

НАДАБИНДУ-УПАНИШАДА

Ригведа. Группа упанишад — йога.

Ом! Да будет моя речь в согласии с умом;
Да будет мой ум основан на речи.
О Лучезарный, открой мне Себя.
Да принесут они оба¹ ко мне знание Вед.
Да не покинет меня все то, что я усвоил.
Я присоединю день к ночи² этими занятиями.
Я произнесу то, что словесно истинно;
Я произнесу то, что ментально истинно.
Да защитит меня То³;
Да защитит То говорящего⁴, да защитит То меня;
Да защитит То говорящего — да защитит То говорящего.

Ом! Да будет Покой во мне!
Да будет Покой в ближних моих!
Да будет Покой в силах, воздействующих на меня!

1. Слог «А» считается её (птицы «Ом») правым крылом, «У» — левым; «М» — её хвост; и ардха-матра (половина стихотворного метра), как считают, — её голова.

2. (Раджасические и тамасические) качества (гуны) — её (мерные) стопы; саттва — её туловище; дхарма — её правый глаз, а адхарма — левый.

3. Бхур-лока расположена в её стопах; бхувар-лока — в её коленях; свар-лока — в её пояснице; а махар-лока — в пупке.

4. В её сердце расположена джана-лока; тапо-лока (тапар-лока) — в её горле, а (ту) сатья-лока расположена (вйавастхита) на лбе (лалаата) в центре между (мадхйа) бровями (бхрувор).

5(а). Затем матра (или мантра) за пределами сахасрары (тысячелучевой) разъясняется, её следует разъяснить.

5(б)-6(а). Знаток йоги, восседающий на хамсе (лебедь) таким образом (т.е. созерцает Ом), не подвержен кармическим влияниям или десяткам крор грехов (сотням миллионов).

6(б)-7. У первой матры (мера, также мера времени произнесения короткой гласной) главенствующее божество (девата) — Агни (бог Огня); у второй — Вайю (бог Ветра); следующая матра сияет подобно солнечному диску, а последнюю — ардха-матру — мудрецы знают как относящуюся к Варуне (божеству воды).

8. У каждой из этих матр воистину три калы (части). Это называется Омкара. Познай это посредством дхаран, т.е. сосредоточения на каждой из двенадцати кал (или разновидностей матр, порождаемых различием свар, или интонаций).

9-11. Первая матра называется гхошини; вторая — видйунмали (или видйунматра); третья — патангини; четвёртая — вайувегини; пятая — намадхья; шестая — айндри; седьмая — вайшнави; восьмая — шанкари; девятая — махати; десятая — дхрити (дхрува); одиннадцатая — нари (мауни); а двенадцатая — брахми.

12. Если человеку случится умереть в первую матру (при её созерцании), он переродится как великий император в Бхарата-варше (Индии).

13. Если во вторую матру, он становится выдающимся якшей; если в третью матру — то видьядхарой; если в четвёртую — то гандхарвой (райские певцы-музыканты, хранители сомы).

14. Если ему случается умереть в пятую, т.е. в ардха-матру, он живёт в лунном мире со статусом божества (дэва), весьма прославляемого там.

15. Если в шестую, он растворяется в Индре; если в седьмую, то достигает обители Вишну; если в восьмую, то Рудры, Владыки всех существ.

16. Если в девятую, то направляется в махар-локу; если в десятую, то в джана-локу (дхрува-локу?); если в одиннадцатую, то в тапо-локу, и если в двенадцатую, он достигает вечного состояния (шащватам) Брахмы.

17. То, которое за их пределами, (т.е.) Парабрахман, который вне (вышеупомянутых матр), чистый, всепронизывающий, вне кал, извечно сияющий и источник всякого джйоти (света), следует познать.

18. Когда ум выходит за пределы органов чувств и гун (качеств), и растворяется, не имея отдельного существования и умственной деятельности, тогда (гуру) следует дать ему предписания (относительно хода его дальнейшего развития).

19. Такому существу (джанту), всегда вовлечённому в своё созерцание и всегда поглощённому этим, следует постепенно (шанаир) устранять (чет) представление «я — тело» (калевара), придерживаясь (санстхита) следования йоге (йога-чарена) и уходя от (виварджита) всякого общения с обществом (сарва-сангха).

20. Тогда он, освобождаемый от оков кармы и существования в качестве дживы (индивидуальной души), и будучи чистым, наслаждается запредельным блаженством через достижение им состояния Брахмы (Бога-Творца).

21. О разумный человек, проводи свою жизнь всегда в достойном поведении — познании запредельного блаженства, наслаждаясь всей своей прарабдхой (созревшей кармой), не жалуясь ни на что (из этой прарабдхи).

22-23(а). Даже после пробуждения Атма-джняны (постижении Атмана, или высшего «Я»), прарабдха не исчезает; но он не ощущает прарабдху после озарения таттва-джняны (знания таттвы, или сущности истины), поскольку тело и другие вещи — асат (нереальны), подобно вещам, виденным во сне тем, кто уже проснулся.

23(б)-24. Та карма (её часть), которая сформирована в прежних рожденьях и называется прарабдхой, несколько не затрагивает такого мудреца (таттва-джняни), поскольку у него уже

не будет перевоплощения. Так же, как нереально тело, которое существует в сновидении, так же и это тело.

25(а). Где же тогда перевоплощение для того, которое иллюзорно? Как может иметь какое-либо существование то, у чего нет рождения?

25(б)-26(а). Как глина — материальная причина горшка, так же и человек узнаёт из веданты, что аджняна (невежество) — материальная причина вселенной; и когда аджняна исчезает, то где же тогда космос?

26(б)-27. Так же, как человек из-за иллюзии ошибочно принимает верёвку за змею, так и не ведающий истины глупец видит этот мир (считая его истинным). Когда он знает, что это кусок верёвки, иллюзорная идея о змее исчезает.

28-29(а). И поэтому, когда ему ведома вечная суть всего, и вся вселенная становится (поэтому) пустой (шуньята) (для него), где же тогда прарабдха для него? — поскольку тело тоже часть мира. Поэтому слово «прарабдха» принимается (только) для просветления невежественных.

29(б)-30. Затем, когда прарабдха, с течением времени, отработана и изношена, тот, кто есть звук, следующий из союза пранавы (Ом) с Брахманом, кто есть само абсолютное сияние, и кто есть наделяющий всяким благом, сияет сам по себе подобно солнцу при рассеивании облаков.

31. Йог, находящийся в сиддхасане и выполняющий вайшнави-мудру, должен всегда слышать внутренний звук в правом ухе.

32. Звук, который он таким образом практикует, делает его глухим ко всем внешним звукам. Преодолевая все препятствия, он входит в состояние сознания под названием турия («четвёртое», после бодрствования, сна со сновидениями и глубокого сна) в течение пятнадцати дней.

33. В начале своей практики он слышит много громких звуков. Постепенно они увеличиваются в высоте тона и слышатся всё более и более тонко.

34. Сначала эти звуки подобны тем, которые исходят из океана, облаков, литавры и ливней; в средней стадии они подобны звукам мардалы (таблы, барабаны), колокола и гудка.

35. На последней стадии эти звуки напоминают звучание колокольчика, флейты, вины (струнного инструмента) и пчелы. Таким образом он слышит много подобных звуков, всё более и более утончённых.

36. Когда он достигает той стадии, когда слышен звук большой литавры, ему следует стремиться различать только всё более и более утончённые звуки.

37. Он может изменять своё сосредоточение с грубых звуков на тонкие, или с тонких на грубые, но ему не следует позволять своему уму отвлекаться от одних звуков на другие.

38. Ум, сосредоточившись вначале на любом отдельном звуке, должен непоколебимо удерживаться на нём и растворяется в нём.

39. Он (ум) становится невосприимчивым к внешним впечатлениям, становится единым со звуком, как молоко с водой, и затем становится быстро поглощённым в чидакаше (акаше-пространстве, где господствует чит-сознание).

40. Будучи безразличным ко всем объектам, йог, обуздавший свои страсти, должен непрерывной практикой сосредотачивать своё внимание на этот звук, который уничтожает ум.

41. Оставив все мысли, и будучи свободным от всех действий, ему следует всегда сосредотачивать своё внимание на этом звуке, и тогда его читта (субстанция сознания) становится поглощённым в нём (т.е. звуке).

42-43(a). Так же, как пчела, всасывающая нектар цветка, не обращает внимания на плохой запах, так и читта, которая всегда поглощена в звуке, не жаждет чувственных объектов, поскольку она притянута приятным ароматом нады (звука) и оставила свою неугомонную природу.

43(б)-44(a). Змея-читта через слушание нады полностью поглощается в ней и становится не замечающей ничего, сосредотачиваясь на звуке.

44(б)-45(a). Звук выполняет роль острой палки для понукания животных (стимула), которой управляют взбешённым слоном — читтой, которая слоняется в саду удовольствий, получаемых от чувственных объектов.

45(б)-46(a). Он выполняет роль ловушки для связывания оленя-читты. Он также служит берегом для океанских волн читты.

46(б)-47(a). Звук, проистекающий из пранавы (Ом), которая есть Брахман, имеет природу сияния; ум становится поглощённым в нём; это — всевышняя обитель Вишну.

47(б)-48(a). Звук существует до тех пор, пока сохраняется концепция акаши (акаша-санкальпа). За её пределами — ашабда, беззвучный Парабрахман, который есть Параматман.

48(б). Ум существует до тех пор, пока имеется звук, но с этим (прекращением звука) приходит состояние, называемое унмани-манас (т.е. состояние пребывания над умом).

49(a). Этот звук растворяется в акшаре (неразрушимом), а беззвучное состояние — запредельная обитель.

49(б)-50(a). Ум, который наряду с праной (вайю) имеет (свои) кармические свойства разрушенными постоянным сосредоточением на наде, поглощается в незапятнанном Едином. В этом нет сомнения.

50(б)-51(a). Многие мириады (звуков) нады, и гораздо больше бинду — (все они) становятся поглощёнными в звуке Брахма-пранавы.

51(б)-52(a). Будучи свободным от всех состояний и каких бы то ни было мыслей, йог пребывает подобным мёртвому. Он — мукта (освобождённый). В этом нет сомнения.

52(б). После этого он уже никогда не слышит звуки морской раковины или дундубхи (литавры, большого барабана).

53. В состоянии унмани тело несомненно подобно бревну, и оно не чувствует жары или холода, радости или горя.

54. Читта такого йога, оставившего славу и бесчестие, пребывает в самадхи, выше трёх состояний.

55. Будучи свободным от состояний бодрствования и сна, он достигает своего истинного состояния.

56. Когда (духовное) видение становится устойчивым без какого-либо наблюдаемого объекта, когда вайю (прана, дыхание) становится бездвижным без всякого усилия, и когда читта становится устойчивой без какой-либо поддержки, он обретает форму внутреннего звука Брахма-пранавы.

Такова упанишада.

Ом! Да будет моя речь в согласии с умом;
Да будет мой ум основан на речи.
О Лучезарный, открой мне Себя.
Да принесут они оба ко мне знание Вед.
Да не покинет меня все то, что я усвоил.
Я присоединю день к ночи этими занятиями.
Я произнесу то, что словесно истинно;
Я произнесу то, что ментально истинно.
Да защитит меня То;
Да защитит То говорящего, да защитит То меня;
Да защитит То говорящего — да защитит То говорящего.

Ом! Да будет Покой во мне!
Да будет Покой в ближних моих!
Да будет Покой в силах, воздействующих на меня!

Так заканчивается Надабинду-упанишада Ригведы.

Перевод с санскрита на английский: К. Нараянасвами Айяр.

Перевод с английского: Ишвара, декабрь 2008 г.

¹ Ум и речь.

² Т.е. уничтожу различие между ними.

³ Брахман.

⁴ Т.е. учителя.