

Парамаханса Йогананда

A portrait of Paramahansa Yogananda, a spiritual leader, with long dark hair and a serene expression, wearing an orange garment. The portrait is framed by a yellow arch at the top and a yellow decorative border at the bottom.

**АВТОБИОГРАФИЯ  
ЦОГА**

Первое полное  
издание на русском языке



СОСРЛ

Парамаханса Йогананда

# АВТОБИОГРАФИЯ ЦОГА

С предисловием У. И. Эванса-Вентца,  
Магистра Искусств, Доктора Литературы  
и Доктора Наук

*«Вы не уверуете, если не увидите знамений и чудес».*

— От Иоанна 4:48

Первое полное  
издание на русском языке

УДК 820-312.6(540)  
ББК 86.391  
Й

## Парамаханса Йогананда

Й Автобиография йога / Перев. с англ. — М.: ООО Издательство «София», 2012. — 640 с.

ISBN 978-5-399-00433-4

Эта волшебная книга чудесным образом изменила жизни сотен тысяч людей. Она написана человеком, который достиг наивысшей реализации и **вложил в эту книгу энергию, способную пробуждать души**. Ставшая уже классикой и изданная миллионными тиражами, автобиография Парамахансы Йогананды показывает великие чудеса Индии, духовную жизнь и этапы пути как непосредственное внутреннее восприятие последователя древнейшей духовной традиции.

Всю глубину мудрости этой книги невозможно воспринять с первого прочтения, и каждый раз, возвращаясь к ней на новой ступени своих духовных поисков, читатель неизменно черпает высочайшее вдохновение.

Кроме того, «Автобиография» — увлекательнейшее, волшебное, пробуждающее чтение для КАЖДОГО образованного человека на этой Земле.

УДК 820-312.6(540)  
ББК 86.391

Autobiography of a Yogi  
Self-Realization Fellowship  
Los Angeles, California, USA  
[www.yogananda-srf.org](http://www.yogananda-srf.org)

Copyright © 2008 Self-Realization Fellowship  
All rights reserved



Одобен Международным Издательским Советом  
Self-Realization Fellowship

The Self-Realization Fellowship (SRF) имя и лого (указанные выше) появляются на всех SRF изданиях и гарантируют читателю, что книга создана обществом, которое было образовано самой Парамахансой Йоганандой в 1920 для распространения его учения по всему миру.

Имя Self-Realization Fellowship, эмблема лотоса SRF на этой странице и колофон SRF на задней странице этой книги являются торговой маркой Self-Realization Fellowship.

ISBN 978-5-399-00433-4

© «София», 2008  
© ООО Издательство «София», 2008

## СОДЕРЖАНИЕ

Благодарности автора .....	6
«Посланник света...» .....	9
Предисловие .....	11
Вступление .....	13
Духовное наследие Парамахансы Йогананды .....	24
Вечный закон праведности .....	26
Глава 1. Мои родители и раннее детство .....	29
Глава 2. Смерть матери и мистический амулет .....	45
Глава 3. Святой о двух телах .....	53
Глава 4. Мой неудавшийся побег в Гималаи .....	61
Глава 5. Святой Парфюмер являет свои чудеса .....	77
Глава 6. Тигриный Свами .....	88
Глава 7. Летающий святой .....	99
Глава 8. Великий индийский ученый Дж. Ч. Бозе .....	106
Глава 9. Блаженный святой и его Космическая Любовь ..	118
Глава 10. Я встречаю своего учителя — Шри Юктешвара .....	128
Глава 11. Двое мальчишек без гроша в Бриндабане .....	140
Глава 12. Годы в ашраме моего Учителя .....	150
Глава 13. Бессонный святой .....	190
Глава 14. Опыт Космического Сознания .....	201
Глава 15. Похищение капусты .....	210
Глава 16. Перехитрить звезды .....	223
Глава 17. Саси и три сапфира .....	238
Глава 18. Мусульманский чудотворец .....	246
Глава 19. Уехавший в Калькутту учитель является мне в Серампуре .....	253
Глава 20. Мы не едем в Кашмир .....	257
Глава 21. Мы едем в Кашмир .....	264
Глава 22. Сердце каменного идола .....	278
Глава 23. Я получаю университетскую степень .....	285

Глава 24. Я становлюсь монахом Ордена Свами . . . . .	294
Глава 25. Брат Ананта и сестра Налини . . . . .	305
Глава 26. Наука Крийя-йоги . . . . .	312
Глава 27. Создание йогической школы в Ранчи . . . . .	325
Глава 28. Возрождение Каши. . . . .	335
Глава 29. Мы с Рабиндранатом Тагором сравниваем школы . . . . .	341
Глава 30. Закон чудес. . . . .	347
Глава 31. Беседа со Священной Матерью. . . . .	364
Глава 32. Рама воскресает из мертвых . . . . .	376
Глава 33. Бабаджи, хриstopодобный йог современной Индии . . . . .	386
Глава 34. Материализация дворца в Гималаях . . . . .	398
Глава 35. Жизнь хриstopодобного Лахири Махасайи . . . .	413
Глава 36. Интерес Бабаджи к Западу. . . . .	428
Глава 37. Я еду в Америку. . . . .	440
Глава 38. Лютер Бёрбэнк — святой среди роз. . . . .	450
Глава 39. Католичка Тереза Нойман и ее стигматы. . . . .	457
Глава 40. Я возвращаюсь в Индию. . . . .	467
Глава 41. Южноиндийская идиллия . . . . .	495
Глава 42. Последние дни с моим гуру . . . . .	511
Глава 43. Воскресение Шри Юктешвара. . . . .	532
Глава 44. В Вардхе с Махатмой Ганди . . . . .	555
Глава 45. «Радостная Мать» Бенгалии . . . . .	578
Глава 46. Йогиня, которая никогда не ест . . . . .	584
Глава 47. Я возвращаюсь на Запад. . . . .	598
Глава 48. Город Энсинитас в Калифорнии. . . . .	604
Глава 49. 1940–1950 годы . . . . .	610
Цепь духовной преемственности (Гуру) . . . . .	632
Цели и идеалы Содружества Самореализации, как их сформулировал его основатель, Парамаханса Йогананда. . . . .	633
Книги Парамахансы Йогананды на английском языке. . . .	634
Аудиозаписи Парамахансы Йогананды . . . . .	639

## «ПОСЛАННИК СВЕТА...»

*Я присоединяюсь к миллионам читателей «Автобиографии йога» во всем мире, превозносящим этот восхитительный и неподвластный времени шедевр духа и литературы... Книга Йогананды воистину является посланником света, разъясняя вечные идеалы, которые всегда были нашими самыми надежными проводниками на жизненном пути. Это те же самые высокие и благородные истины, которые всегда помогали человечеству выжить в этой загадочной вселенной — и привели нас к новому тысячелетию.*

Доктор Роберт Мюллер,  
бывший советник генерального секретаря ООН,  
сотрудник Университета мира ООН

За сотню лет, прошедшую с момента рождения Парамхансы Йогананды, он был признан одним из самых выдающихся духовных деятелей XX столетия. Его «Автобиография йога» вошла в число 100 лучших духовных книг XX столетия и была переведена на 21 язык. Эту книгу считают классикой духовной литературы. После многочисленных переизданий на протяжении 50 лет она до сих пор регулярно входит в списки бестселлеров. Почитаемый как отец йоги на Западе, Йогананда рассказывает о своем жизненном пути и обучении у современных святых и просветленных Мастеров Индии. Он объясняет с научной точностью тонкие, но при этом строго определенные законы, в соответствии с которыми йоги совершают чудеса и обретают власть над собой. Духовно глубокая и в то же время исключительно занимательная книга, написанная с тонким юмором и сулящая встречи с необычайными персонажами, в числе которых не последнее место занимает и сам автор.

«Автобиография йога» — одновременно увлекательный рассказ об индивидуальном поиске истины и исчер-

пывающее введение в науку и философию йоги. Автор демонстрирует нам глубокое единство, лежащее в основе великих религий Запада и Востока. Книга была впервые издана в 1946 году, а в 1952, перед самым своим уходом из мира, Парамаханса Йогананда ее доработал. Было добавлено много материала, включая последнюю главу.

## ПРЕДИСЛОВИЕ

*У. И. Эванса-Вентца, автора книг «Тибетская Книга Мертвых», «Миларепа — великий йог Тибета», «Тибетская йога и тайные учения» и т. д.*

Особую ценность автобиографии Йогананды придает то, что это одна из немногих книг о мудрецах Индии на английском языке, которую написал не журналист, не иностранец, но индеец и последователь преобладающего в Индии учения. Иными словами, это книга о йогах, написанная йогом. Итак, о необычных судьбах и сверхъестественных способностях современных индуистских святых рассказывает человек, видевший всех этих людей лично, и поэтому его книга вечна и в то же время актуальна. И я очень надеюсь, что читатели по достоинству оценят просветленного автора, с которым мне посчастливилось встречаться в Индии и в Америке. Этот документальный отчет о его незаурядной жизни позволит вам познакомиться с духовными сокровищами Индии. Он раскрывает глубины индийского разума и сердца, несомненно, более глубоко, чем любая из книг, опубликованных на Западе прежде.

Посчастливилось мне встретить и одного из мудрецов, описанных на этих страницах, — Шри Юктешвара Гири. Портрет этого почтенного святого изображен на фронтисписе моей книги «Тибетская йога и тайные учения»<sup>1</sup>. Я виделся со Шри Юктешваром в Пури, на берегу Бенгальского залива. Он руководил там тихим прибрежным ашрамом и посвящал большую часть своего времени духовному обучению группы юных учеников. Во время нашей беседы он проявил глубокий интерес к духовной жизни народов Соединенных Штатов, обеих Америк и Англии. Он много расспрашивал меня о том, что делается в этих далеких

---

<sup>1</sup> Оксфорд, 1958.



от него землях для духовного благосостояния людей, и, в частности, о деятельности его ближайшего ученика Парамахансы Йогананды, которого он любил всем сердцем и которого в 1920 году послал своим эмиссаром на Запад.

Шри Юктешвар обладал исключительно благородными манерами и голосом, к тому же он был просто красив. Этот мастер, несомненно, заслужил то глубочайшее почтение, которое проявляли к нему последователи. Всякий, кто знал этого человека, был о нем самого высокого мнения. Я очень живо помню, как он встречал меня в дверях своего ашрама: высокая прямая фигура, облаченная в шафрановое одеяние человека, отрешенного от мирских стремлений. Длинные, немного вьющиеся волосы, борода. Крепкое, мускулистое и в то же время изящное и пропорциональное тело, энергичная походка. В качестве своей земной обители он выбрал святой город Пури, куда ежедневно стекаются массы набожных индусов со всех концов страны, чтобы посетить прославленный храм Джагаганнатха, «Господа Мира». И именно в этом городе Шри Юктешвар в 1936 году навсегда закрыл свои смертные глаза, отгородившись от всех пяти чувств этого преходящего состояния бытия, и ушел из нашего мира, зная, что его инкарнация в этом мире завершилась успешно.

Я несказанно рад, что могу свидетельствовать на этих страницах о возвышенности и святости Шри Юктешвара. Известный лишь немногим, он спокойно и самоотверженно служил тем жизненным идеалам, о которых его ученик Парамаханса Йогананда поведал миру в этой книге.

## ВСТУПЛЕНИЕ

*Знакомство с Парамахансой Йоганандой запечатлелось в моей памяти как одно из самых незабываемых событий в жизни... Я смотрел в его лицо и был почти ослеплен исходящим от Парамахансы сиянием духовности. Его бесконечная кротость, его великодушная доброта озаряли меня, как теплый свет солнца... я чувствовал, что его понимание и видение простираются и на самые обыденные проблемы — хоть он и был человеком Духа. Именно в нем я увидел истинного посла Индии, несущего и распространяющего по миру древнюю мудрость нашей страны.*

Доктор Бинай Р. Сен,  
бывший посол Индии в США

Для тех, кто был лично знаком с Парамахансой Йоганандой, его жизнь служила наиболее убедительным свидетельством силы и подлинности древнего учения, которое он нес миру. За прошедшие полвека неисчислимые читатели его автобиографии подтверждают, что узрели на этих страницах тот самый свет духовности, какой исходил от него лично. Эта книга (которую признали шедевром уже тогда, когда она только вышла в свет пятьдесят лет назад) не просто повествует о жизни великого человека, но служит увлекательным введением в духовную мысль Востока (особенно это касается уникальной науки прямого духовного общения с Богом), открывая для жителей Запада целое царство знания, до сей поры доступное лишь немногим.

Ныне «Автобиографию йога» во всем мире признали классическим произведением духовной литературы. В данном введении мы хотим поделиться с читателем некоторыми моментами необычайной истории книги.



Появление этой книги было предсказано задолго до ее написания. Живший в XIX веке мастер Лахири Махасайя (один из людей, стоявших у истоков нынешнего возрождения йоги) предсказывал: «Приблизительно через пятьдесят лет после того, как я покину этот мир, моя жизнь будет описана. Это произойдет из-за огромного интереса к йоге, который возникнет на Западе. Послание йоги обойдет всю Землю. Оно будет способствовать созданию братства людей — единства, основанного на непосредственном восприятии людьми Единого Отца».

Много лет спустя один из учеников Лахири Махасайи, досточтимый Шри Юктешвар, рассказал об этом пророчестве Парамахансе Йогананде. «Ты должен сыграть свою роль в распространении послания йоги, — объявил он, — а также описать святую жизнь Лахири Махасайи».

Именно в 1945 году, ровно через пятьдесят лет после ухода Лахири Махасайи, Парамаханса Йогананда завершил «Автобиографию йога», где в полной мере выполнил оба поручения своего гуру: дал первое подробное описание жизни Лахири Махасайи на английском языке и представил аудитории всего мира древнюю индийскую науку о душе.



Парамаханса Йогананда работал над «Автобиографией йога» в течение многих лет. Вспоминает Шри Дайя Мата — одна из самых первых и наиболее приближенных учениц мастера<sup>1</sup>:

«Когда в 1931 году я впервые пришла на гору Вашингтон, Парамахансаджи уже начал работу над своей «Автобиографией». Однажды, когда я работала в его кабинете, выполняя обязанности секретаря, мне выпала честь увидеть одну из первых глав книги, которые он написал, — главу «Тигриный Свами». Парамаханса попросил меня

---

<sup>1</sup> В 1931 году Шри Дайя Мата присоединилась к монашеской общине, основанной Парамахансой Йоганандой на горе Вашингтон над Лос-Анджелесом. С 1955 года она президент Содружества Самореализации.

сохранить текст, объяснив, что это часть книги, над которой он работает. Но большая часть книги была написана позже — между 1937 и 1945 годами».

С июня 1935 до октября 1936 года Шри Йогананда на время покинул Америку и отправился на родину в Индию (через Европу и Палестину), чтобы в последний раз повидать своего гуру, свами Шри Юктешвара. В Индии он собрал много фактической информации для «Автобиографии», включая истории из жизни некоторых святых и мудрецов, которых он знал и чьи жизни так ярко описал в своей книге. «Я никогда не забывал о просьбе Шри Юктешвара описать жизнь Лахири Махасайи, — писал он позже. — Во время своего пребывания в Индии я не упускал ни одной возможности пообщаться с прямыми учениками и родственниками *Йогаватары*. Я записывал их рассказы в толстые блокноты, проверял факты, собирал фотографии, старые письма, документы».

После возвращения в США в конце 1936 года Парамаханса стал проводить много времени в уединенном жилище, которое было выстроено учениками в его отсутствие в городке Эсинитас, расположенном на океанском побережье в Южной Калифорнии. Это место давало мастеру идеальную возможность сосредоточиться над завершением книги, начатой много лет назад.

«В моей памяти до сих пор живы дни, проведенные в этом уединенном жилище на берегу моря, — вспоминает Шри Дайя Мата. — Многочисленные обязательства и дела не позволяли ему работать над «Автобиографией» каждый день, но, как правило, он уделял книге вечерние часы и любую свободную минутку, которая выдавалась. Начиная с 1939 или 1940 года он смог наконец работать над книгой полный день. И это действительно был полный день: с раннего утра до раннего утра! Рядом с ним постоянно находились несколько учеников — Тара Мата, моя сестра Ананда Мата, Шраддха Мата и я. Наша задача состояла в том, чтобы помогать учителю. После того как очередная глава была отпечатана, он передавал ее Таре Мате, редактировавшей текст.

Драгоценные воспоминания! Во время работы Мастер внутренне проживал заново те священные моменты, о которых писал. Божественное намерение Парамахансы состояло в том, чтобы поделиться с людьми радостью и откровениями, обретенными им в общении со святыми и Великими Мастерами, а также в процессе личного постижения Божественного. Нередко он на некоторое время прекращал работу — его взгляд устремлялся к возвышенному, а тело застывало неподвижно, охваченное состоянием *самадхи*, или глубокого единения с Богом. И тогда вся комната наполнялась сильнейшей аурой божественной любви. Для нас, учеников, уже одно только присутствие рядом с учителем в такие моменты означало вознесение к более высоким состояниям сознания.

Наконец в 1945 году настал торжественный день завершения книги. Парамахансаджи написал последние слова: «Да, Господи, поистине большую семью дал Ты этому монаху!», отложил ручку и воскликнул радостно:

— Дело сделано. Книжка завершена. Она изменит жизни миллионов людей. Она станет моим посланником после того, как я уйду.

Поиском издателя занялась Тара Мата. Парамаханса Йогананда познакомился с Тарой Матой в 1924 году в Сан-Франциско, где он тогда проводил серию лекций и занятий. Обладая редкостной способностью к духовному пониманию, эта женщина вскоре вошла в узкий круг ближайших учеников Шри Йогананды. Учитель очень высоко оценивал редакторские способности Тары Маты и нередко говорил, что у нее — один из самых выдающихся умов, какие ему довелось встречать. Парамаханса ценил ее обширные знания и понимание индийских писаний мудрости. Однажды он заметил: «Если не считать моего великого гуру Шри Юктешвара, никто больше не доставлял мне столько удовольствия беседами об индийской философии».

Тара Мата повезла рукопись в Нью-Йорк. Однако найти издателя оказалось не так-то и легко. Как это часто бывает, люди с традиционным складом ума далеко не сразу могут оценить подлинный масштаб великой работы. Несмотря

на то что уже начался атомный век, когда коллективное сознание человечества расширилось через понимание тонкого единства между материей, энергией и мыслью, издатели того времени едва ли были готовы читать такие главы, как «Материализация дворца в Гималаях» или «Святой о двух телах»! В течение целого года Тара Мата жила в неотапливаемой квартирке со скудной мебелью и без горячей воды, бегая по издательствам. И вот наконец она смогла телеграфировать об успехе. «Автобиографию йога» приняло для публикации уважаемое нью-йоркское издательство *The Philosophical Library* («Философская библиотека»). «Я просто не в силах передать в словах, как много она сделала для книги, — говорил Парамаханса Йогананда. — Без нее эта книга никогда не увидела бы свет».

В конце 1946 года, незадолго до Рождества, долгожданная книга наконец прибыла на гору Вашингтон.



Читатели и критики встретили книгу восторженно и благодарно. «Ни на английском, ни на других европейских языках йога до сих пор еще никогда не была представлена подобным образом», — писали в журнале *Review of Religions* издательства *Columbia University Press*. Газета *The New York Times* назвала книгу «изумительным свидетельством». Журнал *Newsweek* писал: «Книга Йогананды — это скорее автобиография души, чем тела... Очаровательное, снабженное исчерпывающими примечаниями исследование религиозного образа жизни, остроумно изложенное в пышном восточном стиле».

Приведем еще ряд выдержек из различных изданий:

*United Press*: «Йогананда излагает так называемые духовные учения Востока с предельной искренностью и прекрасным чувством юмора. Его книга — увлекательное описание жизни, наполненной духовными приключениями».

*The Times of India*: «Автобиография этого мудреца — увлекательнейшее произведение».

*Saturday Review*: «...не может не впечатлить и не заинтересовать западного читателя».

*Grandy's Syndicated Book Reviews*: «Увлекательно, вдохновляюще, талантливо!»

*West Coast Review of Books*: «Независимо от вашей религиозной принадлежности, вы найдете в «Автобиографии йога» радостное подтверждение величия человеческой души».

*News-Sentinel, Форт-Уэйн, Индиана*: «Истинное откровение... глубоко человеческий рассказ... поможет читателю глубже понять самого себя — в чем и заключается наивысший смысл любой автобиографии... захватывающее повествование... рассказанное с неподражаемым остроумием и подкупающей искренностью... читается увлекательно, как подлинное произведение художественной литературы».

*Sheffield Telegraph, Англия*: «...монументальный труд».

Когда книгу перевели на другие языки, в периодических изданиях мира стали появляться все новые отзывы.

*Tempo del Lunedì, Рим*: «Эти страницы зачаруют читателя, поскольку они обращаются к стремлениям и желаниям, таящимся в сердце каждого человека».

*China Weekly Review, Шанхай*: «Содержание этой книги весьма необычно... в особенности для современного христианина, привыкшего считать чудеса делами давно прошедших эпох... Исключительно интересные философские рассуждения. Йогананда смотрит на мир с духовных высот, находящихся выше любых религиозных различий. Эту книгу, несомненно, стоит прочесть».

*Haagsche Post, Голландия*: «...частички мудрости, столь глубокой, что ты оказываешься околдован, тронут до самой глубины души».

*Welt und Wort, немецкий ежемесячный литературный журнал*: «Необычайно впечатляюще... Исключительная ценность «Автобиографии йога» состоит хотя бы в том, что здесь впервые йог нарушает безмолвие и рассказы-

вает о своем духовном опыте. Еще совсем недавно такой рассказ был бы воспринят весьма скептически. Но сегодня ситуация в мире такова, что уже невозможно не признать ценность этой книги. Задача, которую ставит перед собой автор, состоит не в том, чтобы противопоставить индийскую йогу христианскому учению, но в том, чтобы сделать их союзниками — товарищами, идущими вместе к одной цели».

*Eleftheria, Греция:* «Благодаря этой книге читатель... до бесконечности расширит горизонты своего мышления и осознает, что его сердце может биться для всех людей — независимо от цвета кожи и национальной принадлежности. Эту книгу можно назвать священной».

*Neue Telta Zeitung, Австрия:* «Одно из глубочайших и наиболее значимых посланий нашего столетия».

*La Paz, Боливия:* «Современному читателю нечасто доводится найти такую прекрасную, глубокую и искреннюю книгу, как «Автобиография йога». Она полна знаний и богатого личного опыта. Одна из поразительнейших глав книги повествует о тайнах жизни после физической смерти».

*Schleswig-Holsteinische Tagespost, Германия:* «Эти страницы с непревзойденной силой и ясностью повествуют об удивительнейшей жизни — о личности такого неслыханного величия, что читатель с самого начала и до конца словно зачарован. Мы не можем не признать за этой важной биографией способность послужить причиной духовной революции».

Довольно скоро вышло второе издание книги, а в 1951 году — третье. Помимо того что Парамоханса Йогананда переработал и исправил некоторые фрагменты текста и удалил пассажи, посвященные деятельности и планам организации, которые были уже не актуальны, он еще добавил в конце целую главу — одну из самых больших в книге, — где описал то, что произошло с 1940 по 1951 годы. В примечании к этой новой главе он писал: «Третье издание книги (1951) содержит много нового материала,



собранного в 49-ю главу. Прислушавшись к многочисленным просьбам читателей первого и второго изданий, я ответил в этой главе на целый ряд вопросов об Индии, йоге и ведической философии»<sup>1</sup>.



<sup>1</sup> Еще некоторые дополнительные изменения, внесенные Парамахансой Йоганандой, вошли только в седьмое издание (1956), о чем говорится в предисловии издателя к этому изданию:

«Данное американское издание 1956 года включает в себя некоторые изменения, внесенные Парамахансой Йоганандой в 1949 году для лондонского издания, и добавочные изменения, внесенные автором в 1951. В «Предисловии к лондонскому изданию», датированном 25 октября 1949 года, Парамаханса Йогананда пишет: «Согласно условиям договора о лондонском издании данной книги у меня появилась возможность переработать и несколько расширить текст. Помимо нового материала, приведенного в последней главе, я добавил целый ряд ссылок, где ответил на вопросы, присланные мне читателями американского издания».

Дальнейшие дополнения, сделанные автором в 1951 году, предполагалось внести в четвертое (1952) американское издание. В то время права на «Автобиографию йога» принадлежали нью-йоркскому издательству. В 1946 году в Нью-Йорке каждая страница книги была перенесена на пластинку гальваностереотипа. И для того, чтобы добавить хотя бы одну запятую в текст, необходимо было разрезать цельную металлическую пластинку, а затем перепаять ее с измененной строчкой, содержащей новую запятую. Поскольку перепайвание множества пластинок — процесс дорогостоящий, нью-йоркский издатель не внес изменения, сделанные автором в 1951 году в четвертое издание.

В конце 1953 года Содружество Самореализации (SRF) выкупило у нью-йоркского издателя все права на «Автобиографию йога». SRF переиздало книгу в 1954–1955 годах (пятое и шестое издания); но в те два года издательский отдел Содружества Самореализации был предельно загружен другой работой, а поэтому не имел возможности провести масштабную работу по внесению авторских правок в гальваностереотипы. Однако эти правки были внесены уже в седьмое издание.

После 1956 года были внесены также некоторые другие изменения — в соответствии с указаниями, полученными Тарой Матой от Парамахансы Йогананды перед его уходом.

В ранних изданиях «Автобиографии йога» титул автора был записан как «Парамаханса» — в соответствии с бытующей в Бенгалии практикой опускать при написании слов немые или полунемые гласные. Для того чтобы наиболее полно передать священное значение этого почерпнутого из Вед титула, в более поздних изданиях использована стандартная санскритская транслитерация «Парамаханса» (от слов *парама* — «высший», «величайший» и *ханса* — «лебедь»), что означает человека, достигшего наивысшей реализации своего подлинного божественного Я и единения этого Я с Духом.

«Меня глубоко трогают, — писал Шри Йогананда в предисловии автора к изданию 1951 года, — письма, приходящие ко мне от тысяч читателей. Их комментарии и тот факт, что книга переведена на многие языки, вселяет в меня веру, что Запад нашел на этих страницах утвердительный ответ на вопрос: “Есть ли в жизни современного человека достойное место для древней йогической науки?”».

С годами «тысячи читателей» превратились в миллионы, и неизменная притягательность «Автобиографии йога» для людей во всем мире становится все более очевидной. Через пятьдесят лет после первой публикации книги она все еще присутствует в списках бестселлеров метафизической и духовной вдохновляющей литературы. Редкостный феномен!

Доступная во многих переводах, эта книга ныне используется в институтах и университетах по всему миру в самых различных курсах — восточная философия, религия, английская литература, психология, социология, антропология, история и даже менеджмент. Как и предсказывал более века назад Лахири Махасая, послание о йоге и ее древней традиции медитаций воистину обошло весь земной шар.

Метафизический журнал *New Frontier* (октябрь/ноябрь 1986) писал: «Парамаханса Йогананда (пожалуй, наиболее известный благодаря книге «Автобиография йога», несущей вдохновение миллионам людей на Земле), подобно Махатме Ганди, привнес духовность в повседневную жизнь общества. Не будет преувеличением сказать, что Йогананда больше, чем кто бы то ни было, сделал для того, чтобы слово «йога» вошло в наш повседневный словарь».

Уважаемый ученый, доктор Дэвид Фроули, директор Американского института ведических исследований в своей статье для журнала *Yoga International* (октябрь/ноябрь 1996) утверждает: «Йогананду можно назвать отцом йоги на Западе, — не просто физической йоги, которая стала популярна у нас, но духовной йоги — науки самореализации, которая и заключает в себе подлинный смысл йоги».

Профессор Ашутосх Дас, доктор философии и доктор литературы Калькуттского университета сказал: «Автобиографию йога» считают Упанишадами нового века. Она утоляет духовную жажду искателей истины во всем мире. Мы здесь в Индии с изумлением и восхищением наблюдаем феноменальную популярность этой книги об индийских святых и индийской философии. Мы испытываем огромное удовлетворение и гордость, созерцая бессмертный нектар индийской *Санатана Дхармы*, вечных законов истины, налитый в золотой кубок «Автобиографии йога».

Даже в бывшем Советском Союзе эта книга, очевидно, произвела глубокое впечатление на тех немногих, у кого был доступ к ней при коммунистическом режиме. В. Р. Кришна Айер, бывший судья Верховного Суда Индии, рассказывал, как, общаясь с группой ученых в небольшом городке под Петербургом (тогдашним Ленинградом), спросил у собеседников «задумывались ли они о том, что происходит с человеком после смерти... Один из ученых тихо ушел в подсобку и вернулся с книгой «Автобиография йога»<sup>1</sup>. Я был изумлен. В стране, где правит марксистско-ленинская коммунистическая философия, один из официальных представителей государственного научного учреждения показывает мне книгу Параммахансы Йогананды! «Поймите, пожалуйста, что и нам близок дух Индии, — сказал он. — Мы признаем достоверность всего, что написано в этой книге».

«Ежегодно в мире издаются тысячи книг, — пишет автор одной статьи в журнале *India Journal* (21 апреля 1995), — среди них есть развлекательные, поучительные, образовательные. И читатель может считать, что ему очень повезло, если книга сочетает в себе все эти три качества. «Автобиография йога» — еще более редкий случай: эта книга открывает окна ума и духа».

Сейчас, когда «Автобиография йога» начинает отсчитывать свою вторую полусотню лет, мы надеемся, что читате-

<sup>1</sup> Конечно же, это был перевод «Автобиографии», выполненный для «Самиздата», отпечатанный на машинке и вручную переплетенный. — Прим. ред.

ли этой вдохновляющей работы — как те, кто прочтет ее впервые, так и те, для кого она уже давно стала любимым спутником на жизненном пути, — смогут открыть свои сердца для более глубокой веры в трансцендентную истину, лежащую в основе кажущихся тайн жизни. В последней главе своей книги Парамаханса Йогананда высказывает ту же глубокую убежденность, которую подтверждали святые и мудрецы всех мировых религий во все века:

*«Бог есть Любовь, и Его мироздание в конечном счете может быть построено только на любви. Разве эта простая мысль несет человеческому сердцу не большее утешение, чем любые рассуждения эрудитов? Все святые, кому удалось проникнуть в самую суть Реальности, свидетельствуют, что вселенский Божественный Замысел существует и что он прекрасен и радостен».*

СОДРУЖЕСТВО САМОРЕАЛИЗАЦИИ<sup>1</sup>  
ЛОС-АНДЖЕЛЕС, КАЛИФОРНИЯ, ДЕКАБРЬ 1996 Г.

---

<sup>1</sup> Содружество Самореализации — Self-Realization Fellowship (SRF). — Прим. ред.



## Духовное наследие Парамахансы Йогананды

Парамаханса Йогананда (1893–1952) широко признан одним из наиболее выдающихся духовных деятелей нашего времени, и влияние его жизни и работы продолжает расти. Многие религиозные и философские концепции и методы, предложенные им десятки лет назад, сейчас находят свое место в образовании, психологии, бизнесе, медицине и других сферах жизни, оказывая далеко идущее влияние на формирование более целостного, гуманного и духовного взгляда на жизнь.

Тот факт, что учение Парамахансы Йогананды интерпретируется и творчески применяется в различных областях представителями самых разных философских и метафизических движений, свидетельствует не только об огромном практическом значении этого учения. Он также ясно указывает нам на необходимость позаботиться о том, чтобы оставленное Йоганандой духовное наследие не оказалось разбавлено, расколото или искажено с течением времени.

С появлением все большего числа источников информации о Парамахансе Йогананде читатели нередко задаются вопросом, как убедиться, что та или иная публикация правильно отражает его жизнь и учение. В ответ на такие вопросы мы разъясняем, что об этом позаботился сам Шри Йогананда, основав Содружество Самореализации, призванное распространять его учение и сохранять это учение в чистоте и целостности для будущих поколе-

ний. Парамаханса лично выбрал и обучил тех ближайших учеников, которые возглавили Совет по публикациям Содружества Самореализации, и дал им особые указания относительно подготовки и публикации его лекций, записок и *Уроков Самореализации*. Члены Совета по публикациям SRF видят в исполнении этих указаний свою священную обязанность — чтобы вселенское послание их возлюбленного учителя могло жить, сохраняя изначальную силу и достоверность.

Название Содружества Самореализации и его эмблема (приведена на стр. 24) разработаны Шри Йоганандой для идентификации организации, созданной для того, чтобы продолжать во всем мире его духовную и гуманитарную работу. Эти символы присутствуют на всех выпускаемых Содружеством Самореализации книгах, аудио- и видеоматериалах и других публикациях, чтобы читатель мог быть уверен, что данный материал произведен организацией, которая основана Парамахансой Йоганандой, и верно передает учение, в соответствии с его же замыслом.

СОДРУЖЕСТВО САМОРЕАЛИЗАЦИИ

## Летающий святой

— Вчера вечером я был на встрече и видел там святого, парившего в нескольких футах над землей, — увлеченно рассказывал мой приятель Упендра Могун Чаудхару.

В ответ я радостно улыбнулся:

— Кажется, мне известно его имя. Это Бхадури Махасайя и живет он на Верхней кольцевой дороге?

Упендра сокрушенно кивнул — он надеялся, что сказанное будет для меня новостью. Приятели хорошо знали о моем интересе к святым и всегда были рады предложить свежий след.

— Этот йог живет совсем недалеко от нашего дома, и я частенько его навещаю, — эти слова пробудили живой интерес Упендры, и я продолжил: — Мне довелось видеть, как он совершает удивительнейшие вещи. Этот человек в совершенстве овладел разными *пранаямами*<sup>1</sup>, о которых учит древняя восьмеричная йога Патанджали<sup>2</sup>. Однажды я видел, как Бхадури Махасайя совершает *бхастрикапранаяму*. Йог делал это с такой удивительной силой, что казалось, в комнате начался самый настоящий шторм! Затем он успокоил свое ураганное дыхание и застыл неподвижно в высоком сверхсознательной состоянии<sup>3</sup>.

1 Методы управления жизненной силой (*праной*) с помощью дыхания.

2 Выдающийся йог, практик и теоретик.

3 Профессор Жюль-Буа (*Jules-Bois*) из Сорбонны в 1928 году объявил, что французские психологи, проведя соответствующие исследования, признали существование сверхсознания, которое в своих высших проявлениях «является диаметральной противоположностью подсознания, как его описал Фрейд. Этот феномен включает в себя все те качества, благодаря которым человек становится человеком, а не просто сверхживотным». Далее французский ученый объясняет, что пробуждение этого высшего сознания «не следует путать с куэизмом или гипнозом. Философы издавна признают существование сверхсознания, Эмерсон называет его Сверхдушой. Но лишь недавно этот феномен признан и наукой».

Эта аура покоя, сменившая шторм, произвела на меня яркое, незабываемое впечатление.

— Я слышал, что этот святой никогда не выходит из дома, — в голосе Упендры проскальзывало недоверие.

— Совершенно верно! Последние двадцать лет он провёл в доме. Он немного отступает от этого личного правила лишь во время больших религиозных праздников, когда выходит на тротуар перед подъездом! У порога собираются попрошайки: все знают, какое доброе сердце у Святого Бхадури.

— А как ему удается парить в воздухе, несмотря на закон тяготения?

— После совершения определенных *пранаям* тело йога утрачивает вес. Тогда оно может левитировать или скакать, как мячик. Известно, что во время истовых молитв левитировали даже некоторые святые, не занимавшиеся собственно йогой<sup>1</sup>.

— Мне бы хотелось узнать об этом мудреце побольше. А ты бываешь на его вечерних встречах? — в глазах Упендры светилось любопытство.

— Да, довольно часто. Его мудрость обильно приправлена остроумием, и это очень забавно. Иногда мой неудержимый смех совершенно разрушает торжественную атмосферу встречи. Святому это не мешает, а вот его ученики смотрят на меня волком.

Возвращаясь в тот день из школы, я проходил мимо обители Бхадури Махасайи и решил навестить его. Йог вел весьма замкнутый образ жизни. Уединение учителя охранял ученик, живший на первом этаже дома. Будучи ярким сторонником порядка, он сухо спросил, назначена ли мне «встреча». Но тут весьма кстати появился его гуру и спас меня от бесславного выдворения.

— Впускай Мукунду в любое время, — в глазах мудреца блеснула веселая искорка. — Я блюду одиночество не ради

---

Французский ученый указывал на то, что вдохновение, гениальность, моральные качества исходят из сверхсознания.

<sup>1</sup> Святую Терезу Авилскую и других христианских святых часто видели в состоянии левитации.



собственного комфорта, а для удобства других. Мирянам не по душе прямота, развеивающая их иллюзии. Святые — явление не только редкое, но и обескураживающее. Они нередко смущают людей, даже говоря с ними из глубины веков, через писание.

Я прошел за Бхадури Махасайей на верхний этаж, в неприязнительные апартаменты, откуда он редко спускался. Учителя обычно пренебрегают зрелищем людских страстей. Когда их внимание сосредоточено на столетиях, все остальное — не в фокусе. Современники мудреца принадлежат не только куцему клочку настоящего.

— Махариши<sup>1</sup>, я впервые вижу йога, который никогда не выходит из дома.

— Порой Бог возвращает своих святых на самой неожиданной почве, дабы нам не взбрело в голову, что Его можно втиснуть в какие-то правила!

Мудрец сложил свое энергичное тело в позу лотоса. Он уже разменял восьмой десяток, но его внешность была начисто лишена отталкивающих примет старости или сидячего образа жизни. Крепкий и стройный, он выглядел безупречно во всех отношениях. С лицом *риши*, как их описывают в древних текстах, с головой благородной формы, с пышной бородой, йог всегда сидел совершенно прямо, сосредоточив спокойный взгляд на Вездесущем.

Мы погрузились в медитацию. Час спустя его мягкий голос заставил меня очнуться:

— Ты часто уходишь в тишину, но обрел ли ты *анубхаву*<sup>2</sup>? — мудрец напомнил мне, что Бога нужно любить больше, чем медитацию. — Не путай технику с Целью.

Старик угостил меня манго. Со своим добродушным остроумием — которое было таким восхитительным на фоне его сурового нрава — он заметил:

— Люди обычно предпочитают *джала-йогу* (единение с пищей) *дхьяна-йоге* (единению с Богом).

Этот йогический каламбур вызвал у меня взрыв хохота.

<sup>1</sup> «Великий мудрец».

<sup>2</sup> Подлинное восприятие Бога.