

Амиташи

Я ЕСТЬ  
АБСОЛЮТ



Амиташи

**Я есть Абсолют**

Шрифты предоставлены компанией «ПараТайп»

© Амишаи, 2024

Классическая адвайта является сложным для понимания учением, вызывает у изучающих его много вопросов. Многие духовные ищущие пребывают в огромной неудовлетворённости, пытаясь понять его.

Эта книга создана для того, чтобы развеять их печаль светом знания. Самые сложные и непонятные моменты будут прояснены. Тяжкие сомнения будут разрешены. Всё сложится воедино в радостной гармонии.

12+

ISBN 978-5-4496-1493-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Оглавление

[Я есть Абсолют](#)

[Чистый потенциал](#)

[Я – не личность](#)

[Всё одухотворено](#)

[Субъектом является только Абсолют](#)

[Абсолют – не «Видящий»](#)

[Абсолют не спит и не просыпается](#)

[Иллюзия](#)

[Джива и Брахман](#)

[Эго](#)

[Методы адвайты](#)

[Практики адвайты](#)

[Самоисследование](#)

[Медитация](#)

[Все духовные пути ведут к Богу](#)

[Бог](#)

[Мир в душе – мир во всём мире](#)

[Смирение](#)

[Приятие](#)

[Безусловное счастье](#)

[Жизнь в духовном ключе](#)

[Гуру и ученик](#)

[Духовное и мирское](#)

Свобода сейчас

Просветление

Я есть Брахман

Если бы Я не существовало

В адвайте нет противоречий

Индивидуальное сознание

Абсолютное Сознание

Не часть, а Целое

Я Есть или меня нет?

Я Есть

То что множественно — не Я

Абсолют есть Я

Живая Истина

## **Чистый потенциал**

Всё Что Есть – Абсолют (Брахман). Абсолют – это Я, Бытие-Сознание-Блаженство, Драгоценность. Абсолют становится всем многообразием вселенной. Он может стать неодушевлённым предметом или воспринимающим сознанием. Но как таковой он бескачествен, это чистый потенциал.

Абсолют нельзя считать воспринимающим существом. Но в нём существует множество воспринимающих сознаний, душ, джив. Абсолют создаёт материальный мир и джив, которые его воспринимают. Индивидуальное сознание (джива) идёт в комплекте с телом и умом. Уму бывает присуще невежество, путающее Я с телом и индивидуальным сознанием. Это выражается в идее «я есть тело», которая есть чувство отдельности – «я», эго.

Посредством практик самоисследования (атма-вичары) – концентрации внимания на чувстве «я», и медитации – пребывании в покое до мыслей, невежество ума рассеивается, и становится ясно, что Я Есть Брахман. При этом тело и сознание остаются, уходит только умственное невежество.

## **Я – не личность**

Всё что мы знаем о слове «я» неприменимо к Я. Потому что мы знаем только «я», являющееся результатом отождествления. И мы считаем что «я» – это всегда только личность. Примеряя это к Атману, ничего дельного не выходит, потому что он безличностен. Другими словами, для нас значение «я» – это эго. А Атман – это Я, которое не эго. Наша терминология в области слова «я» неприменима к Я

адвайты. Мы начинаем с тела: «я есть тело». Потом мы становимся более продвинутыми ищущими и переходим в изысканное «я есть сознание». Но в обоих случаях мы остаёмся ограниченными личностями. Только когда мы отречёмся от своего эгоизма, мы признаем, что Я нам как личностям не принадлежит, а простирается повсюду. Как вытравить эту идею, что я есть личность? Вы не понимаете иного. Вас научили, что я – это личность. Понятие «я» у вас пропитано личностью! Даже «Я есть Брахман» вы понимаете как моя личность есть Брахман или «я есть личностный Брахман» или «моя личность простирается повсюду» или «моя личность является запредельным видящим»! Брахман не является личностью, Я не является личностью. Вам нужно приучить себя к идее безличностного Я. В уме происходит СМЕШИВАНИЕ (отождествление) одного с другим. А по факту умственное ограничение Я (безличностного сокровища) с телом! Поэтому в высшей степени правильно или полезно руководствоваться «Я есть Брахман» как определением Я, а не привязкой Брахмана к личности. Это определение говорит, что Я – это не кто-то, а Безличностный Брахман!

## **Всё одухотворено**

Не-я – значит, что-то мёртвое неодушевлённое. Но всё одухотворено Я – Атманом. Но не личностью Атманом, а Жизнью Атманом. Мы считаем живыми только личности, мы не понимаем как жизнь может быть безличностной. Но она в основе своей безличностна, хоть и может принять форму личности. Жизнь принимает форму предметов и личностей, но она всегда Жизнь. Так вот в адвайте Я – это Жизнь. Безличностна – значит бесформенна, как материал, не являющийся конкретной формой. Золото

принимает форму браслета, но мы не считаем золото исключительно браслетом. Так же в адвайте живым считается не только личность, но Атман в любых формах и не-форме. Жизнь – бесформенное безличностное Я, которое может принимать формы личностей. Я, которое по сути не кто и не что, может стать кем-то или чем-то.

## **Субъектом является только Абсолют**

Мы считаем, что мы – воспринимающие субъекты. Воспринимающие индивидуальные сознания, конечно, существуют. Но они не являются субъектом. Субъектом является только Абсолют, Я. Мы относительно легко отказываемся от идеи «я есть тело», но крепко-накрепко держимся за идею «я – воспринимающий». Мы упорно считаем себя сознаниями, командующими телами для совершения деятельности в мире. Представление об отдельных индивидуальных субъектах является неведением. Существует только один Субъект – Абсолютное Сознание. Коль скоро индивидуальных субъектов не существует, то нет и смысла навешивать на них субъективную ответственность.

При просветлении в индивидууме (тело + индивидуальное сознание) происходит осознание, что Я не является индивидуумом, выходит за его пределы, включает его в Своей Абсолютности. Исчезновение чувства отделённости не означает исчезновения индивидуального сознания. Индивидуальное сознание продолжает воспринимать индивидуально, но у него нет чувства, что Я ограничено его индивидуальностью. Индивидуум продолжает жить, но как пустая безличностная форма, не имеющая в себе отдельного субъекта. Даже сам факт отражения мира в индивидуальном воспринимающем сознании оказывается безличностным, лишённым кого-то воспринимающего. Это просто отражение как в зеркале, где



нет никого. Зеркалу не требуется отражающий. Индивидуальному сознанию не требуется воспринимающий. Оба безличностны. Тем не менее они и всё остальное наполнены жизнью Абсолютного Субъекта, Я. Тело и сознание останутся после просветления, но Я – не они. Осознающее сознание остаётся! Но оно безлично, то есть Тобой не является, как и тело! При просветлении ясно, что Я – не тело и не сознание, а Всё Что Есть. Кому ясно? Никому! Просто ясно!

*Абсолют становится миром, Абсолют становится индивидуумом, Абсолют становится чувством отделённости. Кто я? Кажется, что я ограниченный индивидуум с ограниченным восприятием. Но Я есть только Абсолют. Существует только Абсолют, существую только Я.*

### **Абсолют – не «Видящий»**

Абсолют не является кем-то, кто воспринимает мир. Мир неотделим от Абсолюта, а потому нет разделения на «воспринимающий Абсолют» и «воспринимаемый мир». Мир не воспринимается Абсолютом, а существует в Абсолюте. Абсолют не является воспринимающим субъектом. И это снимает вопрос, почему я не вижу через глаза всех существ, если Я – Абсолют. Осознающим является индивидуальное сознание, в котором через органы чувств отражается мир. Индивидуальные сознания отдельны друг от друга, как отдельные пальцы на одной руке или волны в океане. Так как они отдельны, невозможно видеть глазами другого существа. Я не являюсь ни индивидуальным сознанием, ни так называемым «Видящим». Я – Абсолют.

## **Абсолют не спит и не просыпается**

Если бы Абсолют «пробудился», Он должен был бы моментально осознать, что не является ни одним организмом тела-ума. Но в мире есть «пробуждённые» и «непробуждённые». Получается, Абсолют пробудился не полностью? Абсолют и не засыпал! Бытие не засыпает и не просыпается, Оно просто есть. Ищущие пытаются пробудить Абсолют, что является нелепостью. Абсолют никогда не засыпал. Бытие не нуждается в просветлении. Абсолют не погружается в истории персонажей. Истории персонажей существуют в Абсолюте. Абсолюту не нужно выходить из этих историй или пробуждаться от них. Он в них не заходил! Персонажи, их истории, проблемы и страдания просто существуют в Абсолюте. Они существуют пока существуют, персонажи не могут сделать что-либо, чтобы изменить судьбу. В некоторых персонажах происходит отождествление «я есть тело». Оно происходит в уме. Это умственное наложение. Ложная идея. Она существует, а потом исчезает. Это никак не затрагивает Абсолют. Ему не надо пробуждаться, разотождествляться, познавать Себя. Он самодостаточен и совершенен.

## **Иллюзия**

Не нужно отрицать реальность мира, нужно просто признать его непостоянным проявлением Брахмана. Однако множественность субъектов иллюзорна. Если вы с утра встали и считаете себя одним из миллиардов воспринимающих субъектов, то это кажимость. Если в реальности вы не существуете как один из многих субъектов, то кто же тогда видит мир? Его видит индивидуальное сознание, которое лишь кажется субъектом. Когда неживой предмет кажется вам живым существом вы мысленно придаёте ему душу. То же самое

с человеком и его индивидуальным сознанием. Вы убеждены, что это кто-то! Но с точки зрения адвайты комплекс тела-сознания безличностен или, как говорят буддисты, пустотен. Потому что Я не может быть отдельным.

Все ужимки вашей личности, которые делают её «такой живой» – это просто бесконтрольное эго, позволение «я» мысли выпендриваться. Чем больше она выпендривается, тем больше веры в существование отдельного «я». Все проявления личности не могут быть субъектом, потому что они наблюдаемы. Сознание же абсолютно индифферентно, хоть оно и воспринимает, это не делает его я. Оно подобно холодному безразличному зеркалу для объектов и оно тоже не одушевлено.

Если «я» не выпендривается, если его проявления сдерживаются, а внимание находится в покое, не поднимая мысли, включая мысль «я», то существуете ли вы как нечто отдельное? Происходит восприятие объектов и функционирование тела. Всё это приписывается «я»: «я вижу, я делаю». Это и есть эгоистичное присвоение. В действительности восприятие и действия происходят без субъекта. Тело действует, сознание воспринимает, но в них нет я. Нужно признать тела и сознания безличностными.

## **Джива и Брахман**

Джива – воспринимающая душа, индивидуальное сознание, которое остаётся вопреки изменениям тела и ума. У неё есть основа – вечная неизменная Реальность, которая является СЕРДЦЕМ её сердца. То есть гораздо важнее дживы, драгоценнее, сокровеннее, её суть, суть всех и всего.

Сознание (Абсолют) проявляет Себя как «меня» («индивидуального субъекта»), который видит мир и отождествляет

себя с телом. Любой видящий — это индивидуальность, а индивидуальность не может быть Вечностью. «Я», как «я» себя понимаю (индивидуум), ложно. То есть «я» являюсь иллюзией. Реален Абсолют — Истинное Я. Необходимо отречение от «себя» и признание Бога как «своей» Природы, Сердца «своего сердца». Нужно увидеть Бога во всём и признать, что только Бог вечен. Так как только Бог реален и бессмертен, то смерти нет. «Я» как сознание — форма Бога, но «моя» сущность, Бог, Истинное Я, бессмертна!

«Я», как «я» себя понимаю, есть иллюзорный воспринимающий. «Я являюсь иллюзией» — до чего большего может додуматься ум?! И всё же объявление себя иллюзией верно не до конца. То, что считалось ограниченным телом или сознанием (воспринимающим), в действительности Абсолютно и вездесуще. То, что оберегалось как драгоценность в форме тела и сознания, в действительности ничем не ограничено.

Я ЕСТЬ БРАХМАН.

## **Эго**

Эго — это ложное представление о том, что Я — комплекс сознания и тела. Эго — это также то, что принято под этим словом понимать: гордость, жадность, надменность. Эго разрастается на том, что оно считает своим: собственности, возможностях и достижениях. Чем больше у человека предметов для гордости, тем более он эгоистичен. Владение, власть, достижения — это невероятно сильно портит человека. Эго выражается в важности, которая делает человека кряхтящим стариком даже в молодости. Чем больше то, на что эго притязает, тем грязнее душа. Избавившись от эго, душа становится чистой, красивой и свободной.

Держать эго под контролем можно с помощью аскетизма. Человека, который сильно отравлен эго, спасти могут только катастрофы и лишения, которые физически отнимают то, чем он гордится. Человек духовный, стремится к смирению, духовной практике и служению – тем самым освобождаясь от эго. Эго можно победить полным равнодушием к нему, а не объявлением его проблемой. Как можно серьёзно относиться к тому, чего не существует, и бороться с ним? Такая серьёзная борьба только усилит иллюзию.

С эго и без эго совершенство присутствует во всём. Когда тебя попытаются убедить в том, что эго – это серьёзная проблема, просто улыбнись и не ведись на эти рассказы. Эго не имеет никакого значения. Твоей мотивацией должно быть не разрушение эго, а познание Истины! Познай Себя, и эго отвалится само! Нет необходимости ни в чём, потому что ты есть счастье вне зависимости от наличия и отсутствия эго. Если бы твоё счастье зависело от эго, каким бы непостоянным оно было! Ты – счастье, не зависящее от причин и обстоятельств. Безусловное счастье.

## **Методы адвайты**

Есть два пути: медитация и исследование, дхьяна и вичара, присутствие и вопрошание, недвижимость и концентрация на «я». Это два крыла адвайты, на которых можно прилететь к Самому Себе. Самоисследование подразумевает концентрацию на «я», поэтому его проще практиковать в активной жизни. Медитация не подразумевает концентрации, это просто покой без усилий. Атма-вичару лучше выполнять при повседневной активности. В медитации лучше отпустить всё, даже концентрацию на «я».

## **Практики адвайты**

«Кто я?» – глубокое исследование этого вопроса.

«Кто видит?» – поиск видящего.

«Являюсь ли я автором действий» – исследование авторства.

Безголовый путь – быть пространством для мира.

Забивание гвоздя – жёсткая концентрация на эго.

Осознанность – осознание действий, мыслей, эмоций.

Будь в Покое – покой ума в движении и медитации.

Не думай – устранение мыслей.

## **Самоисследование**

Суть самоисследования – в направлении внимания на ум с целью пребывания без мыслей. Направляйте внимание в корень ума – мысль «я». Или просто будьте в покое. Примите любую удобную позу, глаза могут быть открыты или закрыты. Главное – быть осознанным по отношению к уму. Предмет самоисследования – ЧУВСТВО «Я». Его можно обнаружить по очень личностному эмоциональному запаху. Оно реагирует, имеет характер, гордится, чувствует себя виноватым, считает себя автором. Не сомневаюсь, что каждый относительно легко может нащупать своё эмоционирующее «я». Если у вас возникли сложности с поиском «я», вы можете использовать практику осознанности – наблюдать за всем комплексом тела, ума, эмоций. При таком целостном наблюдении «я» не избежит разоблачения. Существует огромное количество способов самоисследования. И нужно только лишь искренне желать исследовать. Исследовать себя с интересом. Все практики самоисследования используют внимание и осознанность.

Исследовать себя приятно и интересно. Не надо принуждать себя, будьте движимы только интересом.

Вот сейчас ощутите в теле себя. Это будет несомненный эмоциональный вкус. У того что вы ощутите будет эмоция, характер, проявления. Но если вдуматься, то этот вы состоите из мыслей и эмоций. Этот вы – образ некоего субъекта в теле. Как когда детьми, играя в мягкую игрушку, вы придавали ей душу, так и теперь вы придаёте душу телу. «Вы», который в теле, имеет ментальную природу. Он имеет природу воспринимаемого. Вы воспринимаете ментальный образ субъекта наложенного на тело. Вы можете растворить его вашим вниманием. Ментальное исчезает при внесении осознанности.

## **Медитация**

Медитация – главная практика йоги, адвайты, буддизма. Все остальные методы являются подготовительными. Это пребывание в покое (дхьяна) в конечном счёте должно привести к растворению ума (самадхи). По сути, медитация является единственным ключом к просветлению для современного человека, когда нет времени и денег ехать в Индию, а местные гуру не вызывают доверия.

Медитация – это не просто формальная практика. Медитация – это жизнь в том смысле, что вы выстраиваете свою жизнь, всё больше погружаясь в Брахман. Вы сокращаете социальные связи, вы сокращаете деятельность во внешнем мире, вы сокращаете чувственные удовольствия. Вы всё больше погружаетесь в тишину. Медитация – это нечто, охватывающее всю вашу жизнь, вы направляете всю вашу жизнь к Самопознанию.

Чистое ясное свежее восприимчивое сознание. Возможно, мы последний раз испытывали это в детстве. Возвратись к невинности

с помощью медитации. Отнесись к медитации как к наслаждению морским пейзажем – и она перестанет быть практикой. Если целью является сахаджа самадхи, то зачем закрывать глаза? Самадхи должно продолжаться при бодрствовании и активности с открытыми глазами. Поэтому не закрывайте глаза, не принимайте специальных поз, не пытайтесь искусственно обездвижить себя. Посидите в удобном месте в тишине. Наслаждайтесь покоем. Вы почувствуете его животворную силу и благодать. Тишина – это непрерывный поток блаженства. Живите в тишине. Наслаждайтесь тишиной.

## **Все духовные пути ведут к Богу**

Существует заблуждение, что только медитация ведёт к Самореализации, а религиозные ритуалы и чтение Писаний неэффективны. В действительности, все духовные пути равны! Карма-йога, джняна-йога и бхакти-йога – все одинаково ценны. Стремление к Богу – это не технология, это любовь. Важен не столько духовный путь, которым следуешь, сколько твои устремлённость и самоотверженность. Пападжи тратил всё свободное время на джапу. Казалось бы, повторение имён Бога – что-то архаичное и глупое. Но его самоотверженность окупилась встречей с его Гуру Раманой Махарши, который передал ему Знание Истины. Точно так же, если вы самоотверженно пытаетесь понять смысл Писаний, Бог даст вам свои Милость и Знание, хотя мирским людям может показаться, что вы бесполезно напрягаете свой ум. Читайте духовные книги по! Иначе ваш ум пропитается бесполезными мирскими вещами. Ребёнку нужно руководство взрослого, иначе он даже не научится говорить. Так вот, книги являются руководством и имеют сильное влияние на сознание читателя. Они склоняют непокорный ум к самоисследованию. Также повесьте фотографии Учителей,



превратите свой дом в храм Духа. Только так вы придёте к смирению и самоотдаче.

## **Бог**

Адвайта и религия говорят нам об Едином. Это было бы пустой абстракцией, если бы не было бы интуитивного знания Этого. «Религия – инстинкт человечества». Мне близки религиозные люди из-за их нравственности и человечности. Они как никто чувствуют единство Бытия, проявляющегося во всём. Духовный человек не стремится завладеть мирскими благами. Он довольствуется тем, что даёт ему Бог. Бог может возвеличить его или сделать безвестным. Бог даёт ему семью и друзей или делает отшельником. Бог делает человека богатым или делает бедным. Это не забота человека.

Бог абсолютен. Бог есть Я. Каждый человек имеет интуитивное знание об этом через чувство «Я есть». Но так как оно смешивается с телом, Я кажется ограниченным и смертным. Религия может ошибаться, признавая Бога отдельным от человека существом. Но атеист ошибается ещё больше, отрицая божественную природу мироздания. Всё есть Бог – то есть совершенный Атман, Бытие-Сознание-Блаженство. В искажающем уме атеиста Оно предстаёт в виде иллюзии расчленённого мира, в котором его эго якобы имеет свободу воли.

Что такое истинная вера в Бога? Это вера в разумность существования, в смысл жизни, в судьбу, в единство мироздания, в законы духовности, во всеобщую силу, от которой никто не отделим. Вера важна, пока нет видения Бога во всём. Вера в писания, в слова мудреца, в Бога – это интуитивное знание. У искреннего ищущего присутствует полное доверие Учению, потому что он интуитивно чувствует его истинность. Постепенно усердный

ученик получает прямое подтверждение своей вере и утверждается в знании Бога.

## **Мир в душе – мир во всём мире**

Мы всё время сражаемся. Мы сражаемся с внешними врагами и внутренними демонами. Нас научили сражаться. Мы считаем, что мы должны победить врагов – и тогда наступит мир. Но в постоянном сражении обозляемся. Всегда находимся в напряжении, в боеготовности. Всегда боимся что что-то пойдёт не так. А когда что-то идёт не так, корим судьбу и саркастично ставим на себе крест. Не верим в лучшее, а лишь влачим существование, осуждая всех вокруг.

Но вот случается проблеск мира и гармонии. Оставляешь войну, и приходит благодатный покой. Ты – не победитель и не проигравший, просто война закончилась и наступил мир. Ты принимаешь эту мирную жизнь как есть, улыбаешься ей. Когда ты обрёл мир, ничто не сможет угрожать тебе. Стрелы Мары превращаются в цветы на подлёте.

## **Смирение**

Смирение ума делает невозможным страдания. Просто действия совершаются без желания получить некую выгоду и без страха поражения. Та часть ума, которая переживает по поводу результата действий оказывается нивелированной и страдать оказывается некому. Полное смирение по поводу любых действий в любой ситуации, включая «ваши собственные». Это хорошо можно иллюстрировать недвижимым лицом мастера восточных

единоборств. Он может совершать огромное количество действий и при этом его лицо не меняется. Смирение ума также уравнивает вас со всем существующим, вы равны земле, абсолютно слиты с природой, вы часть бытия. Например, вы живёте в лесу, вы – неотъемлемая часть леса, вы дерево, вы лесовик, вы состоите из земли, травы и древесины, вы той же природы что и лес.

Если ум находится в состоянии глубокого смирения, ничто не в состоянии причинить вам страдания. Когда есть смирение, грусть не обжигает, а радость не гордится. Смирение, которое можно увидеть в Аннамалае Свами потрясает до глубины души. Такие святые как бы заглушают свои чувства и минимизируют деятельность. Их внимание не направлено вовне. Их не интересует коллекционирование впечатлений. Красивые виды, красивые люди – всё это скорее выжигает чувства чем имеет ценность. Святые предпочитают вовсе не смотреть на обманчивую красоту. Ничто внешнее их не интересует.

*Ни на что не претендуй, будь никем. «Твоя» личность, «твоё» имущество, «твои» свершения – внутренне отрекись от всего этого. Ты никто, у тебя нет ничего, и ты ничего не свершаешь. Это свобода, невинность и чистота.*

## **Приятие**

Подход приятия очень сложно выработать личными усилиями. Но жизнь сама ставит человека в такие условия, когда приятие становится наиболее оптимальным подходом к жизни. Чем сложнее ситуации, тем быстрее происходит трансформация. Это приятие совершенно неверно понимается как смирение. Вроде принять как есть и смириться. Это не о том. В Учении говорится об умственных попытках контролировать естество.

О привязанностях, которые выражаются в идеях о том как должно быть. Приятие вообще нельзя назвать чем-то существующим! Это просто отсутствие притязющего ума, некого механизма, который ставит шаблоны, обвиняет себя за несоответствие им и страдает.

## **Безусловное счастье**

Почему люди всё время ищут подвох в жизни? Почему всё время пытаются что-то исправить? Почему им всегда мало? Они борются с конкурентами, а потом борются с эго. Они жаждут денег, а потом жаждут просветления. Люди навязывают жизни свои представления о том, какой она должна быть. Но жизнь – совершенное творение Бога. Можно улыбнуться этому дню с благодарностью. Можно быть счастливым без причины. Что мешает быть счастливым? Ум, который придумывает причины для несчастья. И когда ты принял свою жизнь на физическом уровне, ум придумывает духовные причины, например «наличие эго», с которым якобы надо бороться. Тебя разводят!

Вы думаете, что счастье – это шкала исполнения желаний, которую необходимо заполнить, довести до идеала. И вы всегда жутко паритесь, когда чего-то в ней не хватает. Вы концентрируетесь на, возможно, небольшом недостатке, раздувая его до огромных размеров, не замечая что в целом ваша шкала заполнена: вы в целом здоровы, у вас есть где жить и что есть, вы можете позволить себе сходить в кино и у вас даже есть интернет. Шкала просто физически не может быть заполненной на 100%, так что же, всю жизнь страдать по этому поводу? Научитесь радоваться своему благополучию, которое вы просто привыкли не замечать.

## **Жизнь в духовном ключе**

Как же мы далеко зашли в превращении себя в эффективные бесчувственные машины. Мы окружены компьютерами, хай-тековским дизайном офисов и торговых центров, ездим в автомобилях, летаем на самолётах – и всё это, кажется, влияет на нас, делая нас такими же холодными и бесчувственными. Мы становимся просто красивыми куклами для заполнения этих шаблонных локейшенов. Приоритетом становятся внешность и статус – ты важен не как человек, а как набор характеристик – роста, веса, капитала. Сколько ты стоишь? Это зависит от внешнего вида и уровня твоих функциональных умений. В современном мире это принципиально ничем не отличается от выбора пылесоса в магазине. Мы пытаемся сделать из наших жизней красивую гляцевую картинку, превращаясь в манекены. Как же не хватает современному миру тепла, эмоциональности, душевности, взаимопонимания, доброты. Интенсивная нехватка доброты! Мир погряз в вещизме! А вот доброту потерял! У нас есть всё: высокие технологии, модная одежда, вкусная еда, самые изысканные развлечения. А вот душу мы продали.

Духовность ведёт нас в противоположном направлении от всего, что общество считает ценным. Духовность говорит: стань последним из всех, не желай ничего для себя, действуй во благо других, проживи незаметно, подставь вторую щёку. Только мудрый человек может понять величие этого. Бог волшебным образом делает жизнь свои преданных мирной и счастливой и освобождает их от всех обязанностей. Можно ли жить на небольшие средства в значительной изоляции от общества? Да, все любители Истины так и сделали. Человеку, в действительности, не нужно много.

Преимущества, которые дают деньги, эфемерны и излишни. Преимущества, которые даёт духовность, бесценны.

## **Гуру и ученик**

Гуру помогает своей необъятной силой. Но ученик в свою очередь должен выполнять практику, данную Гуру. Только при такой обоюдной работе возможен достойный результат! Милость – это искра, которая возжигает сухой хворост, но именно мы должны высушить хворост! Если Рамана и другие провозглашают целью всех учений покой ума, то почему не услышать это?! Только люди религиозные, приверженные духовности, медитирующие, отрeksiеся от себя, обернуvшиеся в дух, могут надеяться на самореализацию. Самоотверженно делайте всё от вас зависящее – и Милость обязательно проявится и поможет вам. Свет Милости осветит вашу жизнь, стремящийся к Свету не будет вечно прозябать во мраке.

## **Духовное и мирское**

Жалка жизнь мирских людей. Они просто влачат существование или набивают шишки в погоне за славой и богатством. Благословенны духовные люди, услышавшие Учение и устроившие жизнь в соответствии с Ним. Они счастливы.

Жизнь мирского человека подобна мыльному пузырю. Сегодня он родился, завтра женился, послезавтра умер. Как только он родился, можно сказать, что он умер – настолько эфемерна его жизнь. Если он занимается всякими мирскими делами, пытается «добиться чего-то в жизни», это бесполезно. Если он даже добивается «успеха», это

лишь большой надутый мыльный пузырь. Мирские люди не верят в духовность, осязаемость вещей приковывает их к иллюзорному миру, не позволяя увидеть истинную реальность. Если бы у них была хоть капля веры, она могла бы прорасти знанием, но у них нет даже капли, они обречены. Мирские люди разочарованы в мире, их ничем не удивишь, они предвзяты и саркастичны. И всё же они носятся от одной вещи к другой от нечего делать. Это Будда сравнивал с попыткой облегчить боль в животе запахом цветов. Мирские люди преуспели во многих видах деятельности, но никто из них не смог обрести покой.

Духовный человек целостен и самодостаточен. Мирские люди никак не могут понять, почему он счастлив даже при отсутствии денег – и завидуют ему. Они пытаются вывести его из состояния цельности, провоцируя соревноваться с собой в чём бы то ни было. Соревнование это мир двойственности: выше/ниже, победитель/проигравший. Духовный человек, в отличие от мирского, не нуждается в самоутверждении через победы, ведь у него нет мирского комплекса неполноценности. Отказываясь от эгоистичного соревнования, он остаётся неуязвимым, его цельность не даёт брешь. Он не сравнивает себя с другими, потому что знает, что материальные достижения не имеют ценности. Невозможно нарушить счастье человека, который ничего не хочет от мира. Сила, свобода и радость духовного человека возрастают с каждым днём. Проблемы для него не существуют, горести не в силах его коснуться. Даже богатые и властные вынуждены признать его могущество. Он – царь существования, воплощённый Бог.

Тщеславные люди считают, что жизнь удалась, только если ты стал богатым и знаменитым. Они не могут поверить, что человек может быть счастлив просто так! Им претит это. Из зависти они будут пытаться убедить вас в вашей никчёмности и заставить встать

на путь материальных достижений. Посмейтесь над ними и пожалейте, ведь никакие материальные успехи не дали им счастья, которое вы испытываете просто так! Жизнь опрокидывает тщеславных людей, даже если они казались непобедимыми. Жизнь возносит духовных людей, даже если они казались слабыми. Ценность мирского успеха оказывается ничтожной по сравнению с духовным сокровищем. Тщеславный человек может выигрывать в краткосрочном плане, но в долгосрочной перспективе побеждает человек духовный. Фактически тщеславный человек обречён на страдания, пытаясь обеспечить свои бессмысленные мирские достижения, а духовный, преодолев препятствия к Самореализации, наслаждается надёжным безусловным счастьем.

*Мирские победы не имеют значения. Они – лишь короткое ликование. В то время как жизнь в Духе есть высшая вечная победа. Какова цена мирских побед, если мирской человек всё равно несчастен и полон забот. Непревзойдённо величие духовной победы, дарующей безусловное счастье.*

## **Свобода сейчас**

Мы принимаем идею ума о несвободе за реальность по умолчанию. То есть верим, что уж что-то, а наша несвобода очевидна! Как же хорошо наш ум убедил нас в этом. А если мы это проглотили, то мы на крючке. Теперь мы «несвободны», теперь нам нужен «путь освобождения». Тяжкий многолетний путь во времени, исполненный многочисленных препятствий.

А что если я возьму и не поверю, в то, что я несвободен. Тогда я не ступлю в этот многолетний путь, который есть по сути замаскированная сансара. Я не ступлю никуда. Вместо этого я останусь в начале, даже не в начале, а до начала всех путей. Заслуга



учения Пападжи в идее свободы сейчас. Если бы мы приняли эту идею! Я уже свободен. А значит, я не нахожусь в кабале обязанности, в рабстве достижения. Я не обязан никому и ничему, я не должен выполнять действия ради какой-то навязанной социальной цели. Мне не нужно стремиться к счастью и свободе, потому что я есть счастье и свобода по умолчанию! Жизнь, о которой вы мечтаете, на расстоянии признания «Я уже свободен». Ведь вы всегда хотели этого. Быть наконец свободным. Но несвобода была вымышленной, вы сами убедили себя что вы несвободны. Годы поисков свободы, исходя из идеи несвободы. Возьмите же наконец принадлежащую вам по праву свободу, которая всегда была здесь!

Отсутствие желаний и привязанностей, на которое указывал Пападжи, – это то что стоит уяснить. Если вы ничего не хотите, вы неуязвимы, вы ни с кем не соревнуетесь, вам смешно, когда кто-то пытается вас превзойти или контролировать. Вас невозможно контролировать, потому что нет привязанностей, нет «как вам хотелось бы». Что так, что эдак – вам всё равно потому что вы сделали ставку на естественное состояние, а не на внешние явления. Вы – колобок или скользкий омуль. Вы ускользаете из рук Мары, он не знает, как вас уязвить, ему не за что зацепиться.

Главное, за что нужно бороться, – это свобода. Если у человека нет достаточного огня свободы, он обречён. Его душа будет находиться под гнётом инертности и энтропии. Тем же у кого есть огонь я кричу: Восстаньте! Довольно власти мира сего! Станьте яростными и молниеносными, разбейте войско Мары! Прими решение Быть Свободным – и тогда все препятствия будут автоматически отброшены. Ничто не сможет разрушить Свободу. Выкинь всё, абсолютно всё. Тебе не нужен привычный распорядок, ты никому ничем не обязан. Никто не смеет тебя контролировать, сдерживать твою свободу. Всё в огонь, никаких условий, никаких

необходимостей, никаких принципов. Никаких целей, никаких стандартов, никаких правил. Ты не подчиняешься никаким правилам. Ты выходишь за все пределы. Свобода.

## **Просветление**

Просветление всегда очень близко, но вера людей в свою ограниченность и греховность заставляет их думать, что просветление практически недостижимо. Фактически вера в недостижимость просветления и есть то, что не даёт увидеть, что просветление всегда здесь. Это как если бы рыбы поверили, что о воде они могут только мечтать. Не верьте нигилистам, твердящим, что просветления не существует, и самопознание невозможно. Реализация существует и достижима. Преодолейте сомнения и неверие, и неотложно познайте Истину.

## **Я есть Брахман**

Кто ты? Кем ты себя считаешь? Ты уже не считаешь себя телом. Но ты всё же считаешь себя воспринимающим сознанием. Ты всё же считаешь себя индивидуумом. Этот индивидуальный «ты» – иллюзия. Для начала признай «свою» иллюзорность. Потом приди к «Я есть Брахман».

Я есть Брахман. Сначала это невообразимо. Но постепенно нужно увидеть, что тело и сознание относятся к третьему лицу, то есть безличностны. Тогда Я есть Брахман, Абсолют, и это реально. Для начала нужно научиться называть тело «оно». Затем, что сложнее, называть сознание «оно». Сознание осознаёт, тело действует, но всё это нельзя считать Я. Я – это Абсолют. Ум человека убеждён, что я

индивидуально. Как вы можете переубедить ум невежи, который считает так? Я абсолютно, а то что ум называет я, безлично, тело и сознание – это просто вещи. Я абсолютно, не может быть никакого индивидуального я. Индивидуальны только тело и сознание. Но они не я. Поймите, что вы называете «я» то, что на самом деле не я вовсе. Называйте вещи своими именами: тело, сознание. Зачем вы называете их «я», если они не являются «я».

Это тело не может быть другим телом. Эта душа не может быть другой душой. Но Я – не тело и не душа! Это и есть революция адвайты! Я – суть, а не форма, и не могу быть ограниченным ничем конечным и множественным! Я есть Всё. Но это Знание искажено невежеством ума. Когда ум растворён, Знание «Я есть Всё» сияет. Тело остаётся, сознание остаётся, но Я не видится ограниченным ими. Нет разделения на «Источник» и «периферию», «Нирвану» и «сансару». Всё есть Брахман.

## **Если бы Я не существовало**

Если бы Абсолютное Я не существовало, Его невозможно было бы спутать с телом и индивидуальным сознанием. «Я не тело, Я не ум, Я – Брахман» – здесь не говорится, что я как индивидуум един с Брахманом. Здесь говорится, что Я – не индивидуум, а Брахман. Брахман есть Я.

Если бы я было только лишь эго, то в чём был бы тогда смысл ложного отождествления, о котором говорит адвайта? «Я – тело» – что и с чем здесь отождествляется. Почему здесь есть слово «Я» если оно ничего не значит? Почему не оставить просто «это тело»?

Смысл классической адвайты не в том, что Я нет, а в том что Я не является личностью, то есть в существовании безличностного Я.

Брахман безличностен только в том смысле, что он не является личностью. Смысла адвайты в том, что Я – не личность, а Абсолют.

Отрицание Я – это отрицание самого Абсолюта, имя которого Истинное Я. Отрицание Я – равнозначно утверждению «Жизнь мертва». «Безжизненный Абсолют» равнозначен вульгарному материализму. Только глубоко эгоистичный бессердечный человек может объявить Жизнь бездушным механизмом!

### **В адвайте нет противоречий**

В адвайте нет противоречий. Из индивидуальности тел и сознаний никаким образом не следует, что Я ими ограничено! Майя программирует, убеждает ум, что Я (суть) ограничено телом и индивидуальным сознанием. С детства говорится: ты тело, ты ум, ты индивидуальное сознание. Это вошло в ум так крепко, что он не может даже допустить ложность этого. Адвайта низвергает эту ложь майи, говоря: Я (суть) не ограничено ни телом ни индивидуальным сознанием, Я Абсолютно, Я – Всё Что Есть. При этом тело остаётся телом, индивидуальное сознание остаётся индивидуальным сознанием. Но им не придаётся значения сути, Я. Они остаются временными формами, разрушение которых абсолютно безвредно для Сути. Называйте вещи своими именами, то ограниченное, что называлось «собой», нужно называть телом или сознанием (душой), но никак не Я, которое есть имя Бога, Абсолюта. Почему только Брахман может считаться Я? Я – значит суть, основа, дух. Не существует ограниченных индивидуальных сущностей, основ, духов. Суть, Основа, Дух – это Единый Абсолют, Брахман. Я Есть Брахман.

## Индивидуальное сознание

Кто видящий?! Конечно же, индивидуальное сознание! Сколько индивидуумов, столько и видящих! Какую же роль здесь играет Атман? Атман – это сущность (материал) всех индивидуальных сознаний и мира, который они воспринимают. Индивидуальное сознание можно назвать безличностным сознающим. То есть это не кто-то. Появляется тело – и энергия Абсолюта вливается в него, формируя сознание. Абсолют принимает форму индивидуального сознания в теле. Это индивидуальное сознание и является свидетелем. Но так как индивидуальные сознания индивидуальны множественны и преходящи, их нельзя считать Я.

Идея, что Атман разграничивается телами, становясь замкнутыми в них душами, как воздух разграничивается горшками, нелепа, ведь Всё есть Атман и Он не может быть разграничен. Любая граница, включая тело, – это тоже Атман.

Если имело место ложное представление «я – индивидуальное сознание», как теперь называть то что считалось собой? Можно назвать «это сознание». Индивидуальное сознание здесь (для самого себя), другое индивидуальное сознание там. Можно назвать их душами. Но Я никогда не было ограничено душами! А так как суть – это Я, не имеет значения, что происходит с душами.

Индивидуальное сознание здесь. Индивидуальный мир здесь. Это ваша суть? Это вы? Вы ограничены индивидуальностью? Подход должен быть такой: индивидуальное сознание здесь, но с чего бы я был им? Это просто некое пространство с образами, которое исчезает в глубоком сне. Оно включено в меня, но почему я должен быть ограничен этим временным пузырьём? Я не чувствую, что этот пузырь есть моя сущность, что я как-то завишу от него или замкнут в нём. Почему я должен быть ограничен восприятием? Восприятие –

это просто функция, восприятие мира то происходит то прекращается, почему это должно быть мной?

Индивидуальное сознание ограничено, но почему я должен быть чем-то ограниченным и временным. Всё ограниченное временно, но я чувствую свою вечность. Кажется, я никогда не выходил за пределы своего индивидуального сознания. Но кто не выходил за пределы индивидуального сознания? То самое индивидуальное сознание и не выходило за свои пределы. И именно отождествление Я и индивидуального сознания вызывало чувство замкнутости меня в нём. То есть Я и не заходил в замкнутость пузыря индивидуального сознания! То что раньше называлось «собой» теперь остаётся называть «этот индивидуум». Индивидуальное тело, индивидуальное сознание. Они – не Я. Я – Абсолют.

В Йога Васиштхе говорится о том, что индивидуальное сознание – это сон или мысль Абсолюта об ограниченном я. Но это иллюзия, не может быть индивидуального сознания или ограниченного я! Есть только Я, Сознание. Если Всё есть Я, то тело, ум и свидетельствующее сознание – это просто безличностные формы, принимаемые Мной. Безличностные в том смысле, что ни одно из них не содержит отдельное я.

Индивидуальность существует, но это не я, не субъект. Я не тело, не сознание, не действующий, не осознающий. То что «мы» привыкли называть «собой» существует, но это не субъект. Нет «меня» и «вас». Множественность индивидуальных сознаний существует, но они бессубъектны. Я – это Всё. Ты не являешься воспринимающим. Воспринимает индивидуальное сознание. Но Ты не оно. Ты – Брахман.

## **Абсолютное Сознание**

Абсолютное Сознание не может быть повреждено, не может умереть, потому что Оно – всё что есть. Мир сравнивают с маслом в молоке. Не имеет значения, что произойдёт с маслом, если Ты – молоко. Бессмертие сути. Ты – суть. Но у тебя есть идея, что ты – форма, индивидуальность. И поэтому ты боишься. Надо понять, что Я одно и что это суть, материал. Тогда свобода.

Индивидуальные тела и индивидуальные сознания существуют. Тебя приучили считать себя телом или сознанием. Но Высшая Истина в том, что Я неиндивидуально, безлично, это не кто-то один из многих, это Всё, Абсолют, Материал. Индивидуум может понять, что Я не находится в нём и не является им, хоть раньше он и считал себя средоточием субъективного сознания. Индивидуум – третье лицо, безличностная форма, которая только претендует на то чтобы называться «Я».

## **Не часть, а Целое**

Те, кто считают, что утверждение Писаний «Я Есть Брахман» означает лишь единство индивидуального я с Абсолютом, заблуждаются. Истинное Я не может быть ограниченным индивидуумом. Истинное Я Абсолютно, Оно Есть Всё Что Есть. Индивидуальная душа – часть Абсолюта, но даже осознание этого не делает её свободной от страха. Любой невежа считает себя частью вселенной и при этом боится за себя. Ликование адвайты именно в том, что Я Абсолютно, только Абсолютное Я не боится, а другого я просто нет! Утверждая, что индивидуальные я едины с Абсолютом, невежа проповедует ложь множественности я, в то время как Я Одно – и это Абсолют. Если ты считаешь себя смертным

непостоянным кусочком Вселенной, чем твоя философия отличается от философии любого мирского человека, любого материалиста? Может быть, потому что ты считаешь себя душой (сознанием), а не телом? Но душа (сознание) так же ограничена как и тело. Раньше ты считал себя одной ограниченностью, теперь считаешь другой. Но суть заблуждения не поменялась. Если ты – смертный непостоянный кусочек Вселенной, в чём твоя радость в принадлежности Ей? Кого перед смертью успокаивает то, что он часть Вселенной? Ликование Адвайты именно в том что Я Есть Брахман, а не что-то ограниченное!

## **Я Есть или меня нет?**

Несуществование я буддизма (анатта) и «Я есть Брахман» адвайты равнозначны.

Подход анатты хорош тем что моментально устраняет все противоречия через отрицание какого бы то ни было я. Для европейского ума, отравленного представлением о личности я, он подходит превосходно. Он снимает гордыню личности через безличность природы бытия.

Подход адвайты начинается с «я есть» как неоспоримой истины, но искажённой отождествлением. Любое существо знает: «я есть». Для него это самое драгоценное, сама суть. Адвайта показывает, что драгоценность Я (Сознания) не ограничена телом и индивидуальным сознанием, а Абсолютна и Бессмертна.

Оба пути приходят к Жизни, имена которой Природа, Сознание, Я.



## **Я Есть**

Милость — это исчезновение ложного отождествления Я с ограниченной формой. Тогда ясно, что только Я сияет всегда и везде. Во всей мешанине индивидуального ума только чувство «я есть» истинно. Хоть оно и замутнено отождествлением, именно «я есть» — путеводная нить к осознанию Реальности (Я). Рамана бы просто посмеялся над тем, кто отрицает существование Я. Идея несуществования Я привлекательна тем что снимает философские противоречия. Однако оно ложно в самой сути. Оно отрицает саму суть, саму жизненность Жизни. Я Есть — это Истина, её нужно лишь очистить в уме от ложных ограничений. Я есть Брахман. Это ликование Духа! Которое возникает, когда исчезают ложные ограничения в уме. Если бы не было Абсолютности Я, не было бы и ликования, не было бы и смысла в духовности. В этом и радость, что Сокровище Я казалось ограниченным и уязвимым, но потом выяснилось, что Оно Безгранично и Бессмертно!

## **То что множественно — не Я**

Отличие «меня» от «вас» подразумевает двойственность. То что двойственно, множественно — не Я. Раз говорится о множественном, определите, что вы называете «мной» и «вами». Очевидно, это будет либо тело либо сознание, коих и имеется множество. То что вы называете собой, тем что утверждает: «я есть» — это индивидуальное сознание. Но оно никогда и не было Я. Индивидуальное сознание или душа — это, согласно Шанкаре, род майи (иллюзии) — виджнянамайя коша (покров осознания). Абсолютное Я существовало и до появления тела, но Оно Себя не осознавало. С появлением тела, в индивидуальном сознании появилось

осознание «Я есть», искажённое отождествлением с телом. Что и подтверждается «вашим» представлением о «своей» индивидуальности. Я Одно – и это Брахман! То что множественно и индивидуально, то что «вы» считаете «собой» – это формы Я – индивидуальное сознание и тело. Раньше «вы» были убеждены, что являетесь телом, теперь с той же уверенностью убеждены, что являетесь индивидуальным сознанием. Такова сила эго или божественного гипноза. Эго ни за что не хочет отпустить представление о «своей» индивидуальности.

## **Абсолют есть Я**

Мудрецы говорят об Едином Истинном Я которое Есть Абсолют. Если бы они говорили просто о единстве маленького я с Бытием, им бы не нужно было такое понятие как Единое Я. Для западного ума это труднодостижимо, поэтому ты можешь идти путём буддизма. Но в конечной точке они сходятся с адвайтой и ты поймёшь, что то что буддизм описывает как Природу равно Я адвайты. Адвайта просто углубляется в аспект самости. Это её особый подход. Она говорит, что чувство «я» не полностью ложно, и при очищении от отождествлений указывает на суть Всего.

Что такое вообще я? Я – это суть. Так что является сутью? Брахман. На уровне форм есть разделение. Но суть (Брахман) ничем не ограничена. Может возникнуть сомнение: но может, только кусочек природы в виде формы есть я? Форма непостоянна, даже форма индивидуального сознания как и всё множественное не вечна. Только постоянное можно назвать Я, то что не меняется при изменении форм – это материал, Брахман. Следовательно Я Есть Брахман.

## Живая Истина

Что такое я? Я – это суть. Брахман является сутью Всего. Вот почему Я Есть Брахман. Формы пустотны и несамостоятельны. Поэтому говорится, что реально существует только Брахман. Брахман есть суть Самого Себя. Брахман Есть Я. Именно благодаря знанию «я есть» и вопросу «Кто я?» происходит Самопознание.

Поиск начинается с убеждения «я – тело», но интуиция и огонь свободы не верят в такое ограничение. Происходит анализ и переход к позиции свидетеля «я – сознание». Но огонь свободы и сердце не верят даже в ограничение индивидуальным сознанием! Тогда происходит понимание Я Есть Брахман, и с этим соглашаются сердце и интуиция.

В теории ума я ограничено. Так как ум впитывает концепцию ограниченности я с детства. Ум не понимает, почему за я берётся безграничное. Это кажется ему противоречивым. Теории зависят от терминологии. Но «Я – Брахман» – это не теория, а чистое знание, которое сияет при устранении умственных наслоений. То есть это Живая Истина, которая формулируется Мудрецами в знаменитых утверждениях.

*Есть Жизнь. Беспредельная, вечная.  
И никакие описания не могут до конца  
объять Её.  
Она за пределами личного и безличного,  
и в то же время содержит их в себе.  
Жизнь не знает путаницы и заблуждений,  
Она просто есть.  
Путаница возникает в эгоистическом  
мышлении,*

*основанном на чувстве отдельности.  
Жизнь не отождествляется ни с чем,  
не засыпает и не забывает Себя.  
Лишь в эгоистическом мышлении  
возникают сомнения и поиски.  
Так как у чувства отдельности было  
начало, у него будет и конец.  
И когда оно исчезнет, закончатся  
беспокойство мышления и все страдания.  
Останется только То, что было всегда, —  
Сияющая и совершенная Жизнь.*