



# Мантра-йога самхита

---

Перевод части книги «Mantra-Yoga Samhita»  
выполнен Школой Йоги Натхов. 2009

УЧЕНИЕ О ПЯТИ БОЖЕСТВАХ .....	2
Определение формы поклонения .....	2
ОПИСАНИЕ СОСТАВНЫХ ЧАСТЕЙ МАНТРА-ЙОГИ .....	2
ОПИСАНИЕ БХАКТИ .....	3
ОПИСАНИЕ ШУДДХИ .....	3
Дик-шуддхи.....	3
Стхана-шуддхи .....	3
Кайа-шуддхи.....	3
Антах-шуддхи .....	4
ОПИСАНИЕ АСАН .....	4
Различение асан – мест для сидения.....	4
ОПИСАНИЕ ПАНЧАНГА-СЕВАНЫ (служение пяти органов).....	5
ОПИСАНИЕ АЧАР .....	5
ЛАТА САДХАНА.....	6
СЕМЬ АДХИКАР ИЛИ ПРАВИЛ.....	6
ОПИСАНИЕ ДХАРАНЫ ИЛИ КОНЦЕНТРАЦИИ .....	7
Описание правил дхараны .....	7
ДЕСЯТЬ САМСКАР (РИТУАЛОВ) МАНТРЫ.....	7
ОПИСАНИЕ ДИВЬЯ-ДЕШИ.....	8
ПРАНА-КРИЯ.....	8
ОПИСАНИЕ ПРАНАЯМЫ .....	9
БАХЬЯ-МАТРИКА-НЬЯСА.....	9
МАТРИКА-НЬЯСА .....	9
РИШИ-НЬЯСА.....	10
ОПИСАНИЕ МУДР.....	11

## УЧЕНИЕ О ПЯТИ БОЖЕСТВАХ

29. Пуруша, который находится за пределами Пракрити и двадцати пяти таттв и является Владыкой подвижного и неподвижного мира, зовется Нараяна. Тот, кто создает все существование и объекты, очищает мир, зовется Сивата (Сурья или солнце). Тот, кто является основой этой Вселенной, кому поклоняются Божества и кто является Ишварой Мира, зовется Махешвара. Тот, кто является Владыкой трех качеств, существующих в таттвах, непроявленный и совершенно свободный от загрязнений и кто является Повелителем ганов, зовется Ганапати (Ганеша). Тот Бог, который превосходит величием Брахмана и других Божеств, аскетов, брахмавадинов, зовется Махадевой (Шива). Таким образом, великие почтенные мудрецы облекли одного и того же Парабрахмана Параматму в пять Божественных форм.

### Определение формы поклонения

30. Творение состоит из пяти элементов, и поэтому природа человека также пятерична. Несмотря на то, что из-за естественного разнообразия в характере человека всегда есть некоторые различия, все же, согласно пяти элементам, великие мудрецы, адепты Тантры разделили поклонение на пять видов, в соответствии с преобладанием одного из пяти элементов. Исходя из этих пяти элементов, почитание пяти Божеств выглядит следующим образом: Бог Акаши – Вишну, Бог Агни – Махешвара, Бог Вайю – Сурья, Бог Притхиви – Шива, и Бог Джалы – Ганеша. Гуру, адепт в Йоге, должен определить надлежащую форму поклонения для ученика(шишьи), на основе его пятеричной природы. Истина включает мудрость, Свародаю и астрологию – это три основы, с помощью которых может быть определено подходящее поклонение. После определения надлежащего поклонения в соответствии с пятью элементами, на основе испытаний внутренних чувств, а также на основе его эмоций, отказа от мирских желаний, концентрации, вероисповедания и принятой гармоничной формы поклонения благополучие шишьи гарантировано.

## ОПИСАНИЕ СОСТАВНЫХ ЧАСТЕЙ МАНТРА-ЙОГИ

31. Как Луна украшена шестнадцатью кала, так же и мантра-йога украшена шестнадцатью частями (ангами). Бхакти, сиддхи, асана, панчанга-севана, ачара, дхарана, дивьядеша-севана, прана-крिया, мудра, тарпана, хавана, бали, ягья, джапа, дхьяна и самадхи – это шестнадцать органов или частей мантра-йоги.

Бхакти имеет три проявления с различными, определенными, подходящими и пригодными упасанами, правил бхакти также три, в соответствии с тремя гунами (тригуна). Шуддхи имеет четыре типа, а асана - два. На основе Гиты, стотры и т.д., которых пять, названы ритуалы Панчанга-севаны. Несмотря на три вида ачары, подходящими для садхака являются семь. В зависимости от направленности вовнутрь или вовне существует также два вида дхараны. Дивьядеша-севана имеет шестнадцать типов, в которых совершенно естественно проявляются Божества. Прана-крिया одна, а ньяса и т.д. – её части. Являясь всевыразительными, виды мудр многочисленны. Тарпана, хавана и бали любимы Божествами. В зависимости от направленности вовнутрь или вовне яджна также имеет два вида. Пуджа понимается в соответствии с различием в поклонении, а виды пуджи различаются в соответствии с преданностью. Джапа имеет три формы. Несмотря на с многообразием дхьяны из-за различий упасаны (в соответствии с поклонением пяти Божествам), все же самадхи – только одного вида. Это самадхи мантра-йоги называется махабхава.

## ОПИСАНИЕ БХАКТИ

32. Существует три вида бхакти, а именно: вайдхи-бхакти, рагатмика-бхакти и пара-бхакти. Исключительная преданность, направленная на Божество, которому поклоняются, называется бхакти. Бхакти, определяемое в соответствии с ограничением и осуществлением, называется вайдхи. Воодушевленное чувство преданности, которое постигает садхака в настоящей вере, называется рагатмика-бхакти. Бхакти, которое дарует Параматма, называется пара-бхакти, адепт Йоги достигает его в состоянии самадхи. Согласно различию трех гун (тригуна), бхактов (преданных) также разделяют по трем качествам, а именно: арта, джигьясу и артхартхи. Также существует четвертый тип, известный как джняни, который превосходит три гуны. Только преданный джняни достигает пара-бхакти. В соответствии с тригунной различают поклонения трех типов. Брахмопасака - лучшее из всех, как заявляется учеными. Сагуна-поклонение и аватара-поклонение через Брахма-буддхи относится к этой категории. Поклоняющиеся мудрецам (риши), Божествам (Дэватам) и отцам (питри) через эгоистичный интеллект находятся на втором месте, в то время как поклоняющиеся незначительным силам – на третьем. Поклонение полубогам и т.д., относится к этой третьей категории. Поклонение первого вида, а именно: брахмопасана – самое благополучное и приносящее высшую пользу – известно как лучшее из всех.

## ОПИСАНИЕ ШУДДХИ

33. На основе различий кайи (тела), мана (ума), дик (сторон света), и стхана (места), различают четыре вида шуддхи. Они перечисляются в следующем порядке: стхана-шуддхи, дик-шуддхи, бахья (внешнее, или кайа)-шуддхи и антах (мана)-шуддхи. Стхана-шуддхи взращивает набожность. От дик-шуддхи каждый приобретает Шакти (силу). От бахья или кайа-шуддхи каждый получает самоликование и доброту Иштадеваты (почитаемое Божество). Аот антах-шуддхи каждый приобретает видение своего Иштадеваты и самадхи. Йогин должен всегда осознавать все эти четыре шуддхи.

### Дик-шуддхи

34. Сидя лицом на восток или на север, надлежит выполнять джапу, а ночью, сидя лицом на север, выполнять обряды Деваты. Через дик-шуддхи садхака обретает сиддхи в своей садхане. Поэтому внимательный Йогин должен всегда учитывать дик-шуддхи.

### Стхана-шуддхи

35. Как тело очищается водой из Ганга, так же и место очищается коровьим навозом. Место должно располагаться под деревьями следующих видов: ашваттха, бата (индийский фикус), амалаки (алыча), бильва, ашока, известная как панчавати, дарующая все сиддхи (достижения). Гошала (коровник), дом Гуру, храм, лес, тиртха (священное место) и нади-тата (берег реки) – эти места тоже считаются священными.

### Кайа-шуддхи

36. В Садхане согласно писаниям Вед и дхармашастрам омовение – первостепенная вещь для человека –. Другая отличительная черта омовения- то, что оно дает телу питание и здоровье. Существует семь видов омовения, а именно: мантра-снана, бхаума-снана, агнея-снана, ваявья-снана, дивья-снана, варуна-снана и манаса-снана. Омовение в воде вместе с повторением «Апохистха» и т.д., с мантрами, называется мантра-снана. Растирание тела полотенцем называется бхаума-снана. Растирание тела бхасмой (остатка подношения в яджне) называется агнея-снана. Смазывание тела или посыпание его гораджей (частица пыли коровьей шерсти) называется ваявья-снана. Омовение в реке, когда светит солнце, называется дивья-снана.

Омовение глубоко под водой называется варуна-снана. Концентрация на Боге Вишну называется манаса-снана. Концентрация на формах Вишну, бриллиант, подобный миллиону Солнц; на Вамадеве, четырехруком, удерживающем шанкху (раковину), чакру (диск), гаду (дубинку) и падму (лотос); носящим мукуту (корону); лежащем на Шеше ( короле змей) и исполненном саттва-гуны называется манаса-снана. Каждый должен принимать омовение соответственно тому, как предписано в его направлении для того, чтобы загрязнения тела удалились. Держа медный горшок, наполненный дурвой (трава) и кунжутом, каждый должен принять омовение для удовлетворения его Иштадеваты. Сначала он должен совершить возлияние воды (тарпана) линии Гуру, а затем сделать то же самое Иштадевате. Таким образом, для садхака свойственно принимать омовение ежедневно..

### **Антах-шуддхи**

37. Смелость, жизнерадостность, джняна-йога (то есть глубокая вера в обретение самопознания), проявление милости, контроль чувств, яджна, изучение Вед и шастр, тапа (аскетизм), умеренность, ахимса (отказ от насилия), истина, сдерживание гнева, непривязанность к плодам действий, спокойствие ума, отказ от греховных стремлений, доброта, отсутствие жадности, избавление от эгоизма, признание своей вины в совершении злого действия, избавление от переменчивости характера, великопение, милосердие, чистота, терпение, отсутствие неприязни к кому-либо и невозвеличивание самого себя – всё это называется божественным состоянием. Антах-шуддхи достигаются постоянной практикой всех этих добродетелей. Гордость, высокомерие, грубость, невнимательность – все это известно как демоническое состояние. Вышеупомянутое божественное состояние – это средство для освобождения, а демоническое состояние берет человека в зависимость. Поэтому разумный человек всегда должен практиковать божественное состояние и, таким образом, идти по пути освобождения.

### **ОПИСАНИЕ АСАН**

38. В Мантра-йоге полезны только две позы (асаны): свастикасана и падмасана. Асана-шуддхи (очищение асаны) отличается от асаны, очищения асаны и практики асаны. Объект, на котором должен сидеть садхака, был по-разному определен мудрецами в Ведах и тантрах. Различия в асанах были установлены на основе поклонения с желанием и без желания, способа вероисповедания и мотивации. Асана очищается дхараной (концентрацией) и повторением мантры. Асана была определена различными способами, в соответствии с ритуалами и типами поклонения в главе, относящейся к ней. Наука практики асан была методично описана мудрецами, видящими сущность хатха-йоги. Совершенное выполнение асаны чрезвычайно благотворно для Йогингов.

### **Различение асан – мест для сидения**

39. Асану (место для сидения) из хорошей шелковой ткани, одеяла, полотна из травы куша, шкуры льва, тигровой шкуры и шкуры оленя, считают совершенно чистыми, и только они пригодны для желанной цели. Одеяло изготавливается исходя из интересующих мотивов, но в данном случае сидение, изготовленное из красного одеяла – лучше всего. Асана из шкуры черного оленя дарует успех в знании; тигровая шкура - освобождение; асана из травы куша - долголетие; асана из шелковой ткани разрушает болезни. Изготовленная асана укладывается в следующем порядке: сначала кладется куша-асана, поверх её - шкура оленя, а затем, сверху - шелковая ткань, дающая успех в йога-садхане.

Теперь будут перечислены причиняющие боль или запрещенные асаны (места для сидения): использование земли, как асаны, причиняет боль; использование деревянной асаны побуждает

неудачу; использование асаны, изготовленной из бамбука, приводит к нищете; использование каменной асаны приносит страдания от болезней; использование соломенной асаны ведет к потере славы; использование асаны, изготовленной из разной листвы, приводит к безумию; а использование асаны, изготовленной из ткани, ведет к неудаче при выполнении джапы, дхьяны и тапы. Поэтому асаны из этих материалов запрещены. Домохозяева, без инициации от Гуру, никогда не должны сидеть на асане из шкуры льва, тигровой шкуры и шкуры черного оленя. Домохозяин может сидеть на подобной асане только с позволения Гуру, а целомудренному ученику не требуется особое разрешение, чтобы сидеть на такой асане. Сидя на надлежащей асане и повторяя имя риши Притхви-мантры, Меру-пришти и т.д., очищая асану в «асана-винийогах», он может достичь желанных целей. Садхана, выполняемая иным способом, становится безрезультатной.

### **ОПИСАНИЕ ПАНЧАНГА-СЕВАНЫ (служение пяти органов)**

40. Гита, сахасранама (тысяча имен Божества), става (похвала), кавача (защита) и хридая (сущность знания) перечислены учеными как панчанга (пять органов). Ежедневным чтением Гиты в соответствии с собственным поклонением и повторением сахасранамы, ставы, кавачи и хридаи, согласно методике своей школы, Йогин получает освобождение от нечистот и достигает йогасиддхи (осуществление целей йоги). Как и поклонений пяти Божествам (панча-девата) Гит также пять: Бхагавад-гита, Ганеша-гита, Бхагавати-гита, Сурья-гита и Шива-гита. Подобно этому существует также и пять отдельных сахасранам.

И, согласно различию школ поклонения, став, кавач и хридай также большое количество, и они должны изучаться при помощи наставлений Гуру. Во всех Гитах, наряду с упоминанием основания и создания мира, и т.д., описывается непостижимое мастерство уникального Брахмана, потому что панчопасана (поклонение пяти Божествам) – это не что иное, как Брахмопасана.

### **ОПИСАНИЕ АЧАР**

41. Для пользы садхаков ачарьи сформировали три вида ачар: дивья, дакшина и вама. И составили семь правил: дикша, махадикша, пурашчарана, махапурашчарана, абхишека, махабхишека и тадбахава. Соблюдая эти правила садхака несомненно сможет достичь состояния освобождения. В соответствии с дивья, дакшина и вама, названия этих семи правил были по-разному определены в тантрической литературе и распространились в различные школы. Дакшина-ачара и вама-ачара взаимно противоположны. Несмотря на то, что цель и той, и другой берет начало из нивритти (непривязанность), тем не менее (в практике) вама склоняется к правритти, а дакшина – к нивритти. В жизни людей правритти (привязанность) – совершенно естественна, но нивритти является более плодотворной, и поэтому в поклонении можно легко заметить описание этих ачар. Ачары – выражение врожденной тенденции и тройного очищения поклонения – так говорится учеными. Каждый должен обучиться у своего Гуру различиям собственной ачары. Ачара, в которой люди, совершенно сведущие в нивритти-марге, естественно поглощены, называется дивьячара, и она отлична от двух форм ачар. Вама-ачара и дакшина-ачара взаимно противоположны, но дивьячара не противоположна ни одной из них, и поэтому она приносит пользу всем. Вама-ачара зависит от правритти, а дакшина – от нивритти, а дивьячара превосходит и нивритти, и правритти. Поэтому, будучи выше противоречий, она рассматривается как дарующая Высшее Блаженство.

## ЛАТА САДХАНА

42. Внешние ритуалы, включенные в метод упасаны и рекомендованные Тантра-шастрой, называются ачарами. Эти ачары всегда одинаковы для поклонения Вишну, Сурье, Ганеше и Шиве; но в Шакти-поклонении, ачара, согласно всем Тантра-шастрам, была разделена на два типа: вамачара и дакшиначара. В поклонении Шакти, из-за господства Шакти, у видящего истину детально разработанные методы и правила также разделены на два типа. В тантрах очень тщательно составлены поклонения Шакти. Мудрецы в Тантра-шастрах определяли вамачару, как противоположность дакшиначары, когда садхака можно определить как саттвака, для него благотворна дивьячара. Для раджасика благотворна пашьячара, в то время как для тамасика наиболее подходит вамачара. Вамачара также известна как вирачара. Эта ачара бесспорно определена как наиболее полезная в Кали-югу. В Кали-югу люди, будучи рабами своих собственных наклонностей, могут извлечь пользу из этой ачары.

Подобным образом в результате включения целей нивритти даже в действия правритти садхака, совершенствуя самого себя, может достичь сиддх через эти достижения высшей правритти. Это секрет вамачары, признаваемый мудрецами. Обычно это связывают с поклонением Шакти. Тантры описывают лата-садхану с преобладанием действий вамачары. Но даже в четырех школах вайшнавов и других, где преобладает алгоритм действий или дуальное-поклонение, это действие отдельно описано в некоторых Тантрах. Подобно тому как существует два вида дакшиначары, так и тантрики перечисляют восемь видов вамачары. В этой ачаре предписаны семь правил для садхака, которые он получает от своего Гуру, когда он постепенно прогрессирует в своей садхане. В махабхишке, садхака достигает совершенства, избавляясь от ритуальных запретов, наслаждается освобождением и достигает милости Гуру, становясь единым с Брахманом. В этой ачаре преобладают пять элементов. Эти пять элементов рассматриваются как наделенные Шакти. В других ачарах все рассматривается как наделенное Брахманом, но в этой (вамачара) все - это Шакти-майа. И достижение высшего состояния при помощи Шакти – это конечная цель этой ачары. Манас, вайю, вирья - это три причины, каждая как в тонкой, так и в грубой формах, и это – Шакти-рупа (форма Шакти). Выполнение джапы через грубую Шакти и, затем поднятие к тонкой Шакти, приводит к благословию Шакти – самой главной цели (вамачара) садханы. Поклонение грубым качествам Шакти, достижение покровительства этих качеств, достижение успеха в упасане через служение пяти элементам, завоевание умственных наклонностей через достижение непорочности, покорение стремлений через приручение танматр, и достижение Себя через благосклонность природы, является конечной целью садханы.

## СЕМЬ АДХИКАР ИЛИ ПРАВИЛ

43. Когда, являя свою благосклонность, Гуру наставляет шишью относительно Дэваты и мантры, этот ритуал называется инициацией (дикша) (1). После этого Гуру начинает обучать йога-криям этого достойного садхака, реализующего его цели, в соответствии с практическими методами, исключая связанного обетами шишью, это второе и более высшее правило называется махадикша (2). Практика, реализующая цели Гуру, с помощью которой садхака постепенно достигает мантра-сиддхи, называется пурашчарана (3). Эта пурашчарана, которая совершается в соответствии с обычными практиками в течение благоприятного времени затмения и т.д., ассоциируется со словом «пурашчаранга». Пурашчарана, выполняемая со специальными ритуалами и предписаниями, в специальное время, называется «махапурашчарана» (4). Достигнув сиддх через пурашчарану, садхака становится готовым для более высших посвящений. Когда Гуру считает шишью достойным получить секретные наставления по практике, тогда он открывает эти секреты шишье, Гуру открывает ему (шишье) дорогу в царство блаженства. Эта процедура называется

абхишека (посвящение) (5). В соответствующих школах поклонения пяти Божествам этой абхишеке даются различные названия. Когда через высшие ритуалы Гуру делает шишью подобным себе, поглощая его внутри себя, это называется махабхишека (6) или великое посвящение. В некоторых тантрах это известно как пурнабхишека (совершенное посвящение). Через духовный прогресс, когда верующий, достигая самого высшего состояния, становится способным достичь единства названия и формы, это лучшее из всех правил называется тадбхава (становление Тем) (7). Через эту бхаву садхака начинает проявлять единство со своим Иштадеватой, и через это великое состояние он достигает махабхавы или самадхи мантра-йоги.

## ОПИСАНИЕ ДХАРАНЫ ИЛИ КОНЦЕНТРАЦИИ

44. Есть два вида дхараны: внутренняя и внешняя. Дхарана - неоценимая помощь в мантра-йоге. Через концентрацию ума на внешнем предмете, человек достигает бахир-дхараны (внешней концентрации), а через концентрацию ума на самом тонком предмете внутреннего мира, человек достигает антар-дхараны (внутренней концентрации). Совершенный успех Дхараны происходит от веры и йоги.

### Описание правил дхараны

45. Совершенным успехом в дхаране йогин может добиться мантра-сиддхи и дхьяна-сиддхи (достижения медитации). Бхакти, ачара, пранасамьяма (контроль жизненно дыхания), джапа-сиддхи, дэвата-саннидхья (близость с Божеством), проявление божественной силы в дивьядеше и т.д., и видение Иштадеваты - это все обретается только через совершенный успех дхараны. Эти различные грубые и тонкие практики для достижения дхараны должны быть получены от Гуру.

## ДЕСЯТЬ САМСКАР (РИТУАЛОВ) МАНТРЫ

46. Джанана, дживана, тадана, бодхана, абхишека, вималикарана, апяяна, тарпана, дипана и гупти – это десять ритуалов, посредством которых мантра обретает силу. Проявление букв мантры через матрица-янтра называется джанана. Матрица-янтра рисуется кешарой (тычинками цветка, растений *Rottleria Tinctoria*, *Mimusops Elengi*, *Meusa ferrea*), чанданой (сандал, *Sirium myrtifolium*) или бхасмой (пепел) на пластинке из золота и т.д. Эта янтра, нарисованная кесарой в поклонении Шакти, чанданом, в поклонении Вишну и бхасмой в поклонении Шивы, является особенно полезной.

Процесс рисования матрица-янтры: после того, как нарисованы восемь лепестков лотоса, в них необходимо поместить по порядку восемь рядов букв (аштаварга). С внешней стороны лотоса следует нарисовать четыре отверстия и четыре угла так, чтобы они окружали лотос. В четырех углах янтры необходимо написать мантру «ТһаМ», а в отверстиях – «баМ». Вйома или хакара, инду или сакара, аукара, расанарна или висарга – всё это, объединенное в форме мантры «hsyauH», должно затем располагаться в сердцевине лотоса. Затем следует нарисовать восемь тычинок лотоса – на каждой по две гласные, и они должны располагаться по кругу – от сердцевины к лепесткам лотоса.

Когда буквы, указанные в матрица-янтре в вышеизложенной манере, написаны в соответствующем порядке, и после выполнено 100 или меньше джап каждой буквы, с добавлением пранавы, это называется дживана.

Написание отдельно каждой буквы мантры, когда каждая из них наносится сандаловой водой, в сопровождении мантры «баМ», этот ритуал называется мудрецами таданой.

Написание поодиночке букв мантры, когда буквы, в соответствии с количеством букв мантры, отбиваются цветами красного олеандра в сопровождении мантры «гаМ», этот ритуал называется бодхана.

Написание букв мантры, когда в соответствии с количеством букв мантры каждая буква освещается цветами красного олеандра в сопровождении мантры «гаМ», и после, в соответствии с количеством букв мантры, они вновь оmyваются листом ашваттхи (фикус), этот ритуал называется абхишека.

Ритуал созерцания мантры в корневой и средней части сушумны, когда сожжены три загрязнения с мантрой «оМ hгаuМ», называется вималикарана. (Загрязнения, которые вырабатываются у женщины называются «майика», у мужчины – «кармана», а производимые при взаимодействии обоих – называются «анавья». Эти три загрязнения являются преградой в садхане). Тара = оМ, вйома = ha, агни = ga, Ману = au, данд = М, все они, соединяясь, образуют «оМ hгаuМ», которая называется «джйотир-мантра». С сопровождением джйотир-мантры, когда буквы мантры напиваются золотой водой, водой куша, или цветочной водой, ритуал называется апяяна. Подношение воды с вышеприведенной мантрой (джйоти-мантра), называется тарпана. В шастрах написано, что тарпана Шакти-мантры делается с медом, Вишну-мантры - с камфарой добавленной в воду, а Шива-мантры - с молоком.

Тара = оМ, Майа = hrIM и Рама = shrIM - когда освящение мантры выполняется с «оМ hrIM shrIM» ритуал называется дипана. Считается, что мантра с которой выполняется джапа, как особо секретная, характеризуется как ритуал гупти.

Таковы десять самскар мантр, которые хранятся в тантрах в большом секрете. В соответствии с направлением, мантрин, выполняющий джапу мантры, очищенную этими десятью самскарами, обретает желаемые плоды.

## ОПИСАНИЕ ДИВЬЯ-ДЕШИ

47. Как молоко, наполняющее тело коровы, выходит наружу только через её вымя, так же и Высший Атман через всенаполнение проявляется только в дивья-дешах (божественных местах). Тантры перечисляют шестнадцать дивья-деш: вахни, амбу, линга, стхандила, кундья, пата, мандала вишикха, нитья-янтра, бхава-янтра, питха, виграха, вибхути, набхи, хрдая и мурдха. Садхака посвящается в поклонение любой из этих дивья-деш в соответствии с его качествами. Все это приносит огромную пользу в достижении йога-сиддх. Иштадевата проявляется в дивья-дешах с помощью дхараны. Дивья-деша-севана крайне благотворна в мантра-йоге. Подробный набор признаков и видов дивья-деш был разнообразно представлен в Ведах и тантрах. Считается правильным начинать поклонение только после первого призыва Божества в глиняное изваяние. Но нет необходимости призывать или отзывать Божество в уже освященное изваяние, в Агни, очищенный ритуалами, и в воду.

## ПРАНА-КРИЯ

48. Мана, прана и вайю – эти три объединены. Вайю и прана имеют природу причины и следствия, поэтому ньяса соотносится с пранаямой. Частные многообразия пранаямы были даны ачарьями хатха-йоги. В Мантра-йоге сахита-пранаяма была признана очень полезной. Некоторые ачарьи также были за применение сахаджа-пранаямы.



Существует множество видов ньяс, но из всех них только семь считаются важными, и им должен обучать Гуру, в соответствии с личными особенностями. В обычном поклонении полезны только кара-ньяса и анга-ньяса. В более комплексном поклонении должны выполняться риши-ньяса и матрика-ньяса. Примеры их будут даны ниже.

## ОПИСАНИЕ ПРАНАЯМЫ

49. Отстранив прану от внешних объектов чувств, ей нужно наполнить желудок. Затем садхака должен выполнить три раза джапу гаятри-мантры, связанную с пранавой и вьяхрти. И затем вновь, выполняя джапу гаятри-мантры, трижды, на каждую из сандх (соединений) он должен завершить пранаяму.

## БАХЬЯ-МАТРИКА-НЬЯСА

50. Каждому надлежит выполнять ньясу (помещая кончики пальцев и ладонь правой руки на различные части тела и сопровождая это особой мантрой):
- на лоб - безымянным (анамика) и средним пальцами (мадхьяма);
  - на рот - указательным (тарджани), средним и безымянным пальцами;
  - на глаза - большим пальцем и безымянным;
  - на уши - большим пальцем;
  - на две ноздри - большим пальцем и мизинцем;
  - на щеки - указательным, средним и безымянным пальцами;
  - на губы - средним пальцем;
  - на два ряда зубов - безымянным пальцем;
  - на уттамангу (голова) - средним пальцем;
  - внутри рта - безымянным и средним пальцами;
  - на руки, ноги и бока - мизинцем, безымянным и средним пальцами;
  - на спину - мизинцем, безымянным и средним пальцами;
  - на пупок - мизинцем, безымянным и средними пальцами;
  - на живот - всеми пальцами;
  - и на антахкарану, два плеча и какуд (область горба) - ладонью.

От сердца к рукам, от сердца к ногам, от сердца к животу, и от сердца ко рту – следует выполнять ньясы ладонью. Эти матрика-ньясы были записаны в определенной последовательности. Ньяса человека, который не знает этих подробностей, безрезультатна.

Лоб, лицо, глаза, уши, ноздри, щеки, губы, два ряда зубов, голова, рот, соединения рук и ступней, передняя часть ног и рук, бока, спина, пупок, живот, сердце, правое плечо, пространство между плечами с задней стороны шее (какуда-стхана), левое плечо, от сердца к рукам, от сердца к ногам, от сердца к животу, от сердца ко рту – на все эти органы тела должна быть совершена ньяса матрика (пятьдесят букв санскритского алфавита) в порядке перечисления этих органов. Святые писали, что ньяса должна совершаться с пятьюдесятью буквами, имеющими пранаву в начале и «намах» в конце каждой буквы, произносимая как с бинду, так и без нее.

## МАТРИКА-НЬЯСА

51. Шива сказал: «О, Деви: слушай матрика-ньясу. Все грехи разрушаются при выполнении этих матрика-ньяс. Риши матрика мантры – Брахма; чханда - Гаятри; ее Дэвата - Матрика Деви; её

семена (биджи) – согласные, а все гласные - её Шакти. Шаданга-ньяса (помещение матрик на шесть частей или органов тела) должна выполняться после произнесения вышеупомянутой матрики. Процесс следующий:

- взять aM, AM и расположить между ними буквы «ка - варги» с бинду;
- взять iM, IM и расположить между ними буквы «га - варги» с бинду;
- взять uM, UM и расположить между ними буквы «Та - варги» с бинду;
- взять eM, aiM и расположить между ними буквы «та - варги» с бинду;
- взять oM, auM и расположить между ними буквы «ра - варги» с бинду;
- и взять M, aH и расположить между ними буквы «ya - варги», «sa - варги», la и kSha с бинду;
- затем нужно поместить слова hR^idaaya, sira, shikhA, kavaca, netra и astra в их чатуртхи форму, соответственно, после каждого определенного ряда букв; и затем вновь, после каждого образованного ряда необходимо расположить слова paMaH, svAhA, vaShaTa, huM, vaShaT и phaT, соответственно.

Теперь ньаса каждого органа тела (сердце, голова, верхушка головы, кавача, глаза, внутренняя и внешняя стороны ладоней) выполняется с произношением соответствующего ряда мантр, сформированного вышеприведенным образом. Эта шаданга-ньяса разрушает грехи садхака. Произносится каждая буква с бинду, и в его конце располагается слово paMaH (для примера kaM paMaH и т.д.). Когда ньаса выполняется по направлению вверх от муладхары - она называется антарматрика-ньяса.

Для примера, мысленно представьте муладхара-чакру как золотой и четырехлепестковый лотос, состоящий из букв va, sha, Sha и sa, каждая с бинду (т.е.: vaM, shaM, ShaM, saM и т.д.); свадхистана-чакру, сияющую и сверкающую подобно освещению и Агни, украшенную шестью лепестками с буквами ba, bha, ta, ya, ga, la, каждая с бинду; манипура-чакру, подобную голубому облаку с десятьюлепестковым лотосом, украшенным буквами Da, Dha, Na, ta, tha, da, dha, na, pa, pha , каждая с бинду; анахата-чакру, расположенную в сердце йогина, сверкающую, подобно правале (кораллу), с двенадцатью лепестками, содержащими буквы ka, kha, ga, gha, ~Na, ca, cha, ja, jha, ~na, Ta, Tha, каждая с бинду; вишуддхи-чакру – дымчатый блеск с шестнадцатью гласными, каждая с бинду; аджна-чакру, светящуюся подобно Луне, с двумя лепестками, содержащими буквы ha и kSha, каждая с бинду; и сахасрара-чакру с белоснежным свечением и тысячью лепестками, содержащими все буквы, и три буквы ha, la, kSha с бинду, расположенные на трех акатхади линиях. В средней из них нужно со спокойным умом созерцать парабинду (Парама Шиву), который есть причина всего творения и разрушения.

## РИШИ-НЬЯСА

52. Только тот, кто выполняет садхану после получения мантр из уст Господа Махешвары, через аскетизм, только это чистое слышание может быть риши этой мантры. Из-за превосходства над остальными Риши ньаса выполняется на голове. То, что охватывает все сущности мантры, называется чхандра. Ньяса чхандры должна выполняться во рту, потому что чхандра – сущность произносимых букв и слов. Ньяса Божества, расположенного в сердцах и побуждающего всех людей говорить, должна выполняться в сердечном лотосе. Мантра не может быть плодотворной, когда не известны риши и чхандра. Сила мантры уменьшается, когда не известна её винийога (практическое применение).

Ньяса риши должна выполняться в голове, чханды - во рту, Божества - в сердце, биджи - в тайном месте (анус), Шапти - в ступнях, и килаке (т.е., то, что приходит в конце или завершает) - во всем теле.

## ОПИСАНИЕ МУДР

53. Радость Божеств увеличивается через мудры, и мудры также разрушают грехи садхака. Поэтому священные тантры дали такое название - Мудра. Бог Богов, Махадева, сказал, что он желает изобразить мудры, которые включены во все тантры и выполнение которых во время поклонения Божеству, призывает Божество в Мантру. В поклонении, в джапе, в сознании, в камья-карме (обряды, совершаемые для определенных целей), во время купания, во время призыва, во время освящения шанкхи, в призывании Божества (прана-пратиштха) в изваяние, в защите, в предложении Божеству и в различных ритуалах, мудры выполняются в соответствии с качествами данных ритуалов. Девять видов призывов и т.д., мудры рассматриваются главными в природе. Шаданга-мудры также полезны для всех целей. Ученые определили девятнадцать мудр для поклонения: Вишну, Шанкха, Чакра, Гада, Падма, Вenu, Шриватса, Каустубха, Ванамала, Джняна, Билма, Гаруда, Нарасимхи, Варахи, Хаягриви, Дхануш, Бана, Парашу, Джаганмоханика и Кама – это названия девятнадцати мудр, которыми можно умилостивить Господа Вишну. Линга, Йони, Тришула, Мала, Вара, Абхая, Мрига, Кхатванга, Капала и Дамару – таковы десять мудр, которые радуют Махадева. Для поклонения Сурье установлена только одна мудра – падма-мудра. Данта, Паша, Амкуша, Вигхна, Паршу Ладдука и Биджапура – семь мудр для поклонения Ганеше. Паша, Анкуша, Вара, Абхая, Кхадга, Чарма, Дхану, Шара и Мусала – девять мудр, любимые Дургой, они могут использоваться для поклонения всем видам Шапти. Лакшми-мудра - для поклонения Лакшми; Акшамала, Вина, Вйакхья и Пустака мудры – предназначены для поклонения Сарасвати. Мудры, названные Саптаджихва - для поклонения Агни. Матсья, Курма Лелиха, Мунда и Махайони - мудры, которые даруют все виды богатства. Махайони-мудра используется для поклонения Богине Шапти; Мунда-мудра – для поклонения Шьяме и т.д., Матсья, Курма и Лелиха мудры используются для основного поклонения. Йони, Бхутини, Биджа, Даитьядхумини и Лелихана – эти пять мудр специально определены для поклонения Таре. Десять мудр для поклонения Трипура Сундари: Кшобхини, Дравини, Акаршини, Васья, Унмадини, Махамкуша, Кхечари, Биджа, Йони и Трикханда.
- Кумбха-мудра - для ритуалов жертвоприношения; Падма-мудра – для асаны; Калакарни-мудра – для ритуалов, связанных с подавлением и беспорядком; и Галини-мудра – для очищения воды. Вenu-мудра – для поклонения Гопале, Нарасимхи – для поклонения Нрисимхе. В поклонении Варахе – Варахи, и в поклонении Хаягриве – Хаягриви-мудра. Для поклонения Шри Рама используются Дхануш и Бана мудры. Мудры, предназначенные для поклонения Парашураме – Паршу и Саммохини. Для ритуалов призывания - Васудева; для ритуалов сохранения – Кумбха, и для прошения и молитвы - Прартхана мудры. В соответствии с правилами и качествами, садхаки всех пяти школ должны изучать мудры у своих Гуру. Детальные характеристики всех мудр даны в тантрах. Это различные мудры, которые радуют Божеств, их описания доступны в различных ритуалах поклонения. Здесь есть только названия, и лишь несколько мудр определены в соответствии с поклонением пяти Божествам. Так же как перечисленные различные мудры приносят радость Богам и Богиням, существуют и различные мудры, приносящие радость риши. Джняна-мудра, бхакти-мудра, тапо-мудра, карма-мудра и дана-мудра – это те мудры, которые радуют святых (риши). Вара-мудра и абхая-мудра – те, которые приносят радость риши, Божествам, питтри и обитателям трех миров.

**śrī nāthjī gurujī ādeś!**