Атма-вичара и Брахма-вичара: две самые важные темы Адвайта Веданты

Есть две самых главных темы Адвайта Веданты и, вообще, всей Санатана Дхармы – это Атма-вичара и Брахма-вичара. Нет тем важнее, чем эти две в Адвайта Веданте, во всей Санатана Дхарме, да и во всей Вселенной.

Неведение существует из-за отсутствия исследования и знания себя (Атма-вичары), и отсутствия знания Бога, Абсолюта (Брахма-вичары). Именно по причине слабой Атма-вичары и Брахма-вичары мы есть те, кто мы есть сейчас – души, дживы, барахтающиеся в сансаре. По причине отсутствия их мы получаем рождение в физическом теле и возникает этот мир, эта жизнь в колесе сансары. По причине их отсутствия мы не помним себя, страдаем, заблуждаемся и ввязываемся в тщетную кармическую суету.

По причине их практики мы истинно вступаем на Путь Дхармы, Пробуждаемся к высшей Дхарме Адвайты, покидаем все страхи, надежды, цепляния, обретаем истинное счастье, свободу и достигаем Просветления и Освобождения от круга рождения-смерти. Достигаем слияния с Всевышним Источником – Абсолютом, Брахманом (саюджья мукти) в самадхи. Мы обретаем две великие мудрости: Атма-джняну – знание своей самости, высшего «Я», и Брахма-джняну – знание сути Брахмана-Абсолюта, Бога.

Вичара, вивека, вайрагья

Духовная практика как в Атма-вичаре, так и в Брахма-вичаре ведет к одним и тем же процессам – сначала рождается ясная способность к различению – вивека. Вивека дает возможность отделить качества души или качества Брахмана от их сути и более не ошибаться. То есть вивека удаляет наше неведение, наши ложные взгляды на реальность души и Бога. Когда ложные взгляды уходят, то и ложное отождествление души с телом, эго, умом или отождествление Бога с именем и формой уходят.

Это вайрагья, отрешение. Вайрагья отделяет нас от иллюзии, заблуждения, действия кармы и ее последствий (карма-пхала) и позволяет воспарить к чистой мудрости – джняне. Она дарует нам осознанность и любовь к Божественному источнику вплоть до полного слияния с ним, каqвалья-мукти, Освобождение.

Атма-вичара

Атма-вичара есть исследование своего высшего «Я», своей самости – определение того, кем вы являетесь в самом деле, а кем не являетесь. Такое исследование наделяет нас великой способностью – «вивекой», способностью различать свою высшую самость, Атман, и то, что ею не является – пять оболочек, т.е. пять тел, таких как физическое, энергетическое, астральное, ментальное и причинное.

*«Вы должны различать «Я», чистое в самом себе, и «я»-мысль. Последнее, будучи просто мыслью (вритти), видит субъект и объект, спит, пробуждается, ест и пьет, умирает и возрождается. Но чистое «Я» есть чистое Бытие, вечное существование, свободное от неведения и мысли-иллюзии. Если вы остаетесь тем «Я», вашим единственным бытием, без мысли, то «я»-мысль исчезнет, и заблуждение пропадет навсегда».*

*Шри Рамана Махариши, «Теория самоисследования».*

Когда мы преуспели в Атма-вичаре, мы вдруг понимаем: «Так вот, кто есть царь и владыка моей души! Я – Атман, нерожденный, чистый, вечный, неуничтожимый, бестелесный и безгрешный. Вот, кто управляет моей жизнью изнутри! Вот, кто имеет право владеть моей душой – это Атман! Вот оно, главное знание, что каждому следует знать о самом себе! Вот, кем я являюсь в самом деле! Вот, с чем я всегда и везде должен себя отождествлять! Вот, где должен быть мой ум!»

Атма-вичара показывает вам, кем вы являетесь в самом деле, а кем – нет. Она ясно показывает, какому измерению надо отдавать власть над душой и где следует быть уму каждого мудрого человека и каждого существа. Лишь тот, кто постиг Атма-вичару, знает себя, иные же -спят в неведении и страдают из-за этого.

Брахма-вичара

Брахма-вичара устраняет даже идею «Я». Она открывает нам полное единство Вселенной как Абсолюта. Она позволяет обнаружить Бога как внутри, так и вовне, и увидеть, что все есть только один Бог, а иного, кроме Бога, в реальности ничего нет.

*«Это сущность знания всех школ веданты, мимансы, ньяи, санкхьи, йоги и вайшешики, а также буддизма и джайнизма.*

*Это великий, прямой, запредельный путь древних сиддхов, авадхутов, риши и богов.*

*Это квинтэссенция всего ведантического, шиваитского, вайшнавского, шактистского знания и всех иных путей, существующих в этом мире.*

*Раджа-йога, Бхакти-йога, Джняна-йога, Лайя-йога, Мантра-йога, Санньяса-йога и все другие йоги стремятся лишь к познанию Брахмана, Всевышнего Источника, Творца и владыки миров.*

*Брахма-вичара соединяет в себе все, дарует достижение всего, она сама есть все, она есть основа, путь и плод, начало и конец, видение, медитация и поведение, метод и мудрость, она есть сама Сахаджья, она ведет к лайе и Мокше (растворению кармы и Освобождению)».*

*Шри Гуру Свами Вишнудевананда Гири «Брахма-вичара упадеша» (3-6)*

Брахма вичара означает, что мы исследуем Бога, Брахман-Абсолют и его энергии, т.е. как внутреннюю реальность, так и внешнюю вселенную.

*«Направив ум на Брахмана, избегая отвлечений, с бдительным умом, всегда и везде следует внимательно размышлять о Брахмане – великом Источнике и Владыке всего, как бы поглощаясь таким размышлением.*

*Вечный, всепроникающий, всеведущий, всенаполняющий, незапятнанный, полный блаженства, неделимый, тот, что вне времени, кто не рожден, не действует, один без другого – так следует вновь и вновь размышлять о Брахмане.*

*Стоишь ли ты, ходишь, бежишь, сидишь, говоришь, работаешь, ешь, пьешь или спишь – следует непрерывно сосредотачиваться на великом Владыке, всеведущем, всенаполняющем, всепроникающем, вечном, всемогущем, полном блаженства.*

*Когда так непрестанно размышляешь о Брахмане, силой вивеки глубоко исследуя его природу, – это именуют Брахма-вичарой».*

*Шри Гуру Свами Вишнудевананда Гири «Брахма-вичара упадеша» (10-13)*

Брахма-вичара восхваляется сиддхом Горакханатхом. Он наставляет, что секунда проведенная в Брахма-вичаре, исследовании Брахмана, превосходит все иные методы. Исследование Абсолюта приводит к постижению Брахмана, Бога, не имеющего имени, качеств, атрибутов, того, кто ничего никогда не делает, пребывая вне времени, всеведающего, всенаполняющего, вечного, полного, вездесущего.

*«Знатоки Абсолюта ведают, что великий Абсолют есть пространство, сознание, и что оно блаженно, незапятнано, недвижимо, вечно, бездеятельно и бескачественно (ниргуна)».*

*Горакша Паддхати*

О наилучшем поклонении Богу через Брахма-вичару говорит риши Васиштха, наставляя принца Раму в главе шестой «Йога Васиштхи».

Шравана, манана, нидидхьясана

И Атма-вичара, и Брахма-вичара практикуются и развиваются одинаково в соответствии с традиционными тремя главными принципами – шравана, манана, нидидхьясана.

Получив передачу через слушание (шравана) от своего коренного гуру своей линии передачи, подготовленный ученик входит в созерцание, затем проясняет его, отсекая сомнения и неясные моменты (манана), и погружается в постоянную поглощенность Атманом или Брахманом – нидидхьясана, ведующую к самадхи.

Древняя ведическая и тантрическая традиция передачи знаний, идущая от Шивы, Даттатрейи, Санаткумара, Васиштхи, Шри Шанкарачарьи, к которой мы принадлежим, рекомендует эти методы каждому истинному садху как самые важные и главные.

Атма-вичара и Брахма-вичара – это одно

Хоть и кажется, что этих тем две, на самом деле это только кажимость, истинная тема Веданты – одна, ибо Атма-вичара и Брахма-вичара – это одно, а не два.

Это единство выражено в Ведах махавакьей, великим изречением «Аям Атма Брахма» — «Атман есть Брахман», т.е. эта Высшая самость есть Абсолют. «Мандукья-упанишад», 1.2 «Атхарваведы»

Атман и Брахман – одно, это самое великое послание учения Адвайты.

Наша самость, наша суть, наша природа вечна, совершенна, всегда чиста, свободна, она есть сам Абсолют, Бог, играющий в человека.

*(Из сатсанга Шри Гуру Свами Вишнудеванада Гири)*