

АТМАБОДХА

или

Науката за Себепознанието

Молитва

В ранна утрин съзерцавам Върховният Атман сияещ в дълбините на моето сърце, чиято същност е Истина-Съзнание-Блаженство; медитирам върху върховната цел, Четвъртото, което е свидетелят/познаващият трите състояния на будност, сън със сънища и дълбок сън без сънища. Аз съм този неделим Брахман, а не съвкупността от Елементите.

1. Тази Атмабодха беше съставена с идеята да послужи за нуждите на тези, чиито грехове са пречистени чрез практиката на аскетизъм, които са спокойни, свободни от желание и жадуващи освобождение.

2. Както огънят е необходим за приготвянето на храна* така необходимо е Себепознанието за крайното Освобождение. Освобождението не може да бъде постигнато без Знание.

* огънят е причината, храна е ефекта; посочва се причинно-следствената връзка между Знанието и Освобождението.

3. Действието не може да разруши невежеството тъй като не е противоположно на него. Знанието единствено разрушава невежеството така както светлината разпръсква тъмнината.

4. Атман изглежда ограничен поради невежеството. Когато то /невежеството/ се отстрани Атман засиява от самосебе си както слънцето се саморазкрива след отминаването на облака.

5. Чрез постоянна практика Знанието* пречиства въплатената Душа от петната на невежеството и после то /Знанието/ само изчезва както катака-праха* изчезва от самосебе си след като е пречистил мътната вода.

*”гняна абхяса” буквално “практикуване на знание”

* катака - прах, с който се пречистват кладенците и водоемите /kataka-nut powder/

6. Светът /Самсара/, пълен с привързаности, неприязън и пр. подобен на сън: изглежда реален дотогава докато невежеството трае, но в момента, в който човек се пробуди /за Божественото съзнание/ света става нереален.

7. Светът изглежда реален така както седефа на мидата се бърка със среброто, но това е дотогава, докато недвойственият Брахман бъде осъзнат/познат като субстрата на всичко съществуващо.

8. Като мехурчета във водата световите се раждат, съществуват и се разтварят във Върховният Бог, който е материалната причина и опора на всичко.

9. Проявеният свят на различията и формите /чрез въображение/ се наслажда върху вечния всепроникващ Вишну*, чиято природа е Сат-Чит /Истина-Знание/ също както орнаментите и украшенията /се наслаждат/ върху златото /което е техният субстрат/.

* Вишну означава Всепроникващ

10. Всепроникващото пространство /акаша/ изглежда разделено поради асоциацията със света на формите /упадхи*/. Подобно, Безкрайната Реалност изглежда разграничима, разделена на части поради отъждествяването с упадхите, материалните слоеве, но отново става цялостна/единна с тяхното разрушаване.

* упадхи – термин във Веданта, който означава нещо като ограничаващ придатък; притурка, която ограничава. Най-често се имат предвид материалните обвивки на атман, т.нар. коши.

11. Поради различните упадхи /наслоявания/ каста, цвят, статут* се наслаждат върху Душата /Атман/ така както цвят, аромат и пр. Се наслаждат върху водата.

* социален статус /положение/

12. Физическото тяло, наречено още “къщата на преживяванията на удоволствие и болка”, се придобива поради влеченията породени от миналите действия* и се казва, че е съставено от петте велики Елемента* приминали рпиз процеса на Панчикарана*.

* предишни прераждания

* всеки “фин” елемент, т.е. танматра* става груб като се раздели на две и едната му половина се смеси с по 1/8 част от всеки друг фин елемент.

* танматра – означава “това, което е завършено в себе си”; принцип

13. Финото тяло*, инструмента на преживяванията, формирано от танматрите преди тяхното разделяне и смесване*, се състои от петте прани, десетте сетивни органа, умът и интелекта*.

* Сукшма шарира

* манас и буддхи

14. Невежеството /авидя/, което е без край и не може да се опише се нарича каузално тяло. Знай Атман /Душата/ като различен от трите упадхи*

* трите тела – Стхула шарира, Сукшма шарира, Карана шарира

15. Поради съюза* с петте обвивки* Атман изглежда като тях, какъвто е случая с кристала, който изглежда син, червен и т.н. поставен в близост до цветно парче плат.

* букв. “йога”; асоцииране

* петте коши

16. Чрез силата на различаване чистата съкровена Душа трябва да се отдели от покриващите я обвивки подобно на това, както се отделя ориза от люспите чрез процеса на вършеене.

17. Въпреки че е всепроникващ Атман не се проявява навсякъде. Той се проявява /отразява/ единствено в интелекта /буддхи/ така както чистата повърхност* има способността да отразява обектите.

* например чисто огледало или чиста вода

18. Атман трябва да се схваща като различен от тялото, сетивните органи, ума, интелекта и аморфната пракрити*; като Наблюдател на техните функции подобно на крал.

* васаните, каузалното тяло

19. На тези, които липсва различителна способност, се вижда като че Атман, Душата, е действащия, така както Луната изглежда да се движи на фона на движещи се облаци.

20. Тялото, сетивните органи, умът и интелекта изпълняват воите специфични активности единствено благодарение на Съзнателността, която е в есенциалната природа на Атман, Душата, ката както човека е активен в присъствието на светлина, която е природата на слънцето.

21. Благодарение на не-различаването /авивека/ качествата и действията на тялото и сетивните органи се наслаждат върху чистата Душа, Атман, която е Съществуване-Съзнание-Абсолют, така както на небето се приписват качества като цвят и т.н.

22. Така както движението на Луната, принадлежащо на водата, чрез невежество се приписва на отразената в нея вода, така подобно действията, преживяванията и т.н. които принадлежат на ума /са функция на ума/ се приписват на Атман.

23. Привързаност, желание, удоволствие, болка и т.н. имаме само когато буддхи /интелекта/ присъства. Те не съществуват в дълбок сън когато умът отсъства. Следователно те са функция на интелекта, а не на Атман.

24. Същността на Атман е сат-чит-ананда* така както светенето е в природата на слънцето, хладността е в природата на водата и горещината в природата на огъня.

* съществуване-съзнание-блаженство или истина-интелигентност-блаженство

25. Чрез съюза, /в който липсва различаване/ между двете, а именно Съществуване-Съзнание аспекта на Атман и функцията на интелекта, е ражда впечатлението за “Аз знам”.

26. Атман никога не търпи модификации; буддхи никога не е притежавал знание /съзнание/. Въпреки това Джива* изпада в заблужденията на “Аз съм виждащия”, “Аз съм знаещият”.

* Въплатената Душа

27. Вземайки /погрешно/ себе си за живо същество* /вместо за Атман/ подобно на както се взема въжето за змия, човек бива обвзет от страх. Човек придобива безстрашие когато разбере, че не е Джива, а Върховния Атман.

* джива

28. Атман единствено е който осветява интелекта, сетивните органи и т.н. както светлината осветява глинанените съдове. Но те са само инертни обекти, които не могат да осветят Атман от своя страна.

29. Точноно както светлината не се нуждае от дрега светлина да освети себе си, така Атман няма нужда от друго знание да познае себе си, тъй като неговата природа е знание-съзнателност сама по себе си.

30. Отхвърлил всички упадхи /ограничителни обвивки/ чрез метода “нети-нетти” човек би трябвало да осъзнае единството между индивидуалната душа и Върховната Душа посредством Махавакиите*.

* 4-те Велики Ведически афоризъма:

1. Брахман е принципа на Познание
2. Това си ти
3. Този Атман е Брахман
4. Аз съм Брахман

31. Видимите обекти, такива като физическото тяло и пр. са родени от невежеството /авидя/ и са тленни/чезнещи като мехурчета. Човек трябва да осъзнае чистия Брахман като “Аз съм Брахман”, като нещо нарпълно различно от тях.

32. Бидейки различен от тялото аз не се раждам, нито раста и остарявам, нито умирам. Тъй като нямам сетивни органи няма как да съм привързан към сетивните обекти, такива като звук, вкус и останалите.

33. Тъй като нямам ум, аз не изпитвам мъка, желание, омраза, страх и т.н. и действително писанията декрарират, че Атман е без прана, без ум; той е чист и т.н.

34. Аз съм без качества и действия, вечен, без съмнение, неопетнен, непроменлив, без форма, вечно свободен и чист.

35. Подобно на акаша /пространството/ аз прониквам всичко отвътре и отвън. Не зная падение, аз съм същия навсякъде, вечен, недосегаем, чист и неподвижен.

36. Действително, аз съм този Върховен Брахман, вечен, неперочен, свободен, един, безкрайно блаженство, недвойствен, истина-знание-вечност.

37. По този начин* чрез постоянна практика се изгражда вътрешното убеждение* “Аз наистина съм Брахман”, което разрушава тревогите и вълненията причинени от невежеството също както медицината разрушава болестите.

* мислейки, съзерцавайки

* убеждение – създаване на положителна васана, самскара

38. Така, избирайки усамотено място, свободен от желаниа, със сетива поставени под контрол, медитирай върху безкрайния Атман изключвайки всяка друа мисъл.

39. След като интелигентно е разтворил обективния свят в Атман, мъдрият би трябвало да медитира непрекъснато върху единния Атман, който е чист и безупречен като небето.

40. Този, който е постигнал Върховната Цел отхвърля всички форми, цветове и т.н. и почива в своята собствена вътрешна форма, която е безкрайно Съзнание и Блаженство.

41. В следствие на това /пребиваване на състояние на Съзнание и Блаженство/ различието между Знаещ, Знайно и Знание се стопява във Върховното Себе. То действително свети от самосебе си.

42. Така чрез непрекъснатата медитация се запалва огъня на Знанието /подобно на получаването на огън чрез триенето на парчета дърво/, който изгаля цялото горива на невежеството.

43. Така както слънцето се появява от самосебе си слуд като зората е разпръснала тъмнината, така Атман се разкрива от самосебе си, когато невежеството бъде разрушено от знанието.

44. Въпреки че Атман е вечно присъстващ, поради невежеството той не се осъзнава. Когато невежеството се разруши Атман бива осъществен/намерен подобно на лъгго търената огърлица, която винаги е стояла на врата на домакията.

45. Джива се “наслагва”* върху Брахман поради заблуда точно както човешката фигура се “наслагва” върху стълба*. Индивидуалността /джива/ изчезва, когато нейната истинска природа бъде осъзната.

* „взема се погрешно за“

* да се сбърка стълб в тъмното за човек

46. Знанието придобито в следствие на осъзнаване на истинската природа на Реалността рарушава на момента невежеството и представата за “аз” и “мое” подобно на това както изчезва объркването по отношение на посоката...*

* когато се посочи Север останалите три посоки се изясняват автоматично

47. Йоги, съвършен в своето просветление вижда със своето око на мъдростта цялата вселена в себе си /Атман/ както и Атман единствено навсякъде.

48. Цялата вселена е Атман. Всъщност не съществува нищо друго освен Атман точно както гърнето не съществува отделно от глината. Всички гърнци не са нищо друго освен глина – така просветления вижда всичко като собственото си “Аз” /Атман/.

49. Дживанмукта*, надарен със Себепознание изоставя всяка следа от своите упадхи /обвивки/ и става Брахман благодарение на своята природа, която е сат-чит-ананда, така както червея /ларвата/ става оса*.

* освободената душа

* известната метафора за осата, която ужилва червея...

50. Преминал океана на заблудата и убил демоните на рага-двеша и т.н. йогинът изпълнен с мир и блаженство се наслаждава в Атман.

51. Отхвърлил привързаността към ефимерните радости, мъдреца изпълнен с блаженството на Атман свети сам вътрешно подобно на лампа поставена в глинен съд.

52. Въпреки че е свързан с материалните обвивки мъдрият остава недосегаем за тяхното въздействие подобен на небето. Той се държи като невменяем /непукист/ и се движи неусетно наоколо подобен на вятъра /въздуха/.

53. В момента на разрушаването на упадхите /материалните обвивки/ мъдреца сатва едно с Вишну, всепроникващата Реалност, както водата се смесва с вода, светлината със светлина, пространството с пространство.

54. Осъзнай Брахман като постижение отвъд което няма нищо повече за постигане, отвъд което блаженство няма по-висше блажество и отвъд което знание няма друго знание.

55. Осъзнай Брахман като нещо, което веднъж видяно не остава нищо друго да бъде видяно; ставайки Което* прераждането спира и веднъж познат няма нищо друго за познаване.

* ставайки Брахман

56. Осъзнай Брахман като сат-чит-ананда*, всепрониваш, недвойствен, безкрае, вечен, Един, като всичко това, което е отгоре и отдолу и всичко по между.

57. Осъзнай Брахман чрез метода на отрицанието*, на който учи Веданта и който Брахман е недвойствен и вечно блажество.

* неги-неги

58. Брахма, Индра и останалите се наслаждават според заслугите си само на една микроскопично малка част от цялото това неделимо блаженство.

59. Брахман обединява всички обекти, всички действия зависят от него. Следователно Брахман прониква всичко така както маслото прониква млякото.

60. Осъзнай Брахман, който е нито фин, нито груб, нито къс, нито дълъг, който не се ражда и не се променя, който е без форма, качество, цвят или име.

61. Осъзнай Брахман като тази светлина, която “осветява” слънцето и останалите светила, но която не може да бъде осветена от тях, но чрез която светлина всичко се осветява.

62. Прониквайки и осветявайки цялата вселена отвътре и отвън Брахман свети от самосебе си. Това е подобно на нагорещена желязна топка в огъня.

63. Брахман е различен от вселената. Не съществува нищо, което да не е Брахман. Ако нещо друго, различно от Брахман бъде видяно, то е нереално като мираж.

64. Каквото и да се вижда, каквото и да се чува не може да бъде нищо друго освен Брахман. Постигайки Знанието за Реалността човек разпознава цялата вселена като Брахман, като сат-чит-ананда, Абсолют.

65. Окоето на Мъдростта* единствено вижда всепроникващият Атман като Съществуване-Съзнание; тази истина е скира за окоето на невежеството така както слепия не вижда слънцето.

* гняна чакшу

66. Джива, Въплътената Душа, нагорещена от огъня на знанието, който е запален чрез шравана и т.н.* се освобождава от всички примеси и свети от самосебе си подобно на злато.

* шравана, манана и нидидхиасана – слушане, размишление и медитация

67. Атман, Слънцето на Знанието, което изгрява от дълбините на сърцето разрушава мрака на невежеството, прониква всичко и поддържа всичко и свети от самосебе си, ставайки причина всичко останало да свети.

68. Този, който отрича всички дейности, почита Атман като светиня, който /Атман/ е независим от времето, пространството и посоката, който е присъстващ насякъде, който е разрушител на студено /и топло и т.н.*/, който е вечно блаженство и е неопетнен, той става всезнаещ, всепроницващ и безсмъртен.

* двойките противоположности, рага-двеша

КРАЙ