॥

इति श्रीरामणगीतासु ब्रह्मविद्यायां  
 योगशास्त्रे रामणांते वासिनी वा  
 सि हस्यगणपतेरुपनिषत्सु  
 नवमी अध्यायः ॥ १३० ॥



## Глава IX

### О разрубании узла

1. Вечером 14 августа я задал Махарши вопрос  
о разрыве узла [*грантхи бхеда*],  
По которому даже знатоки Писаний  
имеют сомнения.
2. Лучезарный Бхагаван, Шри Рамана Риши,  
Выслушал мой вопрос, немного безмолвствовал  
и ответил в своей божественной манере.
3. Связь между телом и А т м а н о м  
именуется *грантхи*.  
Только из-за этой связи с А т м а н о м  
человек сознаёт тело.
4. Это тело — бесчувственно.  
А т м а н — чистое сознание<sup>1</sup>.  
Связь между телом и А т м а н о м  
выводится благодаря интеллекту.
5. О дитя, тело действует,  
окутанное рассеянным светом чистого сознания.  
Поскольку мир не воспринимается в глубоком сне,  
обмороке и т. п.,  
необходимо сделать вывод  
о местонахождении А т м а н а<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> «Я есмь».

<sup>2</sup> То есть Сердечного Центра в теле как источника рассеянного Света — индивидуального сознания, «я»-мысли, иллюзорного представления «Я-есть-тело».

6. Так же как тонкие силы, подобные электрическому току,  
проходят по видимым глазу проводам,  
Так и свет сознания  
течет по каналам [*нади*] в теле.
7. Лучезарный свет чистого сознания,  
исходящий из Центра,  
Освещает всё тело, как солнце освещает мир.
8. Благодаря рассеиванию этого света в теле  
человек сознаёт своё тело.  
Мудрецы говорят, что центр излучения — Сердце.
9. Из игры сил в каналах  
делается вывод о потоке света сознания.  
Силы текут через тело,  
каждая по своему особенному каналу.
10. Особый канал, по Которому течет чистое сознание,  
именуется *сушумна*.  
Его также называют  
*атма нади, пара нади и амрита нади*<sup>3</sup>.

---

<sup>3</sup> Шри Бхагаван однажды заметил, что *сушумна* — термин йоги (то есть *раджа-йоги*), тогда как *атма, пара* и *амрита нади* — термины *джняны* (то есть *джняна-йоги*).

См. *Talks with Sri Ramana Maharshi*, Tiruvannamalai, № 57. Здесь указан номер беседы, не зависящий от издания.

11. Так как свет охватывает всё тело,  
человек привязывается к телу,  
ошибочно принимая его за А т м а н ,  
И рассматривает мир отличным от себя.
12. Когда различающий<sup>4</sup> человек отказывается  
от привязанности и отождествления себя с телом  
и практикует однонаправленный Поиск,  
В каналах начинается вспенивание.
13. С этим вспениванием каналов [*нади*]  
А т м а н становится отделенным от других *нади*  
И впредь сияет, держась только *амрита нади*.
14. Когда лучезарный свет сознания  
сияет только в *амрита нади*,  
Ничто не блистает, кроме А т м а н а .
15. Ничто из появляющегося перед таким Мудрецом  
не имеет отдельного существования.  
Он сознаёт А т м а н так же ясно,  
как невежественный — своё тело.
16. Тот, для кого сияет только А т м а н —  
внутри, вне и везде  
Так же ясно, как имя и форма для невежественного, —  
именуется разрубившим узел.

---

<sup>4</sup> Между Реальностью и нереальным.

17. Этот узел — двойной,  
одна сторона — за счет каналов, другая —  
из-за привязанности ума.  
Воспринимающий<sup>5</sup>, хотя и тонкий по природе,  
ощущает грубый мир в его полноте  
через каналы [*нади*].
18. Когда свет, взятый из всех других *нади*,  
живет только в одном канале,  
Узел между сознанием и телом разрывается  
и свет пребывает А т м а н о м .
19. Как раскаленный железный шар  
кажется шаром огня,  
Так и это тело,  
раскаленное в огне Само-исследования,  
сияет, словно А т м а н .
20. Застарелые скрытые склонности<sup>6</sup>,  
принадлежащие телу-уму,  
уничтожены.  
Будучи свободным от телесного сознания,  
человек никогда больше не имеет чувства делателя.
21. Поскольку такой человек не имеет чувства делателя,  
говорят, что его *карма* полностью разрушена.  
Для него сомнения не поднимаются,  
так как ничего не существует, кроме А т м а н а .

---

<sup>5</sup> То есть ум.

<sup>6</sup> *Васаны*.

22. Стоит разрубить узел,  
и человек никогда больше не привязывается.  
Это — состояние высочайшей Силы и высочайшего  
Мира.

Такова девятая глава, именуемая  
«О разрубании узла»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганapati.





## दशमोऽध्यायः॥

यतिनो योगनाथस्य  
महर्षिरमणस्य च ॥  
दशमेन निबन्धीम  
स्संवावं संप्रहर्षवम् ॥ ॥१॥

योगनाथ उवाच ॥  
सांप्रिकस्य च संप्रस्य  
कस्संबंधो महामुने ॥  
संप्रस्य श्रेयसेनाथ  
तमेतं वक्तुमर्हसि ॥ ॥२॥

भगवानुवाच ॥  
ज्ञेयश्शरीरवत्संघ  
स्तत्तदाचारशास्त्रिणां ॥  
अंगानोवात्र विज्ञेया  
स्तां प्रिकास्ताथुसत्तम ॥३॥  
अंगं यथा शरीरस्य  
करोत्युपकृतिं यत् ॥  
तथोपकारं संप्रस्य  
कुर्वन्जयति सांप्रिकः ॥४॥

संवस्य वाङ्मनः कार्ये  
 रूपकारो यथा भवेत् ॥  
 स्वयं तथा चरन्निव्यं  
 स्वकीयानपि बीजयेत् ॥ १५ ॥  
 आनुकूल्येन संवस्य  
 स्थापयित्वा निजं कुलं ॥  
 संवस्यैव ततो भूत्यै  
 कुर्याद्भूति युतं कुलं ॥ १६ ॥  
योगनाथ उवाच ॥  
 शांतिं कैश्चित्प्रशंसन्ति  
 शक्तिं कैश्चिन्मनोषिणः ॥ १७ ॥  
 अनयोः को गुणो ज्यायां  
 संवक्षेम कृते त्रिभो ॥ १८ ॥  
भगवानुवाच ॥  
 स्वमनश्शुद्धये शांति  
 शक्तिस्संवस्यवृद्धये ॥  
 शक्त्या संजंयिष्यामीह  
 शांतिं संस्थापयेत्ततः ॥ १९ ॥  
योगनाथ उवाच ॥  
 सर्वस्यापि च संवस्य

न रा णो मृ षि कुं जर ॥  
 गंतव्यं समुदायेन  
 किं परं धरणीतले ॥ १९॥

भगवानुवाच ॥

समुदायेन सर्वस्य  
 संघस्य तनुधारिणां ॥  
 सो भ्रातृं समभावेन  
 गंतव्यं परमुच्यते ॥ १९०॥

सो भ्रात्रेण पराशांति  
 रन्यो न्यं देहधारिणां ॥  
 तदेवं शोभते सर्वा  
 भूमिरेकं गृहं यथा ॥ १९१॥

अभूत्पंचदशैषस्तैः  
 संवात्सस्तौ यमष्टमे ।  
 योगनाथस्य यतिनौ  
 महर्षेश्च दयावतः ॥ १९२॥

इति श्रीरामणजातासुब्रह्मविद्यायां  
 योगशास्त्रे रामणांतेष्वसिनोवा  
 सिष्ठस्य गणपतेरुपनिषत्सु  
दशमोऽध्यायः ॥१९६॥

## Глава X

### Относительно общества

1. В этой, десятой, главе записан разговор  
    между Яти Йоганатхой и Махарши Раманой,  
    Который будет радовать общество.

*Йоганатха:*

2. О великий Мудрец,  
    каково отношение между обществом и его членами?  
    Мастер, будь добр разъяснить это  
    для постепенного улучшения общества.

*Бхагаван:*

3. Общество, состоящее из последователей  
    разных образов жизни, о лучший из *садху*,  
    Само напоминает тело,  
    а члены общества подобны органам тела.
4. О аскет, член общества процветает,  
    работая для блага общества, словно орган,  
    служащий телу.
5. Используя ум, речь и тело,  
    человеку следует всегда вести себя так,  
    чтобы служить интересам общества;  
    Он должен также побуждать свое окружение  
    делать подобное.

6. Следует строить свое окружение  
для служения общественным интересам,  
А затем сделать его процветающим,  
так чтобы и само общество могло процветать.

*Йоганатха:*

7. Среди мудрых  
некоторые превозносят внутренний Мир [*шанти*],  
другие — силу [*шакти*].  
Что из перечисленного, о Мастер,  
является лучшим средством  
содействия благополучию общества?

*Бхагаван:*

8. *Шанти* служит очищению собственного ума человека,  
а *шакти* — прогрессу общества,  
Общество следует поднять с помощью *шакти*,  
и тогда установится *шанти*.

*Йоганатха:*

9. О великий Мудрец,  
какова на Земле  
Высочайшая цель для достижения  
человеческим обществом как целым?

*Бхагаван:*

10. Братство, основанное на чувстве равенства<sup>1</sup>,  
Есть высочайшая цель для достижения  
человеческим обществом как целым.

---

<sup>1</sup> «Равенство», по Шри Рамане, не означает отсутствия различий, но сознание неотъемлемого единства. Такое равенство — отличительный признак Мудреца. «Из равного отношения человека ко всем существам можно сделать вывод о его достижении *джняны*» (см. I : 16).

11. Посредством братства среди человечества  
возобладает высочайший Мир,  
И тогда вся эта планета  
будет процветать словно одна семья.
12. Этот разговор между Йоганатхой, аскетом,  
и милостивым Махарши  
Состоялся 15 августа 1917 года.

Такова десятая глава, именуемая  
«Относительно общества»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганapati.



## एा का दशोऽध्यायः॥

ओ उ लो दि व से रा त्रौ  
वि वि लो मु नि स न मं ॥  
गु रं ब्र ह्म वि दां श्रे ष्ठं  
नि त्य मा त्म नि सं स्थि तं ॥१॥

उ प ग म्प म हा भा गं  
सो हं कै त व मा न वं ॥  
र म णं स्तु त वा न स्मि  
दु र्कं भ ज्ञा न क्थ ये ॥ ॥२॥

त्व यै व प र मा नि ष्ठा  
त्व यै व वि श द्वा म तिः ॥  
अं भ सा मि ठ वा रा हि  
वि ज्ञा ना नां त्व मा स्प दं ॥ ॥३॥

त्वं तु स प द्शे व षे  
वा ल्प ए व म हा य शः ॥  
कृ ष्ण वा न सि वि ज्ञा नं  
यो गि ना म पि दु र्कं भं ॥ ॥४॥

स र्वे दृ श्या इ मे भा वा  
य स्य च्छा या म या स्त व ॥

तस्य ते भगवन्निष्ठां  
 कौन्तुवर्णयितुं क्षमः ॥ ॥५॥  
 मज्जतां प्योरसं सारे  
 ष्यापृतानामिनस्ततः ॥  
 दुःखं महत्तिर्षूणां  
 त्वमेकापरमागतिः ॥ ॥६॥  
 पश्यामिदेवदत्तेन  
 शानेन त्वां मुहुर्मुहुः ॥  
 ब्रह्मण्यानां वरं ब्रह्मं  
 त्सु ब्रह्मण्यं न राकृतिं ॥ ॥७॥  
 न त्वं स्वामिगिरौ नाथ  
 न त्वं क्षजिकपर्वते ॥  
 न त्वं वैकटशीलाग्रे  
 शोणाद्रावसिवस्तुतः ॥ ॥८॥  
 भूमविद्यां पुरानाथ  
 नारदाय महर्षये ॥  
 भवांच्युशूषमाणाय  
 रहस्यामुपदिष्टवान् ॥ ॥९॥  
 सनत्कुमारं ब्रह्मर्षिं  
 त्यामाहुर्वेदवेदिनः ॥



आ ग मा नां तु वे त्ता र  
 स्तु ब्रह्म ण्यं तु रषे भं ॥ १०॥  
 के व लं ना म भे दो यं  
 व्य क्ति भे दो न वि द्य ते ॥  
 स न त्कु मा र स्स्वं द श्च  
 प र्ण यो त व त त्त्व तः ॥ ११॥  
 पु रा कु मा रि लो ना म  
 भू त्वा ब्रा ह्म ण स त्त मः ॥  
 ध र्म वे दो दि तं ना थ  
 त्वं सं स्था पि त वान सि ॥ १२॥  
 जै नै र्यो कु क्ति ने ध र्मे  
 भ ग व न्द्र वि डे षु च ॥  
 भू त्वा त्वं ज्ञा न सं बंध्यौ  
 भं क्तिं स्था पि त वान सि ॥ १३॥  
 अ धु ना त्वं म हा भा ग  
 ब्र ह्म ज्ञा न स्य गु ण ये ॥  
 शा स्त्र ज्ञा ने न सं तृ प्ते  
 नि रू ढ्य स्या ग तो ध रं ॥ १४॥  
 सं दे हा ब्र ह्मो मा थ  
 शि ष्या णां वा रि ता स्त्व या ॥

इमं च मम संदेहं  
 निवारयितुं महेशि ॥ ११५ ॥  
 ज्ञानस्य चापि सिद्धीनां  
 विरोधः किं परस्परं ॥  
 उताहो कोपि संबन्धो  
 वर्तते मुनिकुंजर ॥ ११६ ॥  
 मयैवं भगवान्पृष्टो  
 रमणो नुतिपूर्वकं ॥  
 गभीरमादशावीक्ष्य  
 मामिदं वाक्यमब्रवीत् ॥ ११७ ॥  
 सहजां स्थितिमा रूढ  
 स्वभावेन दिने दिने ॥  
 तपश्चरति दुर्धर्ष  
 नाकस्य सहजस्थेनो ॥ ११८ ॥  
 तपस्तदेव दुर्धर्ष  
 यानिष्ठा सहजात्मनि ॥  
 तेन जित्येन तपसा  
 भवेत्पाकः क्षणे क्षणे ॥ ११९ ॥  
 परिपाकेन कारे ह्यस्यु  
 सिद्धयस्ना तपस्यतः ॥

प्रा र ॐं यदि ताभिस्त्या  
 द्विहारे इनिनोपिच ॥ २०॥  
 यथा प्रपंचग्रहणे  
 स्वरूपाज्ञेतरमृनेः ॥  
 स्विद्यः क्रियमाणः श्व  
 स्वरूपाज्ञेतरन्तथा ॥ २१॥  
 भवेन्नयस्य प्रा र ॐं  
 शक्तिपूर्णेप्ययं मुनिः ॥  
 अतरंगइवांभोधि  
 न किंचिदपिचैष्टते ॥ २२॥  
 नान्यं मृगयते मार्गं  
 निसर्गादात्मनिस्थितः ॥  
 सर्वस्वामपिशक्तीनां  
 समष्टिस्वात्मनिस्थितिः ॥ २३ ॥  
 अप्रयत्नेनतु तप  
 स्सहजास्थितिरुच्यते ॥  
 सहजायांस्थितौपाका  
 च्छक्तीनामुद्रवोमतः ॥ २४॥  
 परीवृत्तोपि बहुभि  
 नित्यमात्मनिस्थितः ॥

द्यौरं त पश्य रये व  
 न तस्यै कां त का मि ता ॥ ॥२५॥  
 ज्ञानं शक्ते र पे तं यो  
 म न्य ते मे व वे द सः ॥  
 स र्व शक्ते भि तः पू र्णं  
 स्व स्व रू पे हि षो प वा न् ॥ ॥२६॥

इ ति श्री र म ण गी ता तु ब्र ह्म वि द्या  
 पां यो ग शा स्त्रे र म णां ते जा सि  
 नो जा सि ष ष्य ज न व ते रु प  
 नि बं धे ण का द शो २  
 च या यः ॥ १७५ ॥



Г л а в а  X I  
**О совместимости Знания  
и сверхобычных сил<sup>1</sup>**

- 1 — 2. Вечером 16 августа, когда он был один,  
я приблизился к Гуру, великому Мудрецу,  
Наиболее замечательному из Просветленных,  
всегда пребывающему в А т м а н е,  
Прославленному Рамане,  
сейчас имеющему человеческую форму,  
И пропел ему хвалы как осчастливленному Знанием,  
столь трудным для обретения:
3. «Только в Вас обнаруживается  
высочайшее пребывание в А т м а н е  
и чистейший интеллект.  
Вы — хранилище всего знания,  
так же как океан — всех вод.
4. О широко известный с самого детства,  
В свои шестнадцать лет  
Вы получили переживание А т м а н а ,  
недоступное даже йогинам.
5. Кто может описать, о Мастер,  
Ваше состояние Бытия,  
В котором все эти видимые объекты  
предстают простыми тенями?

---

<sup>1</sup> В санскритском оригинале: «О совместимости *джняны* и *сиддхи*». *Сиддхи* (санскр.) — сверхобычные силы.



12. Когда-то раньше, рожденный как Кумарила,  
наилучший из брахманов,  
Вы восстановили *дхарму*, изложенную в *Ведах*.
13. О Бхагаван, когда возникла путаница в *дхарме*,  
Вы родились на земле тамиллов как Тирунянасамбандар<sup>3</sup>  
и восстановили Путь Преданности.
14. Сейчас Вы снова вернулись на землю,  
о великолепный Единый,  
Охранять Знание *Брахмана*, заслоняемое теми,  
кто довольствовался просто изучением Писаний.
15. Мастер, Вы рассеяли множество сомнений своих  
учеников.  
Будьте добры, рассейте и это мое сомнение.
16. О повелитель мудрецов,  
Знание [*джняна*] и сверхобычные силы  
взаимно исключают друг друга?  
Или все-таки есть какая-то связь между ними?»
17. После всех моих восхвалений и вопроса  
Бхагаван Рамана пристально посмотрел на меня и сказал:
18. «Пребывающий в естественном состоянии [*сахаджа*  
*стхити*]  
сам по себе выполняет нерушимый *танас*  
день за днём.  
В *сахаджа стхити* нет лени.

---

<sup>3</sup> В санскритском оригинале — Джнянасамбандха. Здесь приведено имя, используемое отечественной традицией востоковедения.

19. Естественное, без усилий, пребывание в А т м а н е  
только и есть нерушимый *танас*.  
При таком непрестанном *танасе*  
каждое мгновение приходит новая зрелость.
20. При такой зрелости искателя  
сверхобычные силы [*сиддхи*]  
могут со временем прийти к нему.  
Если так суждено *прарабдхой*<sup>4</sup>,  
то даже Мудрец [*джняни*]  
может играть этими силами.
21. Точно так же как Мудрецу  
мир видится только А т м а н о м ,  
Так даже и игру с *сиддхами* он рассматривает  
не отличающейся от А т м а н а .
22. Если использование *сиддх* не предрешено судьбой,  
Мудрец, хотя и полный сверхобычных сил,  
всегда спокоен, как океан без волн.
23. Пребывая в своем собственном естественном состоянии,  
он не ищет другие пути.  
Пребывание в А т м а н е — это общая сумма всех сил.
24. *Танас* без усилий именуется естественным [*сахаджа*]  
состоянием.  
Считается, что сверхобычные силы в этом состоянии  
возникают благодаря зрелости.

---

<sup>4</sup> Та часть общей *кармы*, накопленной человеком, которую ему суждено пережить в нынешней жизни.



25. Многие могут окружать его, но человек,  
        твёрдо установленный в А т м а н е ,  
Совершает *тапас*, внушающий благоговейный трепет.  
Он не нуждается в уединении.
26. Невежды те, кто думает, что Знание лишено силы.  
Ибо Мудрец пребывает  
        в своем подлинном состоянии Бытия,  
        которое само есть полнота сил  
        и всеобщее совершенство».

Такова одиннадцатая глава, именуемая  
«О совместимости Знания и сверхобычных сил»,  
        в *Шри Рамана Гите*,  
        науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



## द्वादशोऽध्यायः॥

ए को न विं शो दि व से

भार वृ जो महा म नाः ॥

क पा ली कृ ति षु ज्या या

न पृ ष्ठ द्र म णं गु रं ॥

॥३॥

क पा ल्यु बा च ॥

वि ष यो वि ष यो वृ त्ति

रि ती दं भ ग वं स्त्रि कं ॥

ज्ञा नि नां पा म रा णां च

लो क या त्ना सु दृ श्य ते ॥

॥२॥

अ थ के न वि शो षे ण

ज्ञा ती पा म र तो षि कः ॥

इ मं मे ना थ सं दे हं

नि व र्त्त यि तु म हे सि ॥

॥३॥

भ ग वा नु वा च ॥

अ भि ज्ञो वि ष यो य स्य

स्व रू पा न्म नु ज र्ष भ ॥

व्या पा र वि ष यो भा त

स्त स्या भि ज्ञो स्व रू प तः ॥ ४ ॥

विभिन्नो विषयीयस्य  
 स्वरूपादभिमानिनः॥  
 व्यापारविषयीभात  
 स्तस्य भिन्नो स्वरूपतः॥ ॥५॥  
 भेदाभासैर्विजानाति  
 ज्ञान्यभेदं तु तात्त्विकं॥  
 भेदाभासवशां गत्वा  
 पामरस्तु विभेद्यते॥ ॥६॥

कपाल्युवाच॥

नाथ यस्मिन्निमैभेदा  
 भासंते त्रिपुटीमयाः॥  
 शक्तिसद्वा स्वरूपंत  
 तु ता ही शक्तिवर्जितं॥ ॥७॥

भगवानुवाच॥

वत्स यस्मिन्निमैभेदा  
 भासंते त्रिपुटीमयाः॥  
 सर्वशर्मे स्वरूपंत  
 दाहुर्वेदांतयेदिनः॥ ॥८॥

कपाल्युवाच॥

ईश्वरस्य तु या शक्ति

गीं ता वै दां त वै दिभिः ॥  
 अस्ति वाचकं नंतस्या  
 मा होस्ति नाथनास्तिवा ॥ १९ ॥  
भगवानुवाच ॥  
 शक्तैस्संचरुनादेव  
 कौठानां ता त सं भवः ॥  
 चरुन स्याश्रयो वस्तु  
 नसंचरु निकर्हि चित् ॥ १० ॥  
 अचलस्य तु यच्छक्ते  
 श्रुतं लौककारणं ॥  
 तामैवाचक्षते माया  
 मनिर्वाच्यां विपश्चितः ॥ ११ ॥  
 चंचकत्वं विषयिणो  
 यथार्थमिव भासते ॥  
 चरुनं मन र श्रेष्ठ  
 स्वरूपस्य तु वस्तुतः ॥ १३ ॥  
 ईश्वरस्य च शक्तेश्च  
 भेदो दृष्टिमिति ततः ॥  
 मिथुनं त्विदं मेकं स्या  
 दृष्टि श्येदुपसंहता ॥ १३ ॥

क पा ल्यु वा च ॥

व्यापार ईश्वरस्यायं  
 दृश्यं ज्ञानं उकोटिकृत् ॥  
 नित्यः किमथवा नित्यो  
 भगवान्वक्तुमर्हति ॥ १४४ ॥  
भगवानुवाच ॥

निजया परया शक्त्या  
 चक्रे चक्रे परः ॥  
 कैवल्यं मुनि संवेद्यं  
 रहस्यमिदमुत्तमं ॥ १५५ ॥  
 चक्रे त्वमेव व्यापारो  
 व्यापार इति कथ्यते ॥  
 शक्त्या सर्वमिदं दृश्यं  
 ससर्ज परमः पुमान् ॥ १५६ ॥  
 व्यापारस्तु प्रवृत्तिश्च  
 निवृत्तिरेति च द्विधा ॥  
 निवृत्तिस्था यत्र सर्वं  
 मात्मैवाभूदिति श्रुतिः ॥ १७० ॥  
 नानात्वं कृतं कारकस्थं  
 गम्यते सर्वमित्यतः ॥

अ भूदि ति पदेनात्र  
 व्यापारः कोपि गम्यते ॥ १७८ ॥  
 आत्मैवेति विनिर्देशा  
 द्विशेषाणां समंततः ॥  
 आत्मन्येवोपसंहार  
 स्तज्जातानां प्रकीर्तितः ॥ १७९ ॥  
 विना शक्तिं न रश्रेष्ठ  
 स्वरूपं न प्रतीयते ॥  
 व्यापार आश्रयश्चेति  
 द्विनामा शक्तिरुच्यते ॥ १८० ॥  
 व्यापारो विश्वसर्गादि  
 कार्यमुक्तं मनीषिभिः ॥  
 आश्रयो द्विपदां श्रेष्ठ  
 स्वरूपान्नातिरिच्यते ॥ १८१ ॥  
 स्वरूपमन्यसापेक्षं  
 नैव स वात्मकत्वतः ॥  
 शक्तिं वृत्तिं स्वरूपं च  
 यदायं वेद वेदसः ॥ १८२ ॥  
 वृत्ते रभावे तु सतो  
 नाना भावो न सिध्यति ॥


सत्ता शक्त्यतिरिक्ताचे  
 दृष्टे नैव समुद्रवः ॥ ॥२३॥  
 यदि कार्केन भविता  
 जागतः प्रकृत्यो महान् ॥  
 अभेदेन स्वरूपैऽयं  
 व्यापारो कीनवद्भवेत् ॥॥२४॥  
 सर्वोपिव्यवहारीयं  
 न भवेच्छक्तिमंतरा ॥  
 न सृष्टिर्नापि विज्ञानं  
 यदेतन्निपुटीमयं ॥ ॥२५॥  
 स्वरूपमाश्रयत्वेन  
 व्यापारस्सर्गकर्मणा ॥  
 नामभ्यामुच्यते द्वाभ्यां  
 शक्तिरेकापरात्परा ॥ ॥२६॥  
 लक्षणंच कर्मोपैषां  
 शक्तेस्तेषां तदाश्रयः ॥  
 यत्किंचित्परमं वस्तु  
 वक्तव्यं स्यान्नरुषभ ॥ ॥२७॥  
 नदेकं परमं वस्तु  
 शक्तिमेके प्रचक्षते ॥

स्वरूपं कैपि विद्वान् सो  
 ब्रह्मान्ये पुरुषं परे ॥ २८ ॥  
 वत्स सत्यं द्विधा गम्यं  
 लक्षणैश्च वस्तुतः ॥  
 लक्षणैश्चैते सत्यं  
 वस्तुतस्त्वनुभूयते ॥ २९ ॥  
 तस्मात्स्वरूपविज्ञानं  
 व्यापारेण च वस्तुतः ॥  
 नाटस्थेन च साक्षाच्च  
 द्विविधं संप्रचक्षते ॥ ३० ॥  
 स्वरूपमाश्रयं प्राहुः  
 व्यापारं तात लक्षणं ॥  
 वृत्त्या विश्रयतन्मूलं  
 माश्रये प्रति तिष्ठति ॥ ३१ ॥  
 स्वरूपं लक्षणौ चैतं  
 लक्षणंच स्वरूपवत् ॥  
 नादात्म्येनैव संबन्ध  
 स्त्वनयोस्संप्रकीर्तितः ॥ ३२ ॥  
 नाटस्थलक्षणैर्नैवं  
 व्यापारारणेन मारिष ॥



य तो लक्ष्यं स्वरूपं स्या  
 न्नित्यं व्यापारवत्ततः ॥ ३३ ॥  
 व्यापारो वस्तुनो नान्यो  
 यदि पश्यति तत्त्वतः ॥  
 इदं तु भैदविज्ञानं  
 सर्वकाल्यनिक्रमं ॥ ३४ ॥  
 शक्त्युक्ता साहचर्यासौ  
 सृष्टिस्स्यादीशकल्पना ।  
 कल्पने यमतीतार्थे  
 स्वरूपमवशिष्यते ॥ ३५ ॥

इति श्रीरमणगीतासु ब्रह्मविद्या  
 यां योगशास्त्रे रमणांतज्ञसि  
 नोवा सिष्ठस्य गणपतेरुपनि  
 बंधे द्वादशोऽध्यायः ॥ ११० ॥





6. Даже в этом мнимом различии  
Мудрец воспринимает неотъемлемое единство.  
Невежественный человек,  
захваченный мнимым различием,  
считает себя отдельным.

*Капали:*

7. О Мастер, то Бытие,  
в котором появляются эти различия в триаде,  
Наделено Силой [*шакти*] или лишено *шакти*?

*Бхагаван:*

8. Дитя, то Бытие,  
в котором эти различия в триаде появляются,  
Знающие Веданту именуют всеильным.

*Капали:*

9. Та Божественная Сила,  
о которой говорят ведантисты,  
Динамична или статична?

*Бхагаван:*

10. Дитя, лишь только благодаря движению *шакти*  
миры возникают,  
Но Реальность как основание этого движения  
всегда неподвижна.

11. То движение *шакти*,  
что основано на неподвижном — Реальности —  
и является причиной этого мира,  
Знатоки Писаний именуют  
не поддающейся объяснению иллюзией [*майя*].

12. Это движение кажется реальным  
 только незнающему, субъекту<sup>1</sup>.  
 На самом деле в Бытии нет движения,  
 о лучший из людей.
13. Кажущееся различие между Богом [*Ишвара*<sup>2</sup>]  
 и его Силой [*шакти*]  
 возникает из-за дуалистичности взгляда.  
 Если ум погружен в свой Источник,  
 эти двое становятся Одним.

*Капали:*

14. Бхагаван, эта активность *Ишвары*,  
 причина этой грандиозной вселенной,  
 является вечной или нет?  
 Пожалуйста, просвети меня.

*Бхагаван:*

15. Хотя Всевышний движется  
 благодаря Его собственной Высочайшей Силе,  
 Он, на самом деле, недвижим.  
 Только Мудрец может постичь  
 эту глубокую тайну.

---

<sup>1</sup> Который совершает первую ошибку, считая себя отдельным от А т м а н а (см. выше стих XII : 6).

<sup>2</sup> «Ишвара, личный Бог, верховный творец вселенной, действительно существует. Но это справедливо только с относительной точки зрения тех, кто не постиг Истину, кто верит в реальность индивидуальных душ. С абсолютной точки зрения Мудрец не признаёт никакого другого Бытия, кроме безличного А т м а н а , единого и бесформенного». См.: Будь тем, кто ты есть! СПб, 1994, с. 274. В этой главе Махарши отвечает, учитывая дуалистический взгляд Капали. Его абсолютная точка зрения звучит в последнем стихе главы.

16. Движение само по себе есть активность,  
и её называют *шакти*.  
Верховная Личность посредством Своей *шакти*  
сотворила всё, что мы видим.
17. Активность бывает двух видов:  
развертывание [*правритти*] и спад [*нивритти*].  
Ведический текст<sup>3</sup>:  
«Всё это стало А т м а н о м самим»  
говорит о *нивритти*.
18. Поэтому санскритское слово «сарвам» («всё это»)  
относится к множеству,  
наблюдаемому при дуалистическом взгляде,  
А слово «абхоот» («стало»)  
подразумевает некоторую активность.
19. Специфическое выражение «А т м а н о м самим»  
подразумевает,  
что множество разнообразных вещей,  
порожденных Им,  
В конце концов будет возвращено в А т м а н .
20. О лучший из людей,  
Бытие нельзя осознать без *шакти*<sup>4</sup>.  
*Шакти* имеет две стороны:  
активность [*вьяпара*] и основание [*аирайя*].

---

<sup>3</sup> Yatra sarvam Atmaiva abhoot.

<sup>4</sup> Само-исследование толкает ум внутрь, и человек сознаёт сияние А т м а н а как «Я — Я» в Сердце. В этом смысле и необходимо движение, погружение вовнутрь. Постоянное сознание Бытия, или Само-реализация, есть пребывание в Сердце без усилий.

21. Знатоки Писаний говорят,  
 что работа по созданию, поддержанию  
 и растворению вселенной  
 суть активность [*вьяпара*].  
 О лучший из людей,  
 основание [*аирайя*] есть не что иное, как Бытие.
22. Поскольку Бытие само по себе есть всё,  
 Оно ни от чего не зависит.  
 Кто понимает *шакти*  
 и как активность, и как основание,  
 только тот и знает.
23. При отсутствии движений ума<sup>5</sup>  
 в Бытии нет различий.  
 Когда Бытие подавляет или успокаивает *шакти*,  
 движения ума не возникают.
24. Если, со временем,  
 наступит великое растворение вселенной,  
 То эта активность поглотится Бытием  
 без каких-либо различий.
25. Без *шакти* невозможны  
 никакие проявления этой активности,  
 Ни творение, ни познание,  
 включающие триаду: субъект, объект и познание.
26. Единая трансцендентная *шакти*,  
 причина всех причин,  
 известна под двумя именами.

---

<sup>5</sup> *Вритти*.

Как основание её называют «Бытие»,  
и как работу творения её именуют «активность».

27. О достойнейший из людей,  
тем, кто считает отличительным знаком *шакти*  
только движение,  
Надо указать, что существует как её основание  
некоторая высочайшая Реальность.

28. Ту единую высочайшую Реальность  
одни называют *шакти*,  
другие — Бытие,  
третьи — *Брахман*,  
А еще некоторые — Личность.

29. Есть два средства, о дитя,  
которыми постигается Истина.  
Она определяется своими характерными атрибутами  
или непосредственно переживается как Реальность.

30. Таким образом, знание Бытия  
можно получить двумя способами —  
посредством Его активности  
или переживанием Его как такового;  
То есть косвенно, через Его атрибуты,  
или непосредственно, будучи единым с Ним.

31. Говорят, что Бытие является Основанием, дитя мое,  
а активность — Его атрибутом.  
Постижением источника активности  
с помощью активности  
человек твердо пребывает в Основании,  
то есть в Бытии.

32. Бытие сопровождается атрибутом,  
и атрибут — Бытием.  
Говорят, что связь между ними — тождество.
33. Так как Бытие постигается только по Его атрибуту,  
А именно — активности,  
то Оно вечно активно.
34. На самом деле активность —  
не что иное, как Бытие.  
Все представления о различии —  
лишь проекции ума.
35. Это творение, называемое игрой *шакти*, —  
только идея *Ишвары*.  
Если выйти за её пределы,  
то останется одно Бытие.

Такова двенадцатая глава, именуемая  
«О *шакти*»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.





## त्रयोदशोऽध्यायः॥

अत्रीणामन्वयज्यौरसना  
वसिष्ठानां कुलसनुजा ॥  
महादेवस्य जननी  
धीरस्य ब्रह्मवेदेनः ॥ ११ ॥  
प्रतिमानं पुरंध्रीणां  
कौकसेना व्रते स्थिता ॥  
विभाषा महतीं विद्यां  
ब्रह्मादिविबुधस्तुतां ॥ १२ ॥  
दक्षिणे विंध्यतश्वात्के  
स्तारिण्या आदिमाजुरुः ॥  
तपसा रवीमैदुयिता  
विशाकाक्षो यशस्वेनो ॥ १३ ॥  
प्रश्नकृमेन रमणा  
ह्वयं विश्वहितं मुनिं ॥  
अभ्यगच्छददुष्टां नी  
निक्षिप्तेन मुखे मर्मि ॥ १४ ॥  
आत्मस्थितानां नारीणां  
मस्ति यैत्प्रतिषं प्यकं ॥

गृह्णत्यागेन हंसीत्वं  
 किमु स्याच्छास्त्रसंमतं ॥ १५ ॥  
 जीवन्त्या पापमुक्ताया  
 देहया तो भवेद्यदि ॥  
 दहनं वा समाधिर्वा  
 कार्यं युक्तमनंतरं ॥ १६ ॥  
 प्रश्नद्वयमिदं श्रुत्वा  
 भगवानृषिसत्तमः ॥  
 अचोचन्निर्णयंतत्र  
 सर्वशास्त्रार्थतत्त्ववित ॥ १७ ॥  
 स्वरूपैकतमनानां  
 पक्कानां योषितामपि ॥  
 निवृत्तत्वात्त्रैष्यस्य  
 हंसीत्वं नैव दुष्यति ॥ १८ ॥  
 मुक्तत्वस्या विशिष्टत्वा  
 द्दोषस्य च वधूरपि ॥  
 जीवन्मुक्तान दाह्यास्या  
 तद्देही हि सृष्टकथः ॥ १९ ॥  
 ये दोषा देहदहने  
 पुंसो मुक्तस्य संस्मृताः ॥

मुक्ता वा स्संति ते सर्वे  
 देहदाहे च योषितः ॥ ॥२०॥  
 पाकविं शैद्वि गीतो भू  
 दयमर्थो मनीषिणा ॥  
 अपि कृत्यज्ञानवतीं  
 राम जैन महर्षिणा ॥ ॥१३॥

इति श्रीरामगोतीतस्तु ब्रह्मविद्या  
 यां योगशास्त्रे रामांते वासिनो  
 वासिष्ठस्य गणपतेरुपनिषं  
 जे त्रयोदशोऽध्यायः ॥३३॥



## Глава XIII

### Мужчина и женщина одинаково пригодны для отречения<sup>1</sup>

1—3. Лунный свет для своего рода, Атрейи,  
Невеста, вошедшая в дом Васиштхи,  
Мать невозмутимого Махадэвы, знатока *Вед*,  
Идеальная жена и человек, преданный службе миру  
И практике великой *Шри Видьи*<sup>2</sup>,  
восхваляемой мудрецами,  
Первый Гуру юга Виндьясы в *Тара Видье*,  
Мой друг в *tapase*, прославленная Вишалакши<sup>3</sup>,

4. Она передала через меня два вопроса  
Мудрецу Рамане, другу вселенной:

5. «Если женщины, постоянно пребывающие в *А т м а н е*,  
сталкиваются с препятствиями,  
То позволяют ли им Писания отречься от дома  
и стать странствующими аскетами?»

---

<sup>1</sup> В санскритском оригинале: «Мужчина и женщина одинаково пригодны для *санньясы*». *Санньяса* (санскр.) — отречение от мира, четвертая стадия жизни (см. гл. VIII).

<sup>2</sup> Одна из форм ритуального почитания, *пуджи*.

<sup>3</sup> Имя жены Ганapati Муни.

6. Если женщина,  
получившая Освобождение еще при жизни,  
оставляет тело,  
То что будет правильнее — кремировать или хоронить  
его?»
7. Бхагаван, великий Мудрец, постигший смысл  
всех Писаний,  
Выслушал оба вопроса и дал свое решение:
8. «Поскольку Писания не запрещают это,  
нет ничего ошибочного,  
Если женщины,  
пребывающие в А т м а н е  
и полностью подготовленные,  
становятся странствующими аскетами.
9. Освобождение и Мудрость  
не различаются для мужчины и женщины,  
И поэтому тело женщины, освобожденной при жизни,  
не должно кремироваться.  
Разве оно не Храм?
10. Все несчастья,  
проистекающие из кремации тела мужчины,  
освобожденного еще при жизни,  
которые перечислены в Писаниях,  
Последуют даже тогда, когда кремировано тело  
женщины,  
освобожденной при жизни».

11. Мудрый Рамана Махарши осветил эти вопросы  
о женщине, достигшей Освобождения,  
21 августа 1917 года.

Такова тринадцатая глава, именуемая  
«Мужчина и женщина  
одинаково пригодны для отречения»  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганapati.



चतुर्दशोऽध्यायः॥

नि शया मेकविंशे हि  
भारद्वाजो विदां वरः ॥  
प्राज्ञाशिवकुलोपाधि  
वेदभो वदतां वरः ॥ १३॥  
जीवन्मुक्तिं समुद्दिश्य  
महर्षिपरिपृष्टवान् ॥  
अथ सर्वेषु शृण्वत्सु  
महर्षिर्वाक्यमब्रवीत् ॥ १३॥  
शास्त्री ये लोके केश्यापे  
प्रत्यये रविचालिता ॥  
स्वल्पै सुदृढानिष्ठा  
जीवन्मुक्तेरुदाहृता ॥ १३॥  
मुक्तिरेकावेर्ध्ववस्या  
प्रज्ञानस्याविशेषतः ॥  
शरीरस्थं मुक्तब्रह्मं  
जीवन्मुक्तं प्रचक्षते ॥ १४॥  
ब्रह्मलोकगतो मुक्त  
शुभ्रयते निगमेषु यः ॥

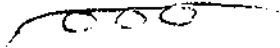
अ नु भू लो न भे दी स्ति  
 जी व न्मु क्तस्य तस्य च ॥ ५॥  
 प्रा णा स्स म व ली यं ते  
 य स्या नै व महात्मनः ॥  
 त स्या प्य नु भ वो वि दू षे  
 न्ने त यो रु भ यो रि व ॥ ६॥  
 सा म्या त्स्व रू प नि ष्ठा या  
 त्वं च हा ने श्च सा म्यतः ॥  
 मु क्ति रे क त्रि धै व स्या  
 द्भे द स्तु पर बु द्धि गः ॥ ७॥  
 मु क्तो भ व ति जी व न्यो  
 महात्मात्मनि संस्थितः ॥  
 प्रा णा स्स म व ली यं ते  
 तस्यै वा त्र न र र्ष भ ॥ ८॥  
 जी व न्मु क्तस्य का ले न  
 तप सः प रि वा क्तः ॥  
 स्पर्शा भो वो पि सि द्ध स्या  
 द्रू पे स त्य पि कु ऋ चित् ॥ ९॥  
 भू य श्च प रि वा के न  
 रू पा भो वो पि सि ष्ठा ति ॥



केव कं चिन्मयो भूत्वा  
 ससिद्धौ विहरिष्यति ॥ १०॥  
 शरीरसंश्रयं सिद्धौ  
 द्वैयमेतन्नरोत्तम ॥  
 अल्पेनापिच कालेन  
 देवतानुग्रहाद्भवेत् ॥ ११॥  
 भेदमेतं पुरस्कृत्य  
 तारतम्यं न संजदि ॥  
 देहव्या नशरीरो वा  
 मुक्त आत्मनि संस्थितः ॥ १३॥  
 नाडीद्वारार्चिराद्येन  
 मार्गैर्जोष्वर्कगतिनेरः ॥  
 तत्रोत्पन्नेन बोधेन  
 सद्यो मुक्तो भवेष्यति ॥ १५॥  
 उपासकस्य सुतरां  
 पक्वचित्तस्य योगिनः ॥  
 ईधरानुग्रहात्प्रोक्ता  
 नाडीद्वारोत्तमा गतिः ॥ १४॥  
 सर्वेषु कामचारोस्य  
 क्लोकेषु परिकीर्तितः ॥

इच्छ या नै क देहानां  
 ग्रहणं चोप्यनुग्रहः ॥ ११५ ॥  
 कै कासं के पि मुक्तानां  
 लो क मा हुर्मनीषिणः ॥  
 एके वदंति वैकुण्ठं  
 परैवादित्यमंडलं ॥ ११६ ॥  
 मुक्तकौकाश्च ते सर्वे  
 विद्वन्भूम्यादिकौकवत् ॥  
 चिठवैभवयाशक्त्या  
 स्वरूपैपरिकल्पिताः ॥ ११७ ॥

इति श्रीरमणगीतासुब्रह्मविद्यायां  
 योगशास्त्रेरमणांतैवासिनो  
 वासिष्ठसमगणपतेरुप  
 निबन्धेचतुर्दशोऽध्यायः ॥ २३ ॥



## Глава XIV

### Освобождение при жизни<sup>1</sup>

- 1 — 2. Вечером 21 августа 1917 года  
рассудительный Бхаратваджа Вайдарбха,  
урожденный Шивакула,  
Выдающийся знаток Писаний, многоопытный в речи,  
Спрашивал Махарши о состоянии освобождения при  
жизни [*дживанмукти*].  
Выслушав вопрос, Махарши ответил во всеуслышание.
3. «*Дживанмукти* означает твердое пребывание в Бытии,  
Не затронутое идеями Писаний или мирскими  
представлениями.
4. В трансцендентальном сознании<sup>2</sup> нет различий,  
поэтому Освобождение бывает только одного класса.  
Человек, освобожденный еще в теле, при жизни,  
называется *дживанмукта*.
5. Писания говорят нам о человеке,  
идушем в мир Брахмы<sup>3</sup> и получающем там  
Освобождение.  
Нет разницы между его переживанием и *дживанмукты*.

---

<sup>1</sup> В санскритском оригинале: *Дживанмукти*.

<sup>2</sup> *Праджняна*.

<sup>3</sup> Брахмалока.

6. Переживание *махатмы*,  
 чьи жизненные силы<sup>4</sup> сливаются с чистым Бытием  
 в момент смерти,  
 То же, что в двух вышеупомянутых случаях.
7. Пребывание в А т м а н е — одно и то же для всех,  
 разрушение уз — одно и то же для всех,  
 и есть только один класс Освобождения.  
 Различия между Освобожденными появляются  
 только в умах внешних наблюдателей.
8. О лучший из людей, жизненные силы *махатмы*,  
 пребывающего в А т м а н е  
 и получившего Освобождение  
 еще при жизни,  
 Тоже поглощаются в А т м а н е именно в этот момент —  
 Само-реализации.
9. В некоторых случаях, благодаря зрелости *тапаса*,  
 Освобожденный при жизни обретает силу  
 быть неосязаемым,  
 тогда как его форма сохраняется.
10. При дальнейшей зрелости можно даже стать невидимым.  
 Оставаясь только чистым Сознанием,  
 человек, наделенный такой силой<sup>5</sup>,  
 играет как ему нравится.

---

<sup>4</sup> *Праны.*

<sup>5</sup> *Сиддха.*

11. О лучший из людей, эти две сверхобычные  
способности тела [*сиддхи*]  
Могут прийти очень быстро благодаря Милости Бога.
12. Эти различия в *сиддхах* не означают  
какого-либо различия в Освобождении.  
Пребывающий в А т м а н е — освобожденный,  
в теле он или без.
13. Тот, кто поднимается к высшим мирам,  
выходит из тела через канал, именуемый *сушумна*,  
И потом, руководимый божеством по имени Архис<sup>6</sup>,  
становится там Просветленным и тотчас получает  
Освобождение.
14. Для йогина с совершенно зрелым умом,  
выполняющего Само-исследование  
или медитирующего на Боге,  
Этот подъем к высочайшей цели происходит  
Божественной Милостью.
15. Он может странствовать, по желанию, во всех мирах,  
создавать себе столько тел, сколько понравится,  
И даже даровать милость другим.
16. Некоторые мудрецы говорят,  
что мир освобожденных это — Кайласа,  
Другие — Вайкунтха, а третьи — Солнце.

---

<sup>6</sup> См. глоссарии.

17. О эрудит, все эти миры освобожденных  
точно такие же, как эта Земля и другие планеты.  
Они сотворены в А т м а н е удивительной Энергией,  
или силой *шакти*.

Такова четырнадцатая глава,  
именуемая «Освобождение при жизни»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганapati.



## पंचदशोऽध्यायः॥

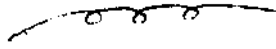
श्रवणं नाम किं नाथ  
मननं नाम किं मतं ॥  
किं वा मुनि कुश्रेष्ठ  
निदिध्यासनमुच्यते ॥ ११ ॥  
इत्येवं भगवा न्पृष्टौ  
मया ब्रह्मविदां वरः ॥  
द्वाविंशो दिवसे प्रातः  
रब्रवीच्छिष्यसंसदि ॥ १२ ॥  
वेदशीर्षस्थवाक्याना  
मर्थान्या<sup>ख्या</sup>नपूर्वकं ॥  
आचार्याच्छ्रवणं केचि  
च्छ्रवणं परिचक्षते ॥ १३ ॥  
अपरे श्रवणं प्राहुः  
राचार्या द्विदितात्मनः ॥  
गिरां भाषामयीनां च  
स्वरूपं व्योपयंतियाः ॥ १४ ॥  
श्रुत्वा वेदान्तवाक्यानि  
निजवाक्यानि वागुरोः ॥

जन्मैतरीषपुण्येन  
 ज्ञात्वा तौ भयमंतरा ॥ ५५ ॥  
 अहं प्रत्ययमूलं त्वं  
 शरीरादेर्विकक्षणः ॥  
 इतोदं श्रवणं चिन्ता  
 च्छ्रवणं वस्तुतौ भवेत् ॥ ५६ ॥  
 वदंति मननं केचि  
 च्छास्तार्थस्य विचारणं ॥  
 वस्तुतौ मननं ताव  
 स्वरूपस्य विचारणं ॥ ५७ ॥  
 विपर्ययेन रहितं  
 संशयेन च मानद ॥  
 के श्रिये ब्रह्मात्मविज्ञानं  
 निदिप्या सममुच्यते ॥ ५८ ॥  
 विपर्ययेन रहितं  
 संशयेन च यद्यपि ॥  
 शास्त्रीयमेक्यविज्ञानं  
 केवकं नानुभूतये ॥ ५९ ॥  
 संशयश्च विपर्ययो  
 निवार्येते उभावपि ॥



अमुभूत्यैव वासिष्ठ  
 नशास्त्रशतकैरपि ॥ १०॥  
 शास्त्रं श्रद्धावतो हन्या  
 त्संशयंच विपर्ययं ॥  
 श्रद्धायाः किंचिदूनत्वे  
 पुनरभ्युदयस्तयोः ॥ ११॥  
 मूर्खच्छेदस्तु वासिष्ठ  
 स्वरूपानुभवेतयोः ॥  
 स्वरूपे संस्थितिस्तस्मा  
 न्निदिच्यासनमुच्यते ॥ १२॥  
 बहिस्संचरतस्तात  
 स्वरूपे संस्थितिं विना ॥  
 अपरोक्षो भवेद्दोषो  
 नशास्त्रशतचर्चया ॥ १३॥  
 स्वरूपसंस्थितिस्त्याजे  
 सहजाकुंडिनर्षभ ॥  
 सामुक्तिस्तपराणिष्ठा  
 ससाक्षात्कार ईरितः ॥ १४॥

इति श्री रामाण गीता सु ब्रह्म  
 विद्या यां यो ग शा स्त्रे  
 रामां ते वासिनीवा  
 सि ष्टस्य गणपते  
 रुप निबं ध्ये  
 पंचदु शौ च यः ॥१५२॥



## Г л а в а X V

### *Шравана, манана, нидидхьясана*

1. О Мастер, превосходнейший из Мудрецов,  
Что такое *шравана*, *манана* и *нидидхьясана*?
2. Выслушав мой вопрос утром 22 августа 1917 года,  
Шри Бхагаван, лучший из знатоков *Брахмана*,  
сказал собравшимся ученикам.
3. «Некоторые говорят, что *шравана* —  
это слушание Наставника,  
Когда он разъясняет тексты *Вед*,  
давая смысл и толкование.
4. Другие говорят, что *шравана* — это слушание Учителя,  
знающего *А т м а н*,  
Когда он на своем родном языке и своими словами  
объясняет природу Бытия.
- 5 — 6. Если человек, прослушав ведантические тексты  
или собственные слова Гуру,  
Или благодаря заслугам, накопленным в прошлых  
жизнях,  
Внимает собственному Сердцу,  
провозглашающему себя корнем «я»-мысли,  
отличным от тела и ума,  
То это и есть *шравана* в действительности.

7. Манана, согласно некоторым, это исследование  
смысла Писаний.  
На самом деле это исследование Бытия, или А т м а н а .
8. Некоторые говорят, что интеллектуальная убежденность  
в идентичности *Брахмана* и А т м а н а ,  
Свободная от сомнения и неправильного понимания,  
есть *нидидхьясана*.
9. Знание этой тождественности,  
просто почерпнутое из Писаний,  
пусть даже свободное от сомнения  
и неправильного понимания,  
Само по себе не дарует переживания.
10. О Васиштха, сомнение и неправильное понимание  
Оба рассеиваются только переживанием,  
а не сотнями Писаний.
11. Писание рассеивает сомнение и неправильное  
понимание  
у того, кто имеет веру.  
Когда вера слабеет, они поднимаются снова.
12. О Васиштха, только переживанием Бытия  
они оба искореняются.  
Поэтому пребывание в Бытии и называют  
*нидидхьясана*.
13. О дитя, когда ум блуждает вовне,  
без твердого пребывания в Бытии,  
Даже изучение сотен Писаний не может дать  
прямого, непосредственного Знания.

14. Если твердое пребывание в Бытии  
становится естественным, не требует усилий,  
То это действительно — окончательная Свобода  
и высочайшее состояние,  
именуемое прямой Реализацией<sup>1</sup>».

Такова пятнадцатая глава, именуемая  
«*Шравана, манана и нидидхьясана*»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



---

<sup>1</sup> *Сакшаткара*.

## षोडशोऽध्यायः॥

अथ भक्तिं समुद्दिश्य  
पृष्टः पुरुष सत्तमः ॥  
अभाषत महा भागो  
भगवान्नमजो मुनिः ॥ १॥  
आत्मा प्रियस्स मस्तस्य  
प्रियं नैतरदात्मनः ॥  
अच्छिन्ना तैक धाराव  
त्प्रीतिर्भक्तिरुदाहृता ॥ २॥  
अभिन्नं स्वात्मतः प्रीत्या  
विजानातीश्वरं कविः ।  
जानन्नप्यपरो भिन्नं  
कीन आत्मनि तिष्ठति ॥ ३॥  
वहंती तैक धाराव  
द्या प्रीतिः परमेश्वरे ॥  
अनिच्छतीपिसा बुद्धिं  
स्वरूपं नयति प्लुवं ॥ ४॥  
परिच्छिन्नं यदात्मानं  
स्वल्पेहं चापि मन्यते ॥

अ॥१६॥

भक्तो विषयि रूपेण

तदा क्लेश निवृत्तये ॥ ॥५॥

व्यापकं परमं वस्तु

भजते देवताप्येका ॥

भजंश्च देवता बुद्ध्या

तदेवांते समश्नुते ॥ ॥६॥

देवताया नरश्रेष्ठ

नामरूपप्रकल्पनात् ॥

ताभ्यां तु नामरूपाभ्यां

नामरूपैर्विजेष्यति ॥ ॥७॥

भक्तो तु परिपूर्णया

महंश्रवणमैकदा ॥

ज्ञानाय परिपूर्णाय

तदा भक्तिः प्रकल्पते ॥ ॥८॥

प्याराव्यपेताया भक्ति

स्तात्रिच्छेन्नैतिकीर्त्वते ॥

भक्तिः परस्यास्ता हेतु

र्भवतीति विनिर्णयः ॥ ॥९॥

कामाय भक्तिं कुर्याणः

कामं प्राप्याप्यनिवृत्तः ॥

आ॥३६॥

शरर ररररररर रररररररररर  
 अरररररररररररररररररर ॥ १०॥

अरररररररररररररररररर  
 करररररररररररररररररर ॥

शरररररररररररररररररर  
 अरररररररररररररररररर ॥ ११॥

रररररररररररररररररर  
 करररररररररररररररररर ॥

रररररररररररररररररर  
 शरररररररररररररररररर ॥ १३॥

इरररररररररररररररररर  
 रररररररररररररररररर  
 अरररररररररररररररररर  
 अरररररररररररररररररर ॥ १६॥





- 5 — 6. Когда преданный, рассматривая себя  
как отдельную, ограниченную личность  
со слабым интеллектом  
И желая избавиться от страдания,  
Принимает высочайшую Реальность за некоторое Божество  
и почитает Его,  
Даже тогда он в конце концов достигает только ТО.
7. О лучший из людей,  
тот, кто приписывает имена и формы Божеству,  
Посредством тех же самых имен и форм  
превосходит все имена и формы.
8. Когда *бхакти* стала совершенной,  
достаточно один раз услышать о Реальности,  
Ибо тогда даруется совершенное Знание.
9. Когда любовь еще не течет непрерывно, словно струя,  
ее называют прерывистой *бхакти*.  
Но она, несомненно, становится средством достижения  
высочайшей преданности [*парабхакти*].
10. Человек, практикующий *бхакти*  
ради мирского желания,  
Не находит полного удовлетворения, исполнив его.  
Потом он снова почитает Бога,  
но уже ради вечного блаженства.
11. Преданность, даже сопровождаемая желанием,  
не иссякает с его исполнением.  
Вера в верховную Личность  
развивается и продолжается,  
всё возрастая и возрастая.

12. Увеличиваясь таким образом день ото дня,  
эта преданность со временем становится полной  
и совершенной.  
Посредством такой высочайшей преданности,  
точно так же как Знанием [джняна],  
человек пересекает океан рождения и смерти».

Такова шестнадцатая глава, именуемая  
«О бхакти»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



सप्तदशोऽध्यायः॥

पंचविंशो तु दिवसे  
वैदभो विदुषां वरः॥  
प्रश्नया वनतो भूत्वा  
मुनिभूयौ पिपृष्टवान् ॥ १॥

वैदभ उवाच॥  
क्रमेणायाति किं ज्ञानं  
किंचित्किंचिद्विने दिने ॥  
एकस्मिन्नेव काले किं  
पूर्णमाभाति भानुवत् ॥ २॥

भगवानुवाच॥  
क्रमेणायाति न ज्ञानं  
किंचित्किंचिद्विने दिने ॥  
अभ्यासपरिपाकेन  
भासते पूर्णमैकदा ॥ ३॥

वैदभ उवाच॥  
अभ्यासकाले भगव  
न्वृत्तिरंतर्बहिस्तथा ॥  
यात्यातं प्रकुर्वीणा

अ॥१७॥

या ते किं ज्ञानमुच्यते ॥ ॥४॥

भगवानुवाच ॥

अंतर्गतामतिर्विदुः  
बहिरायातिचेत्पुनः ॥

अभ्यासमेवतामाहुः  
ज्ञानं ह्यनुभवांश्च्युतः ॥ ॥५॥

वेदभेदकाच ॥

ज्ञानस्य मुनिशादूक  
भूमिकाः काश्चिदीरिताः ॥  
शास्त्रेषु विदुषां शैष्टैः  
कथं तासां समन्वयः ॥ ॥६॥

भगवानुवाच ॥

शास्त्रोक्ता भूमिकास्सर्वा  
भवंति परबुद्धिगाः ॥  
मुक्तिभेदाइव प्राइ  
ज्ञानमेकं प्रजानतां ॥ ॥७॥

चर्या देहं द्वियादोनां  
कीदृचारब्धानुसारिणीं  
कल्पयंति परे भूमी  
स्तारतम्यं न वस्तुतः ॥ ॥८॥

अ॥१७॥

वेद भे उवाच ॥

प्रज्ञानमेकदा सिद्धं

सर्वी ज्ञान निबर्हेणं ॥

तिरो धत्ते किमज्ञाना

संगादं कुरिता पुनः ॥ १९॥

भगवानुवाच ॥

अज्ञानस्य प्रतिद्वंद्वि

नपरा भूयते पुनः ॥

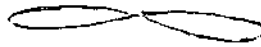
प्रज्ञानमेकदा सिद्धं

भरद्वाज कुलो ह्यहं ॥ १०॥

इति श्रीरमणगीतासुब्रह्मविद्यायां

योगशास्त्रे रमणात्मवासिनो

वासिष्ठस्य गणपतेरुवाचोऽथ

सप्तदशोऽध्यायः ॥१७॥

Г л а в а X V I I  
**О достижении джняны**

1. 25 августа 1917 года Вайдарбха,  
лучший среди просвещенных,  
Смирненно поклонился Мудрецу и спросил снова.

*Вайдарбха:*

2. *Джняна* приходит постепенно, понемногу,  
день за днем?  
Или она, словно солнце, сразу сияет  
во всей своей полноте?

*Бхагаван:*

3. *Джняна* не приходит постепенно, понемногу,  
день за днем.  
Она сразу сияет во всей своей полноте,  
когда практика созреет до совершенства.

*Вайдарбха:*

4. Бхагаван, в течение практики «я»-мысль иногда  
повернута вовнутрь, а в остальное время — вовне.  
Можно ли исчезновение «я»-мысли  
при ее обращении вовнутрь  
назвать *джняной*?

*Бхагаван:*

5. О эрудит, если ум, однажды вошедший внутрь,  
 снова уходит,  
 то это — лишь практика.  
 Ибо *джняна* — переживание,  
 которое не исчезает никогда.

*Вайдарбха:*

6. О лучший из Мудрецов,  
 великие авторы утверждают в Писаниях,  
 что есть несколько стадий *джняны*.  
 Как нужно согласовывать их?

*Бхагаван:*

7. О мудрый, все стадии *джняны*, упомянутые в Писаниях,  
 возникают точно так же,  
 как и различия в Освобождении,  
 лишь в умах «других», внешних наблюдателей.  
 Для тех, кто знает, *джняна* только одна.
8. Наблюдая движения тела и чувств Мудреца<sup>1</sup>,  
 которые происходят в соответствии с его *праабдхой*,  
 «другие» предполагают различие в стадиях.  
 На самом деле в *джняне* градаций нет.

*Вайдарбха:*

9. Когда Знание А т м а н а , уничтожитель всего неведения,  
 завоевано,  
 Не исчезнет ли оно за счет неведения,  
 вновь дающего ростки благодаря привязанности?

---

<sup>1</sup> *Джняни*.



*Бхагаван:*

10. Раз Самопознание, противоположность неведению,  
завоевано,  
Оно уже не побеждается никогда.

Такова семнадцатая глава, именуемая  
«О достижении джняны»,  
в *Шри Рамана Гите*,  
науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



## अष्टादशोऽध्यायः॥

वरपराशरगोत्रसमुद्भवं  
वस्तुमतीसुरसंप्रयशस्करं॥  
विमलसुंदरपंडितनंदनं  
कमलपत्रविशालविलोचनं॥ १॥  
अरुणशीलगताश्रमवासिनं  
परमहंसमनेजनमच्युतं॥  
करुणयादुष्यतेव्यवहारितां  
सततमात्मनि संस्थितमक्षरं॥ २॥  
अखिलसंशयकारणभाषणं  
अममद्विरवांकुशवीक्षणं॥  
अविरतंपरसौख्यधृतोद्यमं  
नेजतनूविषयेष्वलसारुसं॥ ३॥  
परिणताम्रफलपत्रविग्रहं  
चरुतरैर्द्रियनिग्रहसग्रहं॥  
अमृतचिह्नवह्निपरिग्रहं  
मितवचोरचितागमसंग्रहं॥ ४॥  
अमरुदीपतराममरोचिभि  
निजकरैरेवपंकजबांधवं॥

पदजुषांजह भाव मनेह सा  
 परिहरंत मनंत गुणा करं ॥ ॥५॥  
 मृदु तमं वचनेद शि शीतं  
 विकृति तं वदने सरसी रुहे ॥  
 मनसि शून्य मह श्श शिस क्रिभे-  
 हृदि रु संत मनंत इ वारुणं ॥ ॥६॥  
 अदय मा त्म तनी कठिनं व्रते  
 परुष चित्त म लं विप्रय व्रजे ॥  
 \* रुषि स रोष म काम मनोरथं  
 पृ न म दं व्य नचि ह्नु हरी व शान्तः  
 विगत मोह म लो भ म भावनी  
 शमित मत्सर मुत्सति नं सदा ।  
 भव म ह्यो द जि तार ण कर्म चि  
 प्रति फले न विने व स दो ह्य तं ॥ ॥८॥  
 माता म मे ति न ग रा ज सु तौरु पो ठं  
 ना गान नै भ ज ति या हि पि ता म मे ति ॥  
 अंकं हर स्य स म वा प्य शि र स्य ने न  
 संयुं बित स्य गि रि रं भ्र कृ तौ वि भ्र ति ॥ ॥९॥  
 वेदादि पा क द म नौ त्तर क च्छ पे र्शं  
 युं तै र्ध रा ध र सु बु स्य म रे श्व रै श्च ॥  
 रुषि म रोष म पे त मनोरथं ' इति पाठांतरम् ॥

सूक्ष्मा मृता युग मृतेन सह प्रणत्या  
 संपन्न शब्द पाटलस्य रहस्य मर्थ्य ॥ १०॥  
 दंडं विनेत्र यतिनंबन दंड पाणिं  
 दुःखाब्धितारक भारिंबततारकस्य ॥  
 त्यक्त्वा भवं भव महो सतनं भजंतं  
 हंसं तथापि गतमानससंग रामं ॥ ११॥  
 धोरत्वसंपदि सुवर्णगिरिरमूनं  
 वारं निर्यै रधिक मेव गभीरतायां ॥  
 क्षांतीं जयंत मयक्ता मखिलस्य धात्रीं ॥  
 दांतीं निदर्शनमशांति कथादविष्टं ॥ १२॥  
 मोक्षारविंद सुहृदा सदृशं प्रसादे  
 तुल्यं तथा महसितो मजबांधवेन ॥  
 ब्राह्म्यां स्थितो तु पितरं वटमूलवासं  
 संस्मरयंत मयकंत मनूदेतं मे ॥ १३॥  
 यस्याप्युजापि रमणी रमणीयभावा  
 गीर्वाणलोकपृतनाशुभवृत्तिस्तथा ॥  
 संशोभते शिरसि नापि मनोजगंध  
 स्तत्तादृशं गृहेण मय्यज्जिपं यतीनां ॥ १४॥  
 वंदारुलोकवरदं नरदंति लोपि  
 मंत्रेश्वरस्य महतो गुरुतां वहंतं ॥

मंदारवृक्षमिव सर्वजनस्य पाद  
च्छायां श्रितस्य परितापमपाहरंतं ॥ १५॥  
यस्तं त्रयार्तिकमनेकविचित्रयुक्ति  
संशोभितं निगमजीवनमाततान ॥  
भट्टस्य तस्य बुधसंहति संस्तुतस्य  
वेषांतरंतु निगमांतवचोविह्वल्यारि ॥ १६॥  
वेदशीर्षचयसारसंग्रहं  
पंचरत्नमरुणाद्यकस्ययः ॥  
गुप्तमस्यमपि सर्वतोमुखं  
सूत्रभूतमतनोदिमंगुरुं ॥ १७॥  
देववाचिसुतरामशिद्धितं  
काव्यगंधरहितचयव्यपि ॥  
ग्रंथकर्मणि तद्व्यापितं स्फुर  
द्राषितानुचरभावसंचयं ॥ १८॥  
कोकमातृकुचदुग्धपायिन  
शशंकरस्तवकृतीमहाकवेः ॥  
द्राविडद्विजशिशनोटद्विरो  
भूमिकांतरमपारमैधसं ॥ १९॥  
भूतलैत्रिहृततीयमुद्रवं  
क्रौंचभूमिधररंध्रकारेणः ॥

ब्रह्मनिष्ठितदशाप्रदर्शना  
 व्युक्तिवादिमिरस्यशोतये ॥२०॥  
 कुंभयोनिमुखमौनिपूजिते  
 द्वाविडेवचसिविश्रुतं कविं ॥  
 दृष्टवंतमजरंपरंमहः  
 कैवळं चिषणयागुरुं विना ॥ २१॥  
 बालकेपेजडगोपकैपिवा  
 वानरेपिशुनिवाखलैपिवा ॥  
 पंडितैपेपदसंश्रितैपेवा  
 पक्षपातरहितंसमेक्षणं ॥२२॥  
 शक्तिमंतमपिशान्तिसंयुतं  
 भक्तिमंतमपिभैदवर्जितं ॥  
 गीतरागमपिलोकवत्सलं  
 देवतांशमपिनमयैष्टितं ॥ २३॥  
 राजयामिपितुरंतिकंममा  
 न्वेषणंतुनविधीयतामिते ॥  
 संविकिख्यगृहतोविनिर्गतं  
 शौणशीलचरणंममागतं ॥ २४॥  
 ईदृशंगुणगणैरभिरामं  
 प्रश्रयेणरमणंभगवंतं ॥

सिद्धलोकमहिमानमपरं  
 पृष्टवानमृतनाथयतींद्रः॥२५॥  
 आहृतं स भगवानगवाशी  
 सिद्धलोकमहिमातुदुर्लभः॥  
 तेशिवेन सदृशाशिवरूपा  
 रशक्नुवंति च वराण्यपि दातुं॥२६॥

इति श्रीरमणगीता तु ब्रह्मविद्या  
 र्मा योगशास्त्रे रमणीतैवासिने  
 वासिष्ठस्य गणपतेरुपनिबन्धे  
अष्टादशोऽध्यायः॥३०॥

इति  
श्रीरमणगीताः॥  
 समाप्ताः॥  
 ॐ तसत् -



Г л а в а X V I I I  
О славе Просветленных<sup>1</sup>

1. Бхагаван Рамана,  
    рожденный в великой линии Парашары<sup>2</sup>,  
    сын незапятнанного Сундара Айяра,  
    блестящий носитель славы брахманов.  
Его глаза прекрасны,  
    широки, как лепестки лотоса.
  
2. Стойкий и безупречный *Парамахамса*<sup>3</sup>,  
    он обитает в ашраме на Аруначале,  
    проявляя активность из сострадания,  
Тогда как сам неизменно пребывает  
    в неразрушимом А т м а н е .
  
3. Его слова рассеивают все сомнения.  
Его взгляд сдерживает обманутый ум,  
    как острая *анкуша* — бешеного слона.  
Он, не переставая, стремится к благу других  
    и полностью безразличен к нуждам своего тела.

---

<sup>1</sup> В санскритском оригинале: «О славе *сиддхов*». *Сиддха* (санскр.) — человек, достигший Просветления, Освобождения. См. глоссарий.

<sup>2</sup> Парашара — один из великих ведических мудрецов. Шри Рамана, родившийся с интуитивным сознанием Аруначалы, должен, по мнению автора поэмы, принадлежать к его линии.

<sup>3</sup> Мудрец; см. глоссарий.



4. Его тело пылает, словно зрелый плод манго.  
Абсолютный хозяин переменчивых чувств,  
он женат на бессмертной Валли,  
чистом Сознании.  
В нескольких словах  
он выражает сущность всех Писаний.
5. Своим чистым лучезарным сиянием  
он,  
в подходящее время,  
рассеивает, словно солнце,  
пасмурность своих преданных.  
Махарши — неисто щимый рудник  
благоприятных качеств.
6. В речи он чрезвычайно мягок,  
во взгляде — спокоен и сострадате лен.  
Его сияющее лицо напоминает цветущий лотос.  
Его ум — пустота,  
подобная луне при дневном свете.  
Он сияет в Сердце, как солнце в небе.
7. Безжалостный к своему телу,  
требовательный в соблюдении дисциплины,  
питающий полное отвращение к удовольствиям чувств,  
Он — Мудрец, без гнева или желан ия,  
пьющий Радость чистого Сознания.
8. Свободный от обмана чувств, жадности,  
не отвлекаемый мыслями, лишенный зависти,  
он всегда в Блаженстве.  
Он ревностно помогает другим  
пересечь океан рождения и смерти,  
не ожидая вознаграждения.

9. Когда Ганапати<sup>4</sup> сел на колени Парвати,  
говоря: «Мать — моя»,  
Субраманья забрался на колени Шивы,  
воскликая: «Не беда: отец — мой!»,  
и Шива поцеловал его в голову.  
Рамана — славное проявление этого Субраманьи,  
пробившего своим копьём гору Краунчу.

10. Он — мистический смысл *мантры*:  
«ОМ вачадбхуве намах»,  
«Приветствие огню *Брахмана*,  
откуда появляется этот мир».

11. Аскет без посоха,  
но он носит посох<sup>5</sup>.  
Он — *тарака*,  
переправляющий через море страдания,  
но он и враг Тараки<sup>6</sup>.  
Он отрекся от *бхавы*, мира,  
но он и постоянный почитатель *бхавы*, Шивы<sup>7</sup>.  
Он — *хамса*  
(и птица, живущая в Гималаях, и Мудрец,  
*парамахамса*),  
но без привязанности к *манасу*  
(и озеро в Гималаях, и ум)<sup>8</sup>.

---

<sup>4</sup> Ганапати и Субраманья — сыновья Шивы и его жены, Парвати.

<sup>5</sup> Как воплощение Субраманьи, главнокомандующего божественными силами.

<sup>6</sup> Здесь игра слов: «тарака» означает «кормчий», и это также имя демона, *асура*, убитого Субраманьей.

<sup>7</sup> Здесь тоже игра слов.

<sup>8</sup> Здесь двойная игра слов.

12. Не менее невозмутимый, чем Меру, Золотая Гора,  
 более бездонный, чем океан,  
 более терпеливый, чем Мать Земля,  
 Он — образец самоконтроля,  
 далекий даже от малейшего волнения.
13. В распространении Милости он подобен луне,  
 подруге синей лилии,  
 в сиянии — солнцу, другу лотоса.  
 Пребыванием в *Брахмане* он напоминает своего отца,  
 сидящего под деревом баньяна<sup>9</sup>.  
 Твердый, словно скала, — мой младший брат<sup>10</sup>.
14. Даже сейчас в тысячелепестковом лотосе его головы  
 сияет Дэвасена<sup>11</sup>, прекрасная взглядом и умом,  
 в форме благоприятных мыслей;  
 однако он свободен от малейшего следа желания.  
 Таким образом, хотя он и глава семьи, но царь аскетов.
15. Даритель благ преданным,  
 он — Гуру даже великого Ганапати, мастера *мантр*.  
 Подобно божественному дереву Кальпатару,  
 он смягчает страдания тех,  
 кто ищет тени у его стоп.
16. Он — перевоплощение Кумарилы Бхатты,  
 восхваляемого всеми просвещенными,  
 автора *Тантра Вартики*, бриллианта *Вед*,  
 сверкающего различными оригинальными идеями.

<sup>9</sup> Шиву как Дакшинамурти (см. глоссарий).

<sup>10</sup> Поэт отождествляет себя здесь с Ганапати, старшим сыном Шивы, рассматривая Шри Бхагавана воплощением Субраманьи, младшего сына (по возрасту поэт был чуть старше своего Гуру).

<sup>11</sup> Старшая жена Субраманьи, чистый ум.

Однако в этом рождении  
он разъясняет только учение Веданты.

17. Он — Наставник,  
сочинивший *Аруначала Панча Ратна*<sup>12</sup>,  
Квинтэссенцию *Упанишад*,  
афористичную по форме,  
но всеобъемлющую  
и наполненную скрытым смыслом<sup>13</sup>.

18. Совсем не обученный санскриту, языку богов,  
и не знакомый с поэзией,  
Он, тем не менее, автор произведений,  
где сонмы блестящих идей  
переданы с вдохновляющей выразительностью.

19. Кроме того, этот безграничный Гений —  
другое появление Мастера Поэзии,  
дваждырожденного тамильского дитя<sup>14</sup>,  
вскормленного Матерью вселенной,  
Который в радостных мелодиях пел хвалу Шиве.

20. Это третье появление на Земле Бога,  
пронзившего когда-то гору Краунчу.  
И сейчас он пришел рассеять темноту  
простой логикой живого примера  
пребывания в *Брахмане*.

<sup>12</sup> «Пять драгоценностей Аруначалы».

<sup>13</sup> См.: Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь, СПб., 1995, с. 345 — 348.

<sup>14</sup> Имеется в виду Тирунянасамбандар, один из трех выдающихся тамильских святых-шиваитов. В 16 лет он оставил тело и неизгладимый след в религиозной поэзии шиваитов.

21. Он — блестящий поэт, пишущий на тамили,  
языке, обожаемом Агастьей и другими мудрецами.  
Он увидел вечный высочайший Свет  
своим тонким интеллектом  
без помощи Гуру.
22. В мальчике, в тупом скотнике,  
в обезьяне или в собаке,  
в мошеннике, в просвещенном или в преданном,  
Он везде,  
без малейшего пристрастия,  
видит одинаковое Бытие.
23. Полный Силы, но исполненный Мира;  
Полный преданности,  
но свободный от чувства различия;  
Свободный от привязанностей,  
однако любящий всё человечество;  
Проявленный Бог,  
однако смиренный в поведении.
24. Оставив записку:  
«Это<sup>15</sup> уходит к Присутствию Отца,  
не ищите меня»,  
Он покинул дом  
и прибыл к подножию Аруначалы.

---

<sup>15</sup> После Просветления «Я» уже не отождествляется с телом.

См.: Шри Рамана Махарши: Весть Истины и Прямой Путь к Себе, Л., 1991, с. 152; Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь, СПб, 1995, с. 48.

25. Бхагавана Раману,  
 счастливо наделенного избытком  
 благоприятных качеств,  
 Амританадха, лучший из отрекшихся,  
 смиренно спросил  
 о безграничной славе Просветленных [*сиддхи*].

26. Бхагаван, обитатель Святой Горы,  
 ответил ему:  
 «Слава *сиддхов* — выше воображения.  
 Они равны Шиве.  
 В действительности,  
 они сами — формы Шивы  
 и способны исполнять каждую просьбу».

Такова восемнадцатая глава, именуемая  
 «О славе Просветленных»,  
 в *Шри Рамана Гите*,  
 науке о *Брахмане* и Писании йоги,  
 сочиненной учеником Раманы, Васиштхой Ганапати.



**П Р И Л О Ж Е Н И Я**

**Шри Пунджаджи**

**Каждый готов к Просветлению**

**Шри Садху ОМ**

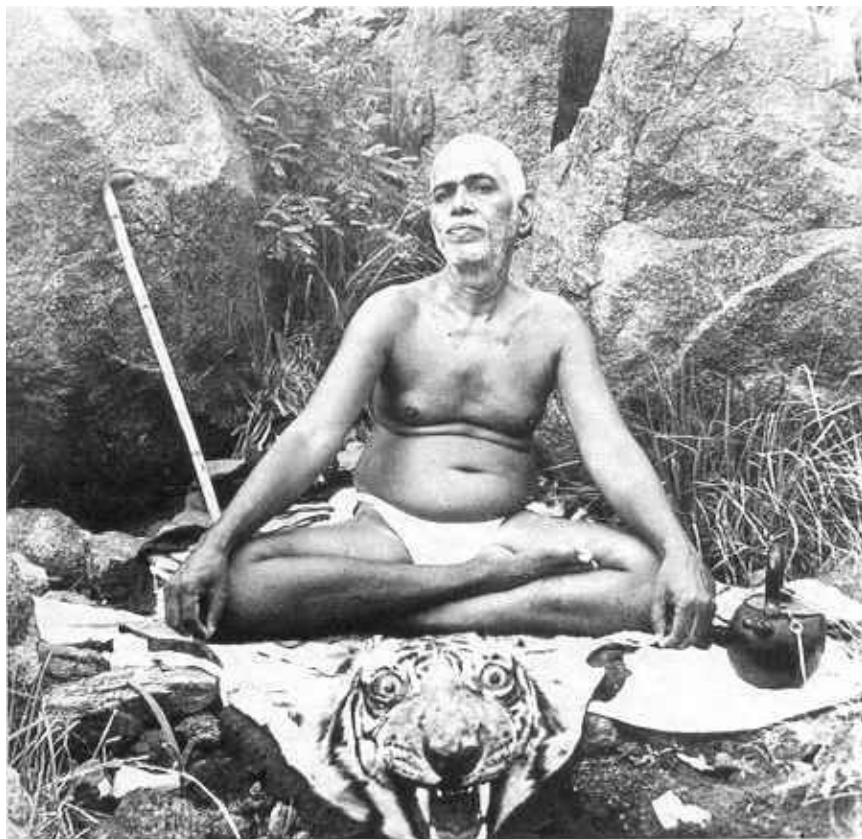
***Садхана* и работа**

**Свами Шивананда**

**Божественный мудрец**







**Божественный Мудрец**



## Шри Пунджаджи

### Каждый готов к Просветлению

Прежде всего, ум никогда не может быть очищен<sup>1</sup>. Днём вы проводите весь день в медитации, различных духовных практиках, однако ночью, во сне, ваш ум способен привязываться к чувственным объектам и даже иметь секс с женщиной, потому что он подавил это желание. Нет ни одного человека, ни одного животного, не имеющего сексуального желания в своём уме. Итак, оно придёт ночью; в течение медитации воздержание можно подавить, ночью нельзя, и оно появится снова. Поэтому я и чувствую, что человек не может контролировать ум. Поэтому я и говорю, что ум не может быть очищен.

Таким образом, я считаю, что не следует позволять уму подавлять его чувственные объекты. Что бы ни приходило, берегите это, наслаждайтесь этим и не подавляйте самое нужное. Если вы молодой и нуждаетесь в жене — имейте жену. Здесь нет вопроса. Не подавляйте, или даже во снах она явится к вам. Итак, лучше удовлетворить желание сейчас, в бодрствующем состоянии, и покончить с этим, вместо того, чтобы встречаться с женщиной во снах.

Во что я верю, так это в то, что каждый человек готов к Просветлению. Потому что приобрести что-либо новое

---

<sup>1</sup> Комментарий на стихи VII : 9 — 10 *Шри Рамана Гиты* специально для, настоящего издания, который Шри Пунджаджи (см. глоссарий) сымпровизировал 29 марта 1996 года на своём *сат-санге* «Сат-санг Бхаван» (см. глоссарий), в присутствии нескольких сотен учеников и почитателей со всех континентов. Подготовить текст к набору помогли Сакшин (г. Лакнау, Индия) и М. Е. Момот (С.-Петербург).

готовностью он не может. Таким образом, какой он есть, таким и останется. Он был собой, он есть и он останется собой. Итак, я не думаю, что требуется даже готовность. Каждый готов от рождения, поскольку из миллионов живых существ он уже принадлежит к самому совершенному виду. Он — человек. Поэтому как человек он должен идти дальше, на ту сторону, чтобы стать выше богов — осознавшим себя. Тогда он не сможет родиться снова в колесе переселений (души).

Это — мой комментарий для русского издания (*Шри Рамана Гиты*).

## Шри Садху ОМ

### Садхана и работа

Упрек, брошенный человечеству, состоит в том, что в течение жизни все люди уделяют внимание только вторым и третьим лицам (объектам, таким как «вы», «он», «она», «то», «это» и т. д.), и они никогда не обращают своё внимание к первому лицу (субъекту «Я») для того, чтобы выяснить «Кто я?»<sup>1</sup>. От момента пробуждения до момента засыпания, от рождения до смерти — действительно, все живые существа внимают только второму и третьему лицам. И каков чистый результат такого внимания? Бесчисленное множество невзгод!

Зная, что все несчастья возникают только как результат фундаментальной ошибки — первородного греха — вниманию ко второму и третьему лицам вместо того,

---

<sup>1</sup> В основе этой статьи лежит письмо, которое Шри Садху ОМ написал другу, отвечая на следующий его вопрос: «В течение дня различные активности требуют части или всего нашего внимания. Как же тогда возможно на практике поддерживать непрерывное Само-внимание?»

Перевод выполнен по материалу, содержащемуся в книге: Sri S a d h u ОМ. *The Path of Sri Ramana*, Part one, pp. 165 — 171, Tiruvannamalai, 1990. См. также: *The Mountain Path*, vol. 21, № 1, Tiruvannamalai, 1984, pp. 38 — 42.

Для того чтобы ясно выделить суть Само-исследования, Шри Садху ОМ вводит термин «Само-внимание» (см. глоссарий), подчеркивающий обращение ума вовнутрь — к субъекту «Я», а не вовне — к объектам. С той же целью в своей терминологии он также использует грамматические соответствия: субъект — первое лицо («я» — местоимение первого лица), а объекты — второе и третье лица («ты», «вы», «он», «это» и т. д. — местоимения второго и третьего лица), как это делал и Шри Рамана (см., например, сноску 2 на с. 190, где цитируется его работа «Кто я?»).

чтобы внимать первому лицу, «Я», и познавать его истинную природу. Бхагаван Шри Рамана милостиво появился на земле, дабы дать совет человечеству.

«Находясь в состояниях бодрствования и сна со сновидениями, вы внимательны только ко второму и третьему лицам и как следствие переживаете бесконечное страдание. Но в глубоком сне, когда вы не обращаете внимание на какое-либо второе или третье лицо, опыта страдания нет. Упуская из виду спокойное счастье, переживаемое в глубоком сне, вы ищете счастье в состоянии бодрствования, уделяя внимание бесчисленным внешним объектам. Но разве тот факт, что вы пережили счастье глубокого сна в отсутствие этих объектов, не показывает, что счастье — не в этих объектах, но в вас, первом лице, или субъекте? Почему бы вам не попытаться, даже в бодрствующем состоянии, обращать внимание не на второе и третье лица, но на первое лицо, “Я”?»

Будучи совершенным духовным доктором, Шри Бхагаван поставил диагноз подлинной причине наших страданий и предписал полный курс лечения — принятие лекарства Само-внимания и соблюдение ограничений «диеты» воздержания от внимания ко второму и третьему лицам<sup>2</sup>.

---

<sup>2</sup> Теория и практика Само-исследования «Кто я?» представлена во всех изданиях Шри Раманашрама на русском языке. См. Библиографический список.

Для первоначального знакомства рекомендуется книга Артура Осборна «Рамана Махарши и Путь Самопознания». См.: Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь, СПб, 1995, с. 23 — 284. Основы практики даются следующими поучениями Шри Раманы:

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

Тех из нас, которые внимают этому совету Шри Бхагавана, а потому жаждут следовать курсу лечения, предписанному Им, называют устремленными к Освобождению. Чтобы получить право квалифицироваться «устремленным», человек должен иметь абсолютное убеждение, что счастье, единственная цель всех живых существ, может быть получено не от внешних объектов, но только от собственного сокровенного Я, Атмана. Когда человек имеет эту квалификацию, в сердце возникает пылкое сильное желание попытаться следить за Атманом и познать Атман. Действительно, для подлинно устремленного желание и усилие познать Атман станет самой важной частью его жизни, а всё остальное будет рассматриваться имеющим второстепенное значение. Когда такое пылкое сильное желание в человеке возникает, успех гарантирован, ибо «где есть воля, есть и путь».

Однако, услышав это, некоторые духовные практики беспокоятся, не нужно ли тогда оставлять все активности, все деятельности, чтобы практиковать Само-внимание. «Если мы должны следовать этой садхане Само-внимания со всей серьёзностью, то не окажется ли работа

---

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

Даже когда в течение такого исследования пускают ростки посторонние мысли, не пытайтесь завершить возникающую мысль, а, наоборот, глубоко вопрошайте внутри: “Для кого пришла эта мысль?”. Безразлично, сколько мыслей при этом к вам придёт; если вы с высокой бдительностью при возникновении каждой мысли будете немедленно исследовать, для кого она пришла, то обнаружите, что “Для меня”. Если затем вы спросите: “Кто я?”, то ум обратится вовнутрь и возникшая мысль также успокоится. В этом методе, когда вы всё более и более упорствуете в практике Само-исследования, ум приобретает большую силу и способность пребывать в своём Источнике». (Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь, СПб, 1995, с. 293 — 294).

препятствием? Но если мы оставим всю работу, то как сможем обеспечить тело пищей, одеждой и кровом, которые оно требует?», — спрашивают они. Тем не менее, когда бы почитатели ни задавали Шри Бхагавану такие вопросы, Он обычно отвечал, что работа — не помеха для духовной практики, *садханы*. Это не означает, конечно, что устремленный должен работать в том же духе, что и мирской человек, или что ему следует работать с тем же намерением. Дух и намерение, с которыми устремленный должен работать в этом мире, можно проиллюстрировать следующим примером.

Предположим, что некий бизнесмен арендует в центре большого города магазин за 1000 рупий в месяц. Если при этом он намерен получить только деньги, необходимые для платы за аренду, то не будет ли его бизнес бесполезным? Разве не следует ему, арендуя магазин, получать ежемесячно прибыль в 10 000 рупий? С другой стороны, если он не делает денег, достаточных даже для платы за аренду, то сможет ли оставаться в магазине, чтобы заработать свою прибыль?

Наше тело напоминает магазин, арендуемый этим бизнесменом. Цель, с которой мы арендуем это тело, — осознать *А т м а н*, в то время как арендные взносы, которые необходимо платить за пользование телом, — пища, одежда и кров. Чтобы выплатить эти взносы, нам необходимо работать, используя ум, речь и тело как наши инструменты. Если мы их не платим, то не можем жить в теле и зарабатывать великую прибыль Самопознания. Тем не менее, нам не следует тратить всю нашу жизнь — всё наше время и усилия — в работе ради этой арендной платы. Ум, речь и тело должны работать только такое время и с таким количеством усилий, которые требуются для уплаты арендных взносов — обеспечения тела необходимыми ему пищей, одеждой и кровом. Если вместо этого мы посвящаем всё наше время и все наши усилия накоплению удобств и выгод для тела, как это делают



мирские люди, то как раз будем напоминать никудышного бизнесмена, работающего лишь для оплаты аренды и никогда не пытающегося получить прибыль. Поэтому искренне устремленный должен так устроить свою работу, чтобы тратить только часть времени и энергии на поддержание тела и использовать остающиеся время и энергию, стараясь заработать великую прибыль Самопознания, познания А т м а н а .

Для некоторых устремленных *прабандха* будет организована Богом или Гуру таким образом, чтобы им требовалось работать мало или они могли вообще не работать для поддержания их тела. В то же время для других устремленных *прабандха* может быть устроена так, что они должны тратить большую часть своего времени на поддержание тела. Но какой бы ни была *прабандха*, она построена только для собственного блага устремленного, то есть для окончательного достижения им Самопознания, постижения истинного Я. Более того, поскольку *прабандха* определяет только внешние активности тела и ума, она никоим образом не препятствует внутреннему желанию и жажде Самопознания. Если человек обладает интенсивной жаждой Самопознания, то Милость Гуру, несомненно, поможет ему всеми способами, одновременно изнутри и снаружи, чтобы дать возможность быть внимательным к А т м а н у .

Некоторые люди жалуются, однако, что всю жизнь они вынуждены заниматься таким множеством дел, что им не остаётся времени для практики Само-внимания. Но даже среди такой массы других важных активностей разве мы не находим времени, чтобы есть, умываться, отвечать на зовы природы, спать и т. д.? Подобным образом среди всех других занятий искренне устремленный найдет по крайней мере несколько минут ежедневно для практики Само-внимания. В начале, если возможно, практике Само-внимания следует посвятить минимум десять минут — и утром, и вечером. Такая регулярная ежедневная практика

рекомендована Шри Бхагаваном в стихе 44 «Гирлянды свадебных посланий Шри Аруначале» (*Шри Аруначала Акшараманалай*), где Он поёт:

«"Обращенный к А т м а н у , ежедневно наблюдай себя  
внутренним взором,  
И Это (Реальность) будет познано", —  
так Ты сказал мне, о мой Аруначала».

Если такую регулярную практику продолжать некоторое время, Само-внимание будет становиться всё более и более привычным и тогда обнаружится, что возможно отвлекать внимание от второго и третьего лиц к первому лицу даже среди каждодневных активностей всякий раз, когда появится несколько мгновений свободного времени между окончанием одной деятельности и началом другой. Если пытаться таким образом поворачивать свое внимание к первому лицу при наличии хотя бы нескольких мгновений досуга, то к концу дня Само-вниманию будет посвящено много времени, хотя бы и с перерывами. Такое прерывистое Само-внимание в свою очередь окажется большой помощью тому, кто садится практиковать в предписанное время (от десяти минут до получаса каждое утро и каждый вечер), когда нет внешних помех, препятствующих практике<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Представляет практический интерес режим плановой медитации «Времена Сердца» (см. глоссарий), установленный прямым учеником Бхагавана Шри Раманы американцем А. Раманой (см. глоссарий) в основанной им в 1978 году духовной ассоциации АХАМ (см. глоссарий).

АХАМ — некоммерческая духовно-образовательная организация с Центром в штате Северная Каролина, США [4368 NC HWy.134 Asheboro, NC 27203, USA], которая предлагает систему программ овладения Само-исследованием как практикой жизни в **Счастье-сейчас**.

Сначала может оказаться невозможным поддерживать непрерывное Само-внимание даже несколько минут. Вполне естественно, что благодаря длительной привычке ум начнет думать о каких-нибудь объектах второго и третьего лица. Каждый раз, когда внимание таким образом поворачивается вовне, устремленный снова пытается повернуть его обратно к первому лицу. Этот процесс ослабления Само-внимания и затем попытка нового обретения его будут повторяться снова и снова. Если ум устремленного не вполне силен из-за недостатка любви к познанию А т м а н а , то ослабление Само-внимания будет частым, и, когда последует борьба, ум быстро устанет. Вместо такой повторяющейся битвы за возвращение Само-внимания следует на время дать передышку уму, как только начальная попытка установить внимание на первом лице становится неустойчивой, и затем опять сделать попытку. Если таким образом предпринимать прерывистые попытки, каждая попытка будет обладать свежей силой и большей ясностью внимания.

Если быстро сжать силомер, то стрелка циферблата сначала может указать на высокий результат. Но если пытаться сжимать силомер длительный период времени, стрелка покажет, что усилие постепенно слабеет и падает. С другой стороны, если прекратить это сжатие и после короткого отдыха сжать силомер снова, со свежей силой, можно получить даже более высокий результат, чем первоначальный. Подобное происходит и при Само-внимании. Если человек долго борется за сохранение Само-внимания, то интенсивность и ясность его внимания будут постепенно слабеть и уменьшаться. Но если вместо этого он делает передышку, как только обнаружит ослабление Само-внимания, и после короткого отдыха предпринимает новую попытку установить внимание на А т м а н е , то эта новая попытка будет иметь большую интенсивность и ясность. Поэтому важна не продолжительность времени, затрачиваемого на попытку быть

внимательным к А т м а н у , но серьезность и интенсивность, с которой проводится каждая свежая попытка.

В течение времени практики, *садханы*, наше внимание, которое сейчас сфокусировано на объектах второго и третьего лица, должно повернуться, так сказать, на 180 градусов, чтобы сфокусировать себя на первом лице. Вначале, однако, внимание сможет повернуться только на 5, 10 или 15 градусов. Причина — сопротивление мощной пружины, пружины скрытых склонностей, *васан*, или тонких желаний, направленных на мирские объекты. При каждой попытке повернуть внимание к первому лицу, «Я», эта пружина мирских склонностей будет стремиться толкать ум обратно, снова ко второму и третьему лицам («ты», «вы», «он», «она», «это», «то» и т. д.). Поэтому угол поворота будет зависеть от непоколебимости бесстрастия (*вайрагья*) по отношению к мирским объектам и от силы страстного желания (*бхакти*) познать Себя, А т м а н . Такие *вайрагья* и *бхакти* будут усилены регулярной практикой Само-внимания, искренней молитвой Шри Бхагавану и постоянным общением с людьми или книгами, которые будут неоднократно напоминать: «Только познанием А т м а н а мы можем достичь подлинного и постоянного счастья. До тех пор, пока мы не познаем А т м а н , мы будем бесконечно добиваться страданий и переживать их. Поэтому наша первая и самая главная жизненная обязанность — познать А т м а н . Все остальные усилия окажутся тщетными».

По мере того как бесстрастие и жажда познать А т м а н таким образом возрастают молитвой Гуру, изучением Его наставлений, размышлением над ними и практикой Само-внимания, способность повернуть внимание к первому лицу будет также увеличиваться, пока духовный практик не сможет повернуть его на 90, 120 или даже на 150 градусов при каждой новой попытке. При этом он будет в состоянии переживать тонкий поток Само-сознания даже при загруженности работой; то есть он смо-

жет переживать сознание своего бытия, которое не будет нарушено, что бы ни делали ум, речь и тело. Другими словами, практик сможет вспоминать чувство «Я есмь», которое всегда лежит в основе всех его активностей. Однако этот тонкий поток Само-сознания не следует принимать за состояние Само-внимания, потому что он будет переживаться только тогда, когда практик склонен сделать это.

Как же тогда можно пережить состояние непрерывного Само-внимания, состояние непоколебимого пребывания в Атмане? Милость Гуру будет всё больше и больше помогать тем устремленным, кто таким образом, повторяя попытки, практикует Само-внимание с большой любовью (*бхакти*) к познанию Атмана. Когда сияющее пламя и дуновение ветра соединяются вместе, они творят чудеса. Подобно этому, когда сияющее пламя любви к Самопознанию и дуновение ветра Милости Гуру соединяются вместе, случается чудо. В течение одной из своих новых попыток устремленный сможет повернуть внимание на полные 180 градусов к Атману (то есть он будет в состоянии достичь совершенной ясности Само-сознания, незагрязнённого даже минимальным сознанием какого-либо второго или третьего лица), вследствие чего он почувствует огромное изменение, происшедшее спонтанно и без его усилия. Его внимание, которое он до этого так много раз пытался обратить к Атману и которое всегда ускользало обратно, ко второму и третьему лицам, теперь фиксировано могучей Силой, не позволяющей ему впредь снова возвратиться к какому-либо второму или третьему лицу («ты», «вы», «он», «она», «это» и т. п.). *Эта фиксация есть объятия Милости.* Хотя Милость всегда помогает практику, он полностью становится Её «жертвой» лишь когда оказывается в Её «объятиях». Если он однажды поворачивает своё внимание на полные 180 градусов к Атману, то безусловно попадает в эти объятия Милости и впредь считается «своим» и будет

постоянно защищаться Ею от новых возвратов к объектам второго и третьего лица. Это состояние, в котором ум таким образом постоянно пребывает в Милости и в связи с этим навсегда утоплен в своём источнике, известно как переживание истинного знания (*джнянабхути*), Само-реализация (*Атма-сакшаткара*), Освобождение (*мукти*) и т. д. Это одно может быть названо состоянием непрерывного Само-внимания.

Некоторые люди сомневаются: «Если так, то будет ли ум тогда оставаться навсегда утонувшим в *самадхи*? Не сможет ли он выйти снова и познавать все объекты второго и третьего лица этого мира? Разве не факт, что даже Бхагаван Шри Рамана провел около пятидесяти четырех лет в состоянии Само-реализации и большую часть этого времени Его видели обращающим внимание на второе и третье лица?» Да, это правда, что, хотя Шри Бхагаван всегда оставался в состоянии Само-реализации, внешние наблюдатели видели Его познающим мир. Как это можно объяснить?

Оставаться с полностью бездеятельными телом и умом — это не единственный признак *самадхи*. Хотя после Само-реализации некоторые *джнянины* проводят всю свою жизнь совершенно забывая тело и мир, не все *джнянины* обязательно ведут себя так. Возврат телесного сознания (и, следовательно, сознания мира) после достижения Само-реализации происходит согласно *праарабдхе* этого тела. Для некоторых оно может уже никогда не вернуться, в то время как в других случаях оно возвращается через секунду или через несколько часов или дней. Но даже в таких случаях, где телесное сознание и сознание мира возвращаются, это не будет переживаться как знание второго и третьего лиц! Другими словами, *джняни* не переживает тело и мир как второе и третье лица — объекты иные, чем он Сам, — но как Свое собственное неограниченное и неделимое Я, А т м а н .

Пока человек является еще устремленным, он ошибается, считая ограниченную форму своего тела собой, и, следовательно, остающаяся часть его беспредельного истинного Я переживается им как этот мир — скопление объектов второго и третьего лица. Но после достижения Само-реализации, переживая себя неограниченным Целым, он обнаруживает, что все вторые и третьи лица, которые ранее чувствовались иными, чем он сам, воистину на самом деле не что иное, как его собственное Я, А т м а н . Поэтому, даже в то время, когда *джняни* (с точки зрения внешних наблюдателей) внимателен к объектам второго и третьего лица, Он (с Его собственной точки зрения) внимает только А т м а н у . Следовательно, даже несмотря на то, что Он может казаться вовлеченным в такое множество активностей, как физических, так и ментальных, Он, фактически, всегда пребывает в естественном состоянии непрерывного Само-внимания.

Поэтому, непрерывное Само-внимание возможно лишь в состоянии Само-реализации, а не в состоянии практики (*садхана*). Что должно делать в течение периода *садханы*, так это неуклонно культивировать возрастающую любовь к достижению Самопознания и предпринимать прерывистые, но повторяющиеся попытки повернуть свое внимание на полные 180 градусов к А т м а н у . Если практик однажды преуспеет в этом, то непрерывное Само-внимание обнаружится естественным и не требующим усилий.

**Свами Шивананда**  
**Божественный Мудрец**

Прекрасная, превосходящая все грёзы, очаровывающая внутренняя жизнь божественного Мудреца Шри Раманы, ее духовные приключения и ее божественные достижения, оживляет высшие устремления и толкает вверх, в глубины нашего бытия; она передает нам чувство значимости нашей жизни, придает нашему существованию глубокий смысл и великую цель, показывает божественные возможности жизни, иллюстрирует ее величественную Цель и, более того, указывает великолепный Путь ее достижения даже здесь, на земном плане, и в этом самом жилище из праха<sup>1</sup>.

Небесные красоты и неземные триумфы его трансцендентной жизни, Божественной жизни, открыты только тем, кто имеет «глаза, чтобы видеть»; те, кто имеет веру в него, молятся ему, обожают его в мысли и духе, могут чувствовать и чувствуют их, а те, кто абсолютно чист и достаточно подготовлен, чтобы жить его жизнью, могут пережить их. Сама мысль о Шри Рамане в благородном сердце вызывает чувство обожания и манит сердце Его взглядом и образом жизни. Шри Рамана — вечное приглашение довести Совершенство до конца: Он есть Божественный Зов.

---

<sup>1</sup> Ниже следует статья из сборника “МАХАРШИ РАМАНА. Его Роль сегодня” (*MAHARSHI RAMANA His Relevance Today*, Delhi, 1990, pp. 133 — 135).



Для реализации А т м а н а , становления подобным Шри Рамане, величайшее послание, которое Махарши дал для устремления и просветления человечества, есть индивидуальное исследование «Кто я?». Само-реализации, или Переживанию Везде-присутствующей Реальности, всегда должен предшествовать подготовительный взгляд во внутренние пласты наших глубин, героическая борьба на нашем Пути в направлении к самому смыслу и источнику всей жизни, сжигающая любовь и всепоглощающее рвение для достижения Божественного Света и Милости; в противном случае человек обязательно потеряет свой путь в ложных путях и встретит поражение, разочарование и сумасшествие. Поэтому поиск внутреннего Центра, Подлинного Человека, метафизической Сущности, то есть Потаённого, скрытого в сердце интеллектуальной, витальной и физической оболочек каждого человека, есть Первый Шаг.

Но обращенное вовнутрь познание А т м а н а само становится возможным и расцветает в наиболее эффективную действующую силу только после определенного необходимого периода удачной психологической тренировки и дисциплинирования человека в целом. Сознательно упражняя силу воли, в свете знания, обретенного после углубленного изучения *Прастханатрайи*<sup>2</sup>, и переживания человек должен отбросить тайные мысли, уничтожить внутренние страсти, превозмочь тонкие желания, отказаться от эгоистических интересов и возвысить душу над всеми человеческими страстями и предрассудками, пристрастиями и недоразумениями. Эта *садхана* порождает в устремленном «пустоту» сердца: тишину ума, философское равновесие и духовное зрение.

---

<sup>2</sup> Три основных Писания («Тройной канон») Веданты: *Упанишады, Брахма-сутры, Бхагавад-Гита*.

*Вичара*, везде-присутствующее размышление над основанием и причиной жизни и вещей, *вивека*, везде-присутствующее различие между разрушимым и Неразрушимым, нереальным и Реальным, и *вайрагья*, ревностное отвращение от эгоизма и чувственности — эти три компонента составляют спасательный пояс, крылья и глаза каждого серьезного искателя Истины. Типичная поза для Шри Раманы, «сумасшедшего», утратившего себя в трансцендентной радости Божественного Я, — постоянный вызов пышности, славе и блаженству земных царей и императоров. Крайнее равнодушие Шри Раманы к волнениям и чудесам мира дает нам меру его неземного величия. Простое размышление о его философском равновесии, его постоянном Мире, его внутренней духовной радости прокладывает путь к обладанию новым умом, новым сердцем и новыми глазами. Высоты распознавания, подлинного бесстрастия, глубины, полноты, милости его проявленной жизни сравнимы с теми же у Господа Даттатрейи и Шри Дакшинамурти.

Для современного человечества жизнь Шри Раманы сделала Невидимое живой Реальностью, неизвестным<sup>3</sup> сознательным Переживанием. В нём Бог стал плотью, Истина нашла свое полнейшее выражение, А т м а н проявил Себя во всей Своей полноте. Эта великая Цель ожидает каждое дышащее существо. Шри Рамана — духовная Судьба каждого человека. Само-выражение посредством Само-исследования, Самопознание и обнаружение А т м а н а — смысл и цель всей сознательной жизни. Шри Рамана — Божественный Зов. Он зовет каждого устремленного — в Себя, в Свое Совершенство, в Свою Реализацию. Как искатель он нашел Путь, протоптал его, достиг Божественного предназначения; стал тем, что видел в той Цели; принес ее красоты в земную жизнь и

---

<sup>3</sup> До момента Само-реализации...

---

разделил свой бесконечный Мир и Радость с миллионами душ, бледущих на ощупь в глубочайшем неведении, печали и болезнях.

**Пусть Божественная Милость Шри Бхагавана снизойдет на каждого, все более и более обильно, чтобы осуществить Знание Атмана и Свет Атмана здесь и теперь!**

## ГЛОССАРИЙ

### А

- Авадхута Гита* — экстатическая Песнь мудреца Авадхуты, достигшего окончательной Реальности; содержит 8 глав.
- аватар, аватара* — воплощение Бога, обычно Вишну (см.), ради блага мира.
- Агамы* — тексты в шиваитской традиции, на основании которых в Южной Индии строятся храмы и выполняются ритуалы.
- агами карма* — новая *карма* (см.), накопленная в нынешней жизни и переносимая для отработки в будущие перевоплощения.
- Агастья* — Мудрец, написавший апологию тамили, родному языку Махарши.
- адвайта* — недвойственность; также и философское учение, школа, не-дуализма в Веданте (см.).
- анахата* — психический центр, *чакра*, расположенный в середине грудной клетки, в районе Сердечного центра. Согласно Шри Бхагавану, не совпадает с Сердечным центром, лежит **за** ним.
- анкуша* — особый инструмент для сдерживания слона.
- Аруначала* — букв.: «Гора Света»; священная гора в Южной Индии, где Шри

- Рамана провел всю свою взрослую жизнь; имя Бога.
- Аруначала Панча Ратна* — «Пять драгоценностей Аруначалы», поэма, написанная Шри Раманой на санскрите. Содержащая всего 20 строк, она отличается исключительной ёмкостью содержания, дает сущность четырех классических Путей йоги в Свете Аруначалы как Высочайшего Бытия.
- Архис — Свет. Путь Архиса — «путь Света». Им следуют святые, обретающие бессмертие (в отличие от «пути Дыма», которым следуют остальные, идущие к новому рождению).
- Атман — чистое Я, без малейших примесей эго — представления «Я-есть-тело»; истинная природа человека, его истинное Я, выражаемое чувством «Я есмь». Тождествен *Брахману* (см.), как солнечный луч — солнцу, а потому есть высочайшее Бытие, конечная Реальность.
- АХАМ — русское соответствие английскому АНАМ, аббревиатуре «The Association of Happiness for All Mankind» («Ассоциация счастья для всего человечества» основана А. Раманой (см.) в 1978 году, после того как он имел видение Шри Бхагавана и получил благословение представлять Его

- Учение миру, переполненному страдающими); «Я» (санскр.).
- ачарья* — духовный руководитель, проводник.
- ашрам, ашрама, ашрамы* — четыре традиционные стадии жизни индуиста: целомудренный ученик (*брахмачарья*), женитьба и семья (*гривастха*), лесной отшельник (*ванастха*), полное отречение от мира, странствующий монах (*санньяса*).
- ашрайя* — Основание, Бытие.
- Аштавакра Гита* — диалог между мудрецом Аштавакрой и царем-мудрецом Джанакой о том, как достичь Освобождения сразу после нового рождения; книга содержит 20 глав.

## Б

- Брахма* — индуистский бог, творящий вселенную; одно из трех главных божеств индуизма.
- Брахмалока* — небо Брахмы, где формируется сознание Освобожденного.
- Брахман* — безличный Абсолют в индуизме, не имеющий атрибутов, на который можно только «указать» — ТО; высочайший Принцип.
- Брахмарши* — сокращение для *Брахма-рши*, термина, которым обозначают великого, выдающегося *рши* (см.).
- брахмачарья* — первая из четырех традиционных стадий жизни индуиста: целомудренный ученик.

- бхава* — отношение и особенно отношение к Богу. Здесь этот термин имеет два других значения:  
а) становление (*сансара*);  
б) первое из многочисленных имен Шивы (см.) — «Сущий», всесильный защитник семи миров, тот, кто ЕСТЬ.
- Бхагавад-Гита* — часть *Махабхараты* (см.), в которой Кришна (см.), воплощение Вишну (см.), дает наставление своему ученику, Арджуне. Почитается всеми индуистами как текст, содержащий сущность индуизма.
- бхаджан* — религиозное пение или песня.
- бхакта* — преданный.
- бхакти* — преданность.
- бхакти-йога* — Путь любви и преданности Богу.
- бхума видья* — знание Источника, Бытия.

## В

- Вайкунтха* — небо Вишну.
- вайрагья* — бесстрашие, непривязанность, отсутствие привязанностей и желаний.
- Валли* — здесь: имя одной из двух жен Субраманьи.
- ванапрастха* — третья из четырех традиционных стадий жизни индуиста: лесной отшельник.
- васаны* — внутренние склонности.
- Веданта* — философия, базирующаяся на текстах *Упанишад*, завершающих частей *Вед* (см.).

- ведантист — последователь, адепт, Веданты (см.).
- Веда, Веды* — названия собраний священных Писаний XX в. до н. э. — V в. до н. э., являющихся окончательным авторитетом для большинства индуистов.
- Венкатараман — имя Шри Раманы от рождения.
- Виндьяса — один из холмов в горной цепи, тянущейся с востока Индии на запад, отделяющей полуостров Индостан от Декана.
- Вишалакши — имя жены Кавьякантха Ганapati Муни.
- вишишта-адвайта* — ограниченная недвойственность; также и философское учение, школа ограниченного недуализма, в Веданте (см.).
- Вишну — одно из трех главных божеств индуизма, хранитель вселенной.
- «Времена Сердца» — специальное время для плановых медитаций в АХАМ (см.). Шесть пятнадцатиминутных интервалов: 6.45 — 7.00, 10.45 — 11.00 и т.д. через каждые четыре часа в течение суток, если в это время практик бодрствует. В эти периоды внешняя деятельность прекращается и проводится безмолвная медитация (Само-исследование, или Самовнимание). Если остановить работу невозможно, то она продолжается, сопровождаемая воспоминанием Себя в процессе Само-



- исследования (медитацией с открытыми глазами). Для духовных искателей, продвинутых в Само-исследовании, «Времена Сердца» («Часы Счастья») — периоды проверки процесса пребывания в Атмане или прогресса в медитации с открытыми глазами.
- вритти* — видоизменение (здесь — видоизменение ума).
- вьяпара* — второе имя для *шакти* (см.); активность, творящая, поддерживающая и растворяющая вселенную.

## Г

- Ганапати — бог индуизма, младший сын Шивы (см.), имеющий голову слона при человеческом теле. Почитается как удаляющий все препятствия.
- Ганга — священная река в Индии (в русском языке — Ганг).
- Ганеша — см. Ганапати.
- Ганеша Гита* — беседа между царем Вареньей и Ганешей (см.) о природе йоги; книга содержит 11 глав.
- Гита* — букв.: «Песнь»; сокращение для *Бхагавад-Гиты*.
- грантхи* — связь, узел.
- грантхи бхеда* — разрубание узла.
- Гуру — духовный Учитель. С точки зрения Шри Раманы, настоящий

Учитель должен быть способен довести ученика до Освобождения.

- Гуха — букв.: «грот», «пещера». Имя младшего сына Шивы (см.), почитаемого как Господь Пещеры: «Он — тайна».

## Д

- Дакшинамурти — Шива в облике юноши, который, обращенный лицом на юг, наставляет учеников посредством Молчания; «Бесформенная Сила». Оба значения связаны с Аруначалой (см.) и Шри Раманой.
- Даттатрейя — знаменитый Мудрец, классический пример последователя *адвайты*, чье имя упоминается в нескольких Пуранах; ему приписывается авторство адвайтического сочинения *Авадхута Гита*.
- двайта* — двойственность; также и философское учение, школа, дуализма в Веданте (см.).
- джива* — индивидуальная душа (воплощается снова и снова до Освобождения).
- дживанмукта* — человек, достигший Освобождения еще при жизни в теле, например Шри Рамана Махарши.
- дживанмукти* — Освобождение еще при жизни в теле.
- джняна* — Мудрость, или Знание: знание Себя, А т м а н а (см.).

- джняна-йога* — Путь Знания для соединения с Богом, или Реальностью.
- джняни* — человек, осознавший Себя, А т м а н .
- дхарма* — космический закон для вселенной, отвечающий истинной природе бытия.
- Дэвасена* — старшая жена Субраманы.
- Дэви Гита* — беседа между богиней Парвати (Дэви) и ее отцом, Химаватом, посвященная доктрине *адвайты* (см.); книга состоит из 9 глав.

**И**

- Ишвара* — высочайший личный Бог индуизма.

**Й**

- йога* — соединение или средство соединения человека с Богом.
- йога-шастра* — Писание йоги (имеется много *йога-шастр* о различных методах йоги).

**К**

- Кайласа* — священная гора в Гималаях, традиционное местопребывание Шивы.
- карма* — имеются три главных значения:  
1) действие;  
2) последствия действий;  
3) судьба

и три главные части:

- 1) *санчита*;
- 2) *прарабдха*;
- 3) *агами* (см.).

- Картикейя** — одно из имен младшего сына Шивы как звезды в созвездии Картика (Плеяд).
- Краунча** — одна из гор в восточных Гималаях.
- Кришна** — воплощение (*аватар*) Вишну.
- Кумара** — букв.: «юноша». Одно из имен младшего сына Шивы.
- Кумарила Бхатта** — прославленный философ Мимансы, одной из шести ортодоксальных систем индийской философии; Бхатта означает «Доктор».
- кумбхака** — сдерживание, или задержка, дыхания.

## М

- маджана** — погружение в Сердце.
- майя** — иллюзия.
- манана** — вторая стадия *садханы* (см.) на классическом Пути Знания: глубокое размышление над Истиной. С точки зрения Шри Бхагавана, это Само-исследование, поиск **А т м а н а** (см. стих XV : 7).
- манас** — ум, способность думать; озеро в Гималаях, излюбленное место-пребывание лебедей.
- мантра** — священные слова (или слово), успокаивающие ум, которые Гурӯ обычно дает ученику для повторения.

- мантра-йога* — йога (см.) с активным использованием ритмичного повторения *мантр* (см.), т. е. *джаны*.
- маргана* — Путь поиска А т м а н а .
- Махабхарата* — «Великое (сказание) о Бхаратах»; огромный индийский эпос, относящийся к первой половине I тысячелетия до н. э.
- Махарши — Великий Мудрец (южноиндийское произношение слова *Махарishi*).
- махатма* — Великая душа, великий человек или святой.
- Меру — гора Меру, легендарный Олимп индусской мифологии; обитель Брахмы (см.).
- мукта* — Освобожденный.
- мукти* — Освобождение.
- муладхара* — первый психический центр, *чакра*, расположенный в основании позвоночного столба.
- муни* — отшельник или аскет, обычно пребывающий в Молчании, *мауне*; Мудрец.

## Н

- нади* — тонкий, или психический, нерв.
- Нарада — *риши* (см.), автор многочисленных и важных духовных текстов.
- нивритти* — абсолютный спад, прекращение активности.
- нидидхьясана* — третья и последняя стадия на классическом Пути Знания (и с точки зрения Шри Раманы;

см. XV : 12) перед Само-реализацией: твердое пребывание в Истине (с усилием), которое при Само-реализации переходит в прямое, без усилий, переживание А т м а н а .

*нирвикальпа  
нияма*

- отсутствие различий.
- кодекс поведения, в том числе в быту, в храме и т. д. Классической *ниямой* является вторая ступень *раджа-йоги* (см.), которая именуется «Нияма» и формулирует принципы отношения йогина к себе.

## П

*парабхакти*

- высочайшая преданность, полная отдача себя Богу, Высшей Силе.

Парамахамса

- букв.: «высочайший лебедь». Мудрец, который, подобно мифической птице «хамса», способной отделять молоко от воды и пить его, может различать между Реальностью и не-Реальностью и пребывать только в Реальности.

Парашара

- один из великих ведических Мудрецов.

Парвати

- жена Шивы (см.), «Гора».

*правритти*

- активность как проявление, развертывание, развитие.

*праджняна*

- полное, или Совершенное, Сознание.

- прана* — жизненная энергия, поддерживающая и вселенную, и тело.
- прана-родха* — контроль дыхания, то же, что и *пранаяма* (*родха* — «сдерживание»).
- прарабдха* — та часть общей *кармы* (см.), накопленной человеком, которую ему суждено пережить в нынешней жизни; она включает три вида действий:
- 1) *ичха* — ради собственных желаний;
  - 2) *аничха* — выполняемые без желания;
  - 3) *паречха* — действия, вызванные желаниями других.
- Прастханатрайя* — три основных Писания («Тройной канон») Веданты: *Упанишады*, *Брахма-сутры*, *Бхагавад-Гита*.
- Пунджаджи, Шри (Пунджа, Х. В. Л.) — прямой ученик Шри Раманы. Родился 13.10.1910. Первое прямое переживание *А т м а н а* имел в возрасте восьми лет. Встретил своего Учителя в 1944 году и вскоре после этого достиг Само-реализации в Его Присутствии. Будучи домохозяином, продолжал работать и поддерживать большую семью до 1966 года. Сейчас живёт в г. Лакнау, Индия (Sri H. W. L. Poonja, Sector 20/144A Indira Nagar, LUCKNOW 226016, U. P. India)

и проводит *сат-санг* (см.) для сотен учеников и почитателей, приезжающих со всех уголков света (см. «Сат-санг Бхаван»). Отвечает на письма, написанные по-английски.

*пурака*

— букв.: «наполнение»; вдыхание воздуха через нос.

## Р

*раджа-йога*

— букв.: «царственная йога»; система йоги, сформулированная Патанджали в *Йога-сутрах*.

Рамана, А.

— Ди Траммел, американский почитатель Бхагавана Шри Раманы Махарши, получивший в 1973 году Просветление при взгляде на Его портрет в книге, случайно встреченной им в одном из магазинов Хьюстона. Свами Муктананда, известный Учитель из Ганешпура (Индия), в 1974 году посетил Хьюстон во время своего второго мирового турне. Распознав состояние сознания Ди Траммера, он дал ему имя его Гуру. Основатель и духовный директор АХАМ (см.).

*Рамана-упанишада  
речака*

— здесь: сокровенное учение Раманы.  
— букв.: «выдох»; выдыхание воздуха при контроле дыхания.

*Рибху Гита*

— работа великого тамильского *риши* Рибху, имя которого фигурирует в ряде *Упанишад*



- (например *Теджобинду*). Состоящая из 44 глав, она посвящена чистой доктрине *адвайты* (см.).
- риши* — Мудрец.

## С

- садхана* — буквально переводится как «средства», но в более общем смысле означает «духовная практика».
- садху* — здесь: выдающийся человек или духовный искатель, отрекшийся от мира. Однако Шри Рамана часто использовал этот термин как титул человека, осознавшего Себя, А т м а н .
- сакшаткара* — непосредственное осознание, Само-реализация.
- самадхи* — Шри Рамана употреблял этот термин, имея в виду состояние прямого переживания А т м а н а .
- Само-внимание — внимание, направленное вовнутрь, к первому лицу, субъекту, а не к объектам (выражаемым местоимениями «ты», «вы», «он», «она», «то», «это» и т. д.). Синоним Само-исследования. Процесс Само-внимания начинается с внимания к «я», чувству индивидуального бытия, эго, которое, будучи иллюзорным, не выдерживает вопрошания «Кто я?» и исчезает, оставляя истинное Я, А т м а н .
- сансара* — круговорот рождений и смертей, прерывающийся только с достижением Освобождения.

- Санаткумара — Санат-Кумара, то есть «всегда юный и всегда чистый».
- санньяса* — отречение от мира (странствующий монах). Четвертая, и последняя, традиционная стадия жизни индуиста.
- санньясин* — монах или отрекшийся от мира.
- Сат* — Бытие, Истина, Реальность, Постоянство.
- сат-санг* — букв.: «пребывание в Бытии»; обычно означает жизнь или пребывание в обществе Мудреца (см. «Сат-санг Бхаван»).
- «Сат-санг Бхаван» — организационная форма, в которой Шри Пунджаджи (см.) пять раз в неделю проводит свои *сат-санги* (см.) в г. Лакнау, Индия (*Satsang Bhavan*, A 306, Indira Nagar, LUCKNOW 226016, U. P. India).
- сахаджа стхити* — естественное состояние бытия.
- сахасрара* — «тысячелепестковый лотос», высшая из *чакр*, расположенная над головой.
- сиддха* — человек, достигший сверхобычных сил; состояние Освобождения; человек, достигший Освобождения.
- сиддхи* — сверхобычная сила или силы (по контексту).
- Сканда — имя Бога, младшего сына Шивы: «Тот, кто накопил силу чистой». Другое значение: «мощно атакующий в битве».

- стхита праджня* — тот, кто непоколебимо пребывает в Знании, или в чистом Сознании.
- Субраманья — другое имя Сканды (см.). Этимологически: «Тот, кто бодрствует в росте духовности устремленных».
- сушумна* — психический канал, идущий от основания спины до верхушки головы.

## Т

- тамили — южноиндийский язык, родной язык Шри Раманы.
- Тантра Вартика* — работа по философии Мимансы. Ее автор — Кумарила Бхатта, но благодаря своему видению Ганапати Муни рассматривает Бхатту как Раману Махарши в одной из его предшествующих жизней.
- тапас* — букв.: «жар»; обычно этот термин означает интенсивную медитацию, связанную с практикой самоотречения и воздержания, контроля физического тела и ума.
- Тара — букв.: «Тот, кто пересек». Первое имя жены Шивы.
- Тара Видья* — знание, которое спасает.
- Тарака — тот, кто перевозит через океан *сансары* (см.); имя демона, убитого Субраманьей.
- телугу* — один из южноиндийских языков.

- Тируяннасамбандар — выдающийся тамильский поэт и святой, живший приблизительно в VII в. н. э.
- Тируваннамалай — город, лежащий у подножия Аруначалы (см.). От его центра до Шри Раманашрама — около трех километров.

## У

- Упанишады* — завершающие части *Вед*. Из *Упанишад* берет начало вся философия Веданты.
- упасана* — букв. «сидеть около». Обычный смысл: духовные упражнения (служение, почитание, медитация), но для Шри Раманы важен конечный результат — переживание *А т м а н а* в процессе практики (см. стих I : 13).

## Х

- хатха-йога* — система физических практик, направленная на поддержание здоровья тела и продление его жизни.
- Хридаям* — букв.: «Это — центр»; Сердце; духовное Сердце (не *чакра*), местопребывание *А т м а н а* в физическом теле.

## Ш

- шакти* — Энергия, Божественная Сила, персонифицируемая как женский аспект Бога.

- 
- шанти* — внутренний Мир, спокойствие.
- шастра* — Писание.
- Шива* — одно из трех главных божеств индуизма и воплощение Абсолюта. Шри Рамана также использовал это слово как синоним для *А т м а н а*.
- Шива Гита* — беседа Шри Рамы с Шивой, посвященная вопросам гармонии, согласования, положений *адвайта-веданты*; книга содержит 16 глав.
- шлока* — стих или часть стиха в священных текстах, написанных на санскрите.
- шравана* — первая стадия *садханы* (см.) на классическом Пути Знания: слушание Истины от Учителя. Согласно Шри Рамане, это — внимание к собственному духовному Сердцу, его Зову (см. стих XV : 6).
- Шри* — почетная форма обращения.
- шуддха кумбхака* — полный контроль дыхания.
- шудра* — представитель четвертой, самой низшей касты традиционного общества в Индии, который должен был служить, выполнять самую неквалифицированную работу для высших каст, тоже имеющих четкое назначение: *брахманы* (духовность и наука); *кшатрии* (правители, воины и администраторы); *вайшьи* (торговцы, учителя, средний класс).

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Могилевер О. М. (составитель-переводчик), (1991), *Шри Рамана Махарши: Весть Истины и Прямой Путь к Себе*, Ленинград.
2. Могилевер О. М. (переводчик и составитель русского издания), (1994), *Будь тем, кто ты есть! Наставления Шри Раманы Махарши*, С.-Петербург, «Андреев и сыновья».
3. Могилевер О. М. (составитель-переводчик), (1995), *Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь*, С.-Петербург, «Экополис и культура».
4. Ahluwalia, B. K., Ahluwalia S. (составители), (1990), *MAHARSHI RAMANA His Relevance Today*, Delhi, Manas Publication.
5. Krishna Bhikshu (переводчик), (1966), *Sri Ramana Gita*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.
6. Natarajan, A. R., (1986), (переводчик и комментатор), *Ramana Gita*, Bangalore.
7. Ramana, A., (1995), *Consciousness Being Itself*, Asheboro, ANAM Publications.
8. *Sri Ramana Gita*, (1985), Le Chant de Sri Ramana, Paris.
9. Sri Sadhu OM, (1990), *The Path of Sri Ramana*, Part one, Tiruvannamalai, Kanvashrama Trust.
10. Venkataramiyah, M. (составитель), (1989), *Talks with Sri Ramana Maharshi*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.
11. Vishvanatha Swami, Swaminathan K., (1977), (переводчики), *Sri Ramana Gita*, Tiruvannamalai, Sri Ramanasramam.

---

Все книги, изданные Шри Раманашрамом на английском языке, могут быть приобретены в Шри Раманашраме (Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai, 606 603, South India). Публикации Шри Раманашрама в России могут быть приобретены у составителя-переводчика (Россия, 194291, Санкт-Петербург, а/я 63, Могилеву О. М. По этому же адресу принимаются предварительные заказы на книгу: «Собрание работ Шри Раманы Махарши»).

# УКАЗАТЕЛЬ

## Шри Бхагаван как человек и Учитель

- Шри Бхагаван, черты его  
аскетизм, 176, 177, 179  
бескорыстная помощь другим, 140, 177  
взгляд, 176, 177  
глаза, 176  
доброта, 140, 176, 177  
как Гуру, 11 — 13, 21, 22, 43, 61, 84, 130, 176, 177, 179  
лицо, 177  
Милость его, 179, 203  
Мудрец, 61, 68, 75, 108, 117, 140, 147, 155, 167, 177, 185  
невозмутимость, 179  
неизменное пребывание в А т м а н е , 22, 117, 176, 177, 198, 202  
речь, 177  
самоконтроль, 176, 179  
свобода от желаний, 177, 179, 202  
свобода от привязанностей, 181, 202  
сострадание, 176, 203  
твердость, 179  
терпеливость, 179

## Наставления Шри Бхагавана

### А

- Абсолют, 48  
*адвайта*, 22  
*амрита нади*, 101, 102  
*анахата*, 68  
*анумана*, 22  
Аруначала, 22, 26, 27  
Архис, 149  
*асур*, 178  
А т м а н , 43, 48, 49, 57, 62, 68, 70, 76, 84, 87, 88, 100, 102, 103, 117,  
120, 121, 130, 132, 133, 155, 156, 176, 191, 192,  
198 — 200, 202  
внимание к Нему, 193 — 197, 199



знание Его, 168, 203  
познание Его, 191, 193, 195 — 197, 201  
пребывание в Нём, 43, 44, 49, 61, 69, 88, 117, 120, 140, 161, 197  
*атма нади*, 101  
*Атма-сакшаткара*, 198  
*ашрайя*, 133  
*ашрама*, 92, 93

**Б**

бесстрастие, см. *вайрагья*  
Бог, 48, 49, 118, 132, 148, 149, 161, 162, 180, 181, 193, 202  
Брахма, 147  
Брахмалока, 147  
*Брахман*, 45, 48, 50, 57, 62, 76, 88, 92, 93, 104, 118, 119, 135, 136,  
141, 150, 155, 156, 169, 178, 179  
*брахмачарья*, 93  
*бхава*, 178  
*бхакти*, 161 — 163, 196  
*бхакти-йога*, 21  
Бытие, 131 — 136, 148, 156, 157, 161, 181

**В**

*вайрагья*, 43, 196, 201  
Валли, 177  
*васаны*, 44, 75, 103, 196  
Васудэва, 21  
Веданта, 22, 49, 131, 180  
*вишишта-адвайта*, 22  
*вивека*, 201  
*вичара*, 201  
*вритти*, 61, 62, 134  
*вьяпара*, 133, 134

**Г**

Ганапати, 178, 179  
*грантхи*, 100  
*грантхи бхеда*, 100  
Гуру, 22, 43, 61, 130, 140, 155, 193, 194  
Гуха, см. Сканда

## Д

Дакшинамурти, 179, 202

*двайта*, 22

*дживанмукти*, 147

*джняна*, 21, 43 — 45, 61, 92, 117, 119, 141, 163, 167 — 169

*джняна-йога*, 21, 101

*джняни*, 43, 44, 70, 120, 141, 168, 198, 199

*дхарма*, 119

*дхьяна*, 76

дыхание,

    контроль его, 49, 50, 75 — 76

Дэвасена, 179

## Е

естественное состояние, 76, 120, *см. также сахаджа стхити*  
    определение его, 44, 45

## З

Знание, 21, 23, 42 — 44, 61, 62, 92, 93, 117, 119, 121, 156, 162,  
    *см. также джняна*

## И

Истина, 44, 135, 202

*Ишвара*, 132, 136

## Й

йога, 21, 23, 43, 45, 50, 56, 57, 62, 68, 76, 93, 104, 121, 136, 142, 150,  
    157, 163, 169, 182

йогин, 93, 117, 149

## К

*карма*, 103, 120

Картикейя, 22, 42

Кто я?, 50, 189, 191, 201

Кумара, 22

*кумбхака*, 75 — 76

**М**

*майя*, 131  
*маджана*, 50  
*манана*, 155, 156  
*манас*, 178  
*мантра-йога*, 21  
*мантры*, 56, 76, 86, 88, 179  
*маргана*, 50  
*махатма*, 148  
Милость, 43, 148, 149, 179, 197, 198, 201, 203  
    Гуру, 193, 197  
*мукти*, 198  
*муладхара*, 68  
*муни*, 61

**Н**

*нади*, 101 — 103, 149  
*нивритти*, 133  
*нидидхьясана*, 155 — 157  
*нияма*, 56  
*нирвикальпа самадхи*, 69

**О**

Освобождение, 42, 140 — 141, 147 — 149, 168, 198

**П**

*парабхакти*, 162  
*Парамахамса*, 176  
*пара нади*, 101  
Парвати, 178  
*правритти*, 133  
*праджняна*, 71, 147  
*прана*, 76, 147  
*прана-родха*, 50  
*прамана*, 22  
*прарабдха*, 120, 168, 193, 198  
Присутствие, 26  
Просветление, 43, 183, 187, *см. также* Освобождение

*пуджа*, 140  
*пурака*, 76

## Р

*раджа-йога*, 21, 101  
 различие, 42, *см. также вивека*  
*Рамана-упанишада*, 48  
 Реализация, *см. Само-реализация*  
 Реальность, 131, 135, 162, 194, 201, 202  
*речака*, 76

## С

*садхана*, 42, 189, 192, 196, 199, 201  
*садху*, 108  
*сакшаткара*, 156, *см. также Атма-сакшаткара*  
*самадхи*, 43, 198  
 Само-внимание, 189 — 199  
     практика его, 193 — 198  
 Само-исследование, 50, 56, 84 — 88, 189, 202, *см. также Само-*  
     *внимание*  
     необходимость его, 55 — 56  
     определение его, 84  
     практика его, 167, 190-191  
     превосходит другие методы, 85  
     пригодность к нему, 85—86, 92  
     результат его, 85  
     цель его, 200—201  
 Самопознание, 92, 169, 192, 193, 197, 199, 202, 203  
     природа переживания его, 49  
 Само-реализация, 22, 26, 133, 148, 157, 201  
 Само-сознание, 196 — 199  
*сансара*, 55, 69, 118  
*Санаткумара*, 118  
*санньяса*, 93, 140  
*санньясин*, 92  
*Сат*, 28  
*сат-санг*, 76  
*сахаджа стхити*, 44, 69, 76, 119  
*сахасрара*, 69, 70  
 Сердечный центр, 48, 68, 70, 100

Сердце, 24, 26, 27, 48, 49, 68 — 71, 75, 101, 133, 155  
 как А т м а н , 68  
 как Высочайшее, 71  
 как источник «я»-мысли, 68, 155  
 как центр всего, 68  
 определение Его, 68  
 пребывание в Нем, 70, 71  
*сиддха*, 148, 176, 182  
*сиддха кумбхака*, 76  
*сиддхи*, 117, 120, 149  
 сознание, 100, 101, 148  
*стхитапраджня*, 43, 45  
 Субраманья, 22, 118, 178, 179  
*сушумна*, 69, 101, 149

## Т

*тапас*, 23, 93, 119, 120, 140  
 Тишина, 44  
 ТО, 48, 162

## У

узел между телом и А т м а н о м , 100, 103  
 процесс разрубания его, 102 — 104  
 структура его, 103  
 ум, 49, 57, 61, 75, 76, 86  
 концепции его, 61  
 однонаправленность его, 88  
 отвод его от объектов чувств, 57  
 погружение его в А т м а н , 43  
 сдерживание его, 75, 76  
*упасана*, 42, 85  
 определение ее, 44

## Х

*хамса*, 178  
*хатха-йога*, 75  
*хридаям*, 68

## Ч

*чакра*, 68

**Ш**

*шанти*, 109  
*шакти*, 109, 130 — 136, 149  
 Шива, 177 — 180  
*шравана*, 155, 157

**Э**

эго, 45, 84

**Я**

*Я*, 62, 84, 161, 198, 199, 202  
 «Я — Я», 26, 48 — 49, 133  
 «Я есмь», чувство, 48, 49, 100, 197  
 Я есмь Я, 48, *см. также* «Я — Я»  
 «Я-есть-тело», иллюзия, 45, 76, 100  
 «Я»-мысль, 68, 70, 84, 100, 155, 167, 190  
     источник ее, 68, 88

**Произведения Шри Бхагавана**

*Аруначала Панча Ратна* (Пять драгоценностей Аруначалы), 70, 76, 132, 180

**Произведения о Шри Бхагаване и его наставлениях**

Будь тем, кто ты есть! 70, 76, 132  
 MAHARSHI RAMANA His Relevance Today  
 (МАХАРШИ РАМАНА. Его Роль сегодня), 200  
 Talks with Sri Ramana Maharshi  
 (Беседы со Шри Раманой Махарши), 101  
 The Path of Sri Ramana (Путь Шри Раманы), 189  
 Шри Рамана Махарши: Весть Истины и Прямой Путь к Себе, 181  
 Шри Рамана Махарши: Жизнь и Путь, 181, 190, 191

**Другие Писания, произведения и книги**

*Авадхута Гита*, 24  
*Агамы*, 118  
*Аштавакра Гита*, 24  
*Брахма-сутры*, 201

*Бхагавад-Гита*, 21, 201  
*Веды*, 92, 118, 140, 155, 179  
*Ганеша Гита*, 24  
*Дэви Гита*, 24  
Екклезиаст, 26  
Исход, 48  
*Йога-сутры*, 68  
*Рибху Гита*, 24  
*Упанишады*, 180, 201  
*Шива Гита*, 24

## Древние святые и Мудрецы

Агастья, 181  
Даттатрейя, 202  
Кришна Двайпаяна, 21  
Кумарила, 119, 179  
Махарши Нарада, 118  
Моисей, 48  
Парашара, 176  
Тирунянасамбандар, 119, 180

## Преданные и посетители

### А

Амританадха, 182

### В

Вайдарбха, 147, 167, 168  
Васиштха Ганапати, см. Кавьякантха Ганапати Муни

### Г

Грант Дафф, 26

### Д

Дайварата, 55, 56  
Джагадишвара Шастри, 48

**Й**

Йоганатха, Яти, 108, 109

**К**

Кавьякантха Ганапати Муни, 7, 11, 12, 14 — 16, 21, 23, 24, 29, 33, 35, 45, 48, 50, 57, 62, 71, 77, 88, 94, 104, 110, 121, 136, 140, 142, 150, 157, 163, 169, 182

Капали, 130 — 132

Каршни, 84 — 87, 92

Кришна Бхикшу, 15

**Н**

Наяна, *см.* Кавьякантха Ганапати Муни

Нагараджан, А. Р., 15

Натешан, К., 16

**О**

ОМ, Шри Садху, 14, 183, 189

**П**

Пунджаджи, Шри, 13, 85, 183

**Р**

Рамана А., 194

**С**

Сваминатхан, К., 15

**Другие люди**

Аубертин, Шанти О., 17

Вишалакши, 140

Махадэва, 140

Сундар Айяр, отец Шри Раманы, 176

Харшананда, Свами, 17

Шивананда, Свами, 14, 183, 200



## Сравнения и притчи

- Арендуемый магазин и тело, 192  
Палка для перемешивания погребального костра, 191  
Поворот стрелки и поворот внимания, 196  
Раскаленный шар и тело в огне Само-исследования, 103  
Сжатие силомера и практика Само-внимания, 195  
Солнце и свет сознания, 101  
Солнце и сердце, 70  
Ум в *сахасраре* и лунный шар в мире, 70  
Электрические провода и психические каналы, 101

## Прочее

- Атрейя, 140  
Вайкунтха, 149  
Венкатачала, 118  
Виндьяса, 140  
Ганга, 28  
Кайласа, 149  
Краунча, 178, 180  
Меру, 179  
Сваминалай, 118  
*Тара Видья*, 140  
Тируваннамалай, 21  
Тируттани, 118  
*шлока*, 21, 24, 26, 48  
*шудра*, 92



ИЗДАНИЯ ШРИ РАМАНАШРАМА НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ

Вышли из печати

**ШРИ РАМАНА МАХАРШИ: ВЕСТЬ ИСТИНЫ  
И ПРЯМОЙ ПУТЬ К СЕБЕ**

Ленинград, 1991

*Краткое содержание:*

Часть первая: Весть Истины

**Евангелие Махарши** (книги I — 2)

Часть вторая: Прямой Путь к Себе

**Кто я?** («вопросно-ответная» версия)

**Божественная Песнь**

Приложение 1. Жизнь Учителя и суть Его Наставлений (Дэва-раджа Мудальяр).

Приложение 2. Поиск Источника эго — Прямой Путь к Себе (ве-нок сонетов неизвестного искателя).

**БУДЬ ТЕМ, КТО ТЫ ЕСТЬ!  
Наставления Шри Раманы Махарши**

Санкт-Петербург, 1994

Эта книга переведена (с английского оригинала) на основные европейские языки и приобрела мировую известность как ценное пособие для искателей Истины. Русское издание подготовлено с участием составителя английского оригинала — Дэвида Годмана.

В книге с позиций прямого видения Истины изложены:

1. Глобальные вопросы Бытия (природа Реальности и неведения).
2. Теория и практика само-исследования «Кто я?».
3. Понятие и роль духовного Учителя, Гуру.
4. Связь само-исследования с йогой; жизнь в миру (*садхана* и работа).
5. Проблемы и переживания духовного практика.
6. Традиционные «теоретические» проблемы (теории творения и реальность мира; перевоплощение; природа Бога; страдание и этика; *карма*, судьба и свободная воля).

*Желающие приобрести эти книги могут обращаться по адресу:*  
**Россия, Санкт-Петербург, 194291, а/я 63, Могилеву О. М.**



ИЗДАНИЯ ШРИ РАМАНАШРАМА НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ

Вышли из печати

**ШРИ РАМАНА МАХАРШИ: ЖИЗНЬ И ПУТЬ**

Санкт-Петербург, 1995

*Краткое содержание:*

Часть первая: Биография

Артур Осборн. **Рамана Махарши и Путь Самопознания**

Часть вторая: Сущность практики

1. **Кто я?** («связная» версия)

2. **Божественная Песнь** (с комментариями проф. К. Сваминатхана)

3. **Шри Рамана Гита** (отрывки из поэмы)

4. **Сорок стихов о Реальности** (отрывки из поэмы; с комментариями С. С. Когана)

5. **Пять драгоценностей Аруначалы** (с комментариями Артура Осборна)

Приложение 1. О славе Бхагавана Раманы (Кавьякантха Ганапати Муни)

Приложение 2. Послание современному человеку (Карл Юнг)

В воодушевляющей биографии Учителя жизнеописание Мудреца прекрасно сочетается с его наставлениями. Материалы второй части — мощная помощь духовным искателям, стремящимся к Самопознанию.

Книга богато иллюстрирована и рассчитана на широкий круг читателей. Она может служить как первым знакомством с Учителем и его прямым духовным Путем — Само-исследованием «Кто я?», так и хорошим комментарием к уже изданной на русском языке литературе о Шри Рамане Махарши.

**ШРИ РАМАНАГИТА**

(литературный перевод с использованием санскритского оригинала)

Санкт-Петербург, 1996

Кавьякантха Ганапати Муни, замечательный поэт и выдающийся ученик Шри Раманы, в блестящей поэтической форме записал на санскрите содержание бесед, которые он и его собственные ученики вели со Шри Раманой в 1913 — 1917 гг. Построенная как священное Писание, как *Бхагавад-Гита*, поэма является шедевром духовной литературы.

Ясное и лаконичное объяснение сложнейших вопросов Внутреннего Поиска сделало эту книгу настольной для искателей Истины.

*Желающие приобрести эти книги могут обращаться по адресу:*

**Россия, Санкт-Петербург, 194291, а/я 63, Могилеверу О. М.**



## ИЗДАНИЯ ШРИ РАМАНАШРАМА НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ

### План

## СОБРАНИЕ РАБОТ ШРИ РАМАНЫ МАХАРШИ

(Русское издание)

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

В книге представлены произведения различных жанров — проза, поэзия, диалоги и песни. Несомненно, что силой подобных нектару слов Бхагавана Шри Раманы Махарши вера в Высочайшее возрастет и борющиеся души смогут освободить себя от всех страданий и достичь счастья окончательного блаженства.

*Краткое содержание:*

Оригинальные работы

А. Проза

1. **Само-исследование** («вопросно-ответная» версия).
2. **Кто я?** («связная» версия).
3. **Духовное наставление.**

Б. Стихотворения и поэмы

1. **Пять гимнов Аруначале.**
2. **Наставление в тридцати стихах (Суть Наставления).**
3. **Сорок стихов о Реальности.**
4. **Дополнение в сорока стихах (к Сорок стихов о Реальности).**
5. **Пять стихов об А т м а н е .**
6. **Разные стихи.**

Обработки и переводы

1. **Божественная Песнь.**
2. **Переводы из Писаний** (в т. ч. *Дэвикалоттара*).
3. **Переводы из Шанкарачарьи** (в т. ч. *Вивекачудамани*).
4. **Другие произведения.**

Приложения

*Предварительные заказы можно высыпать по адресу:*  
**Россия, Санкт-Петербург, 194291, а/я 63, Могилеверу О. М.**



ПЕРИОДИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ ШРИ РАМАНАШРАМА

# THE MOUNTAIN PATH

*Г о р н ы й П у т ь*

**Журнал посвящен Бхагавану Шри Рамане Махарши**

**Цель журнала:** объяснять мудрость всех религий и всех веков, передаваемую из поколения в поколение, главным образом так, как она свидетельствуется их святыми и мистиками, и делать ясными Пути, доступные духовным искателям в условиях современного мира.

**Периодичность** — 2 выпуска в год:

1. *Арадхана* выпуск (№ 1 — 2); приурочен к дню *махасамадхи* Шри Бхагавана (май — июнь).
2. *Джаянти* выпуск (№ 3 — 4); приурочен к дню рождения Шри Бхагавана (декабрь — январь).

**Редактор:** Рамамани (Ramamani)

**Издатель:** Шри В. С. Раманан, Президент Шри Раманашама

## To Our Subscribers

The subscription rates are for despatch of the journal by surface mail to all parts of the world.

**Annual subscription — \$ 15**

**Life Subscription — \$ 250**

If despatch by AIR MAIL is desired the additional annual amount should be remitted — \$ 10

*Letters and remittances should be sent to:*

**The Publisher, «THE MOUNTAIN PATH»**

**Sri Ramanasramam P. O.**

**Tiruvannamalai 606603**

**South India**

# the INNER DIRECTIONS™ journal PUBLISHED QUARTERLY

ПЕРИОДИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ИСКАТЕЛЕЙ ИСТИНЫ

## The Inner Directions journal

### Журнал Внутренних Направлений

В традиции Шри Раманы Махарши журнал делает упор на осознании истинной природы человека посредством прямого исследования и переживания.

**Цель журнала:** поддержать и усилить Внутренний Путь, отразить то единство, что сияет сквозь разнообразие Учений и основано на переживании Сердца — Точки, из которой поднимается подлинное понимание, превосходящее отделенность и разделение — обусловленности, создаваемые умом.

*Журнал Внутренних Направлений* предлагает Вам статьи и беседы по следующим вопросам:

- пути к Самопознанию, как учат традиционные и современные Учители;
- йога и Веданта;
- буддийская *дхарма*;
- мистическое христианство;
- Путь Дао;
- мистицизм Каббалы;
- Суффизм;
- Дзен и Чань;
- медитативное исследование на традиционных и нетрадиционных Путиях.

*Каталог Внутренних Направлений* содержит наиболее полную коллекцию (более 500 наименований) книг, аудио и видео, представляющих суть подлинно духовных учений. Его темы: традиции Востока и Запада; Святые и Мудрецы; современные Учители; практическая Мудрость для повседневной жизни; женщины и духовность.

**Периодичность** — 4 выпуска в год (Зима, Весна, Лето, Осень)

**Редактор:** Мэтью Гринблатт (Mr. Matthew Greenblatt)

### To Our Subscribers

*Subscriptions are \$ 18 in the USA, \$ 21 in Canada, \$ 25 in all other countries.*

*Letters and remittances should be sent to:*

**The Inner Directions Journal, PO  
Box 231486, Encinitas, CA 92023, USA  
Phone: (619)471-5116 Fax: (619) 471-0337**



## **РЕСТАВРИРОВАННЫЕ ИЗОБРАЖЕНИЯ БХАГАВАНА ШРИ РАМАНЫ МАХАРШИ**

С 1900 по 1950 год были сделаны сотни фотографий Шри Раманы Махарши. В последнее время стал очевиден большой ущерб, нанесенный временем негативам-оригиналам и ранним отпечаткам. Стало ясно, что эти изображения должны быть немедленно восстановлены и сохранены для будущих поколений духовных искателей, которые, несомненно, получают Утешение, Руководство и Милость из Жизни и Наставлений этого всемирно известного Мудреца двадцатого столетия.

Отвечая на эту острую потребность, Грейам Бойд из Скарборо, Англия, полностью посвятил себя реставрации и сохранению архивных фотографий Шри Раманы Махарши. Он затратил тысячи часов труда и десятки тысяч долларов на приобретение наилучших из необходимых компьютерных технологий решения этой задачи. Полученные из Шри Раманашрама архивные фотоизображения Шри Раманы Махарши он отреставрировал и записал на высококачественные компактные диски с гарантией от повреждений на 250 лет.

После внимательного изучения и консультаций с авторитетами Шри Раманашрама Грейам Бойд тщательно раскрасил несколько восстановленных фотографий, используя лучшие из доступных ему технологий.

Для почитателей и поклонников Шри Раманы Махарши сейчас подготовлен специальный выпуск из пяти снимков формата 22×28 (три цветных и два черно-белых).

*Мы предлагаем эти изображения по цене \$ 8 за снимок (за доставку авиапочтой необходимо добавить еще \$ 5). Но мы настоятельно рекомендуем купить полный комплект из пяти снимков только за \$ 35. При этом в Вашу покупку будет включено дополнительно еще одно цветное фото формата 13×18 бесплатно (поясной портрет)*

*Sends orders to:*

**Arunachala Ashrama  
Bhagavan Sri Ramana Maharshi Center  
72-63 Yellowstone Blvd.  
Forest Hills, New York 11375  
Tel: (718) 575-3215**

# **ШРИ РАМАНА ГИТА**

## **Песнь Шри Раманы**

*Переводчик и составитель русского издания*

*Олег Маркович Могилевер*

*Редактор И. И. Лебедев*

*Технический редактор М. Г. Столярова*

*Изготовление оригинала-макета Н. А. Платановой*

*Корректоры Н. В. Викторова, Н. П. Дралова*

*Выпускающий О. Я. Карманова*

Лицензия ЛР №030213 от 21.11.91

Подписано в печать с оригинала-макета. Формат 60×90<sup>1</sup>/<sub>16</sub>

Гарнитура «Антиква». Печать офсетная. Усл. печ. л. 15

Тираж 3000 экз. Заказ № 22