

ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ

Утверждение Санатана Дхармы и отображение современной истории возрождающейся всеобщей религии, имеющей миллиард приверженцев



ГРАНД МЕЛА В НЕПАЛЕ



NIKKI THAPA



Canada CAD 10
India INR 225

Malaysia . . . MYR 14
Mauritius . . MRU 115

Singapore . . . SGD 10
UK GBP 5

USA USD 7.95



(Обложка) мужчины возле храма Камал Винайки в Бхактапуре позируют во время своих специальных садхан ежегодной Шри Мадхава Нараяна мелы в окрестности Катманду; (вверху) 32 образа Шри Ганеши (отрывок из книги С. Ш. Субрамуниясвами «Любящий Ганеша»), стр. 44

Июль/Август/Сентябрь 2022 года • Год Шубхакрты, 5124 по Индуистскому календарю

Bodhinatha Veylanswami

www.gurudeva.org

В МИРЕ

Праздники. Гранд мела Непала в честь Господа Вишну 14
Святые. Гигантская статуя Рамануджачарьи
 близ Хайдарабада 26

ВЗГЛЯД

По моему мнению. Просыпайтесь под музыку Карнатик 9
Стол издателя. Жизненные трудности 10
Послание лидера. Х. Д. Парамахамса Омкарананда
 Сарасвати 12
Из Упанишад. Познай себя. Перевод отрывка
 третьей главы «Катха упанишад» 13

КРАТКИЕ ОБЗОРЫ

Всемирная Дхарма 6
Современность и Дхарма 74

НАША РУБРИКА

Храмы. Д. А. Борзунов. Почитатели храма Чидамбарам 49
Йога. А. В. Парибок. Триединство традиционной
 йоги и три компонента её освоения и изучения 52
Философия йоги. Отрывок из книги Герхарда
 Оберхаммера «Структуры йогической медитации» 54
Тамилистика. Н. В. Гордийчук. Гимн Аппара
 о частях тела 58
Уроки тамильского. Н. В. Гордийчук. Урок 3 60
Уроки санскрита. С. В. Лобанов. Урок 6 64

СТИЛЬ ЖИЗНИ

Раздел образование. Четыре деноминации индуизма 28
Паломничество. Гиривалам – путь к освобождению 42
Боги индуизма. 32 образа Ганеши 44
Спорт. Йогический фридайвинг 68

Номер выходит при поддержке Мегагранта Минобрнауки (VIII очередь) № 075-15-2021-603.

USA Contacts: Letters to the editor, subscription and editorial inquiries may be sent to Hinduism Today, 107 Kaholalele Road, Kapaa, Hawaii 96746-9304 USA, letters@hindu.org. Hinduism Today (ISSN# 0896-0801; USPS# 023082), July/August/September, 2022, Volume 44, No. 3. Satguru Sivaya Subramuniyaswami, Founder; Satguru Bodhinatha Veylanswami, Publisher; Paramacharya Sadasivanatha Palaniswami, Editor-in-Chief.

© 2022 Himalayan Academy, 107 Kaholalele road, Kapaa, Hawaii 96746-9304 USA. All rights reserved.

Контакты в России: Издательство «Хиндуизм тудэй», 127473 Москва, ул. Краснопролетарская, дом 16/2, подъезд 7, этаж 3. www.hinduism.today, e-mail letters@hinduism.today.

По вопросам распространения, подписки и рекламы на страницах журнала «Индуизм сегодня» обращайтесь по адресу издательства или тел. +7 (499) 340 5809

© 2022 ООО «Хиндуизм тудэй», ул. Краснопролетарская 16/2, Москва, Россия. Перевод с английского, редакция, верстка, оригинальные статьи и публикации – все права защищены.



www.hinduismtoday.com

www.hinduism.today (рус.)

Огромная статуя из металла святого Рамануджачарьи

Посетите замечательный комплекс
в честь вайшнавского философа-святого
XI века недалеко от Хайдарабада. Стр. 26



ВСЕМИРНАЯ ДХАРМА

КХАДЖУРАХО

Культовые туристические направления беспокоят защитников природы

Древние индуистские и джайнские храмы за пределами города Кхаджурахо являются объектом Всемирного наследия ЮНЕСКО с 1986 года и включены в список национальных сокровищ Археологической службы Индии. Теперь, как сообщает Служба религиозных новостей, правительство планирует объявить 25 храмов «культовым туристическим направлением». В. Д. Шарма, местный член парламента, недавно заявил, что Кхаджурахо находится на пути к «улучшению связи, увеличению числа рабочих мест и увеличению числа туристов». «Правительство выделило более 6 миллионов долларов США на проекты в Кхаджурахо и его окрестностях. В прошлом году был запущен конференц-центр стоимостью 4,5 миллиона долларов.

Эти памятники, построенные примерно в 850-950 годах до н. э. династией Чандела, являются вершиной храмовой

архитектуры в северной Индии и одними из немногих, переживших мусульманские нашествия. Защитники природы говорят, что государственная реставрация сама по себе представляет угрозу. Они опасаются, что укрепление храмов обычными камнями и использование абразивных методов очистки могут ускорить их разрушение. Служащий памятника сказал, что уборкой занимаются неквалифицированные рабочие, в основном бесконтрольно. Кроме того, он отметил, что нет никаких научно обоснованных планов восстановления храмов, что создает угрозу того, что они могут превратиться в груды камней.

.....
Хрупкие стены храма: Храм Вишванатхи в окрестностях Кхаджурахо. Увеличение авиарейсов в близлежащем аэропорту могут привести к появлению трещин от акустических колебаний.



ОБЪЕДИНЁННЫЕ АРАБСКИЕ ЭМИРАТЫ Строительство храма в Дубае близится к завершению

В отчете *Trade Arabia* за февраль 2022 года говорится, что недавно на строительной площадке нового храма Гурударбар Синдхи в Дубае в районе Джебель-Али была проведена молитва в ознаменование церемонии «завершения» (окончательной установки балки). Он примыкает к Гуру Нанак Дарбару и христианским церквям, что делает этот район многоконфессиональным местом в Дубае.

В этом современном здании пастельных тонов с декоративными решетчатыми панелями в арабском стиле разместятся 11 индуистских божеств различных индуистских деноминаций. Солнечный свет проникает через восьмиугольное окно в молитвенный зал на верхнем этаже, вмещающий до 1500 верующих. Комната выходит на террасу, где будут проводиться яджны,

огненные церемонии. На первом этаже находится общественный центр.

Предварительное открытие запланировано на июль-август, а официальное завершение строительства храма намечено на октябрь этого года во время фестиваля Виджаядашами, сообщает *Khaleej Times*.

Девять латунных калашей (металлических или каменных шпилей) вскоре воспарят над храмом. Они были импортированы из Индии, говорит Раджу Шрофф, один из попечителей. «Самый высокий около 2-х метров в высоту и 120 килограммов весом. Остальные восемь имеют высоту 120 сантиметров и весят около 90 килограмм». Он добавил: «В этом городе, полном шума и суеты, мы постарались создать ощущение безмятежности и спокойствия для молитвенной практики».

ДИЕТА

«Мясо сделало нас людьми»?

Следующие выдержки взяты из статьи на phys.org

Типичные человеческие черты, такие как большой мозг, впервые появились у *Homo erectus* почти два миллиона лет назад. Этот эволюционный переход к человекоподобным чертам часто связывают с изменением рациона питания, а именно, – с увеличением потребления мяса. Однако новое исследование (январь 2022 года), опубликованное *Proceedings of the National Academy of Sciences*, ставит под сомнение эту гипотезу. В то время как археологические свидетельства употребления мяса резко возросли с появлением *Homo erectus*, авторы исследования утверждают, что это увеличение может быть в значительной степени объяснено повышенным вниманием исследователей к этому периоду времени, что фактически искажает доказательства в пользу того, что «мясо сделало нас людьми».

«Поколения палеоантропологов посещали знаменитые хорошо сохранившиеся места такие, как ущелье Олдувай (в Танзании), в поисках – и находили – захватывающие дух прямые



свидетельства того, что древние люди ели мясо, подтверждая точку зрения о том, что в это время произошёл взрыв мясоедения», – сказал У. Эндрю Барр, доцент кафедры антропологии в университете Джорджа Вашингтона и ведущий автор исследования. «Однако, когда вы количественно обобщаете данные с многочисленных мест по всей Восточной Африке, чтобы проверить эту гипотезу, как мы это сделали здесь, нарратив о том, что "мясо сделало нас людьми", начинает

разваливаться». Барр и его коллеги собрали опубликованные данные из девяти основных областей исследований в Восточной Африке, в том числе 59 участков, датированных 2,6-1,2 миллионами лет назад. Они обнаружили, что при учёте изменений в усилиях по отбору проб с течением времени не наблюдается устойчивого увеличения относительного количества доказательств наличия плотоядных после появления *H. Erectus*. «Я думаю, что это исследование и его результаты будут интересны

Два миллиона лет: Номо erectus в Восточной Африке в окружении современной фауны

.....
не только сообществу палеоантропологов, но и всем людям, которые в настоящее время основывают свои решения о диете на той или иной версии этого повествования о мясоедении», – сказал Барр. «Наше исследование опровергает утверждение о том, что употребление большого количества мяса привело к эволюционным изменениям у наших ранних предков».



Добро пожаловать, панорама Дубая: художественная визуализация завершённого храма напротив центра города.



На радость людям: этот и сотни других запланированных храмовых комплексов по всей Индии имеют стратегическое расположение для службы малообеспеченным слоям населения.

АНДХРА - ПРАДЕШ

Ритуалы, посвящённые открытию храма Шри Венкатешвары

Утренние, полуденные и вечерние ритуалы освящения недавно построенного храма Шри Венкатешвара Свами в Рушиконде, Вишакхапатнам, проводились 19-23 марта 2022 года, согласно «Вайкханага агамы», в благоприятной Вришабха лагне. Индуисты рассказывают, что день начался с Супрабхатам, Кумбхарадханы, Ниведаны, хомы и Маха пурнахути между 5:30 и 8:00. Парад Утсав мурти проходил с 9:00 до 11:30, затем Брахмагоши, Веда Саттуморы, Дваджджароханы и Арчака Бахуманы. Нитья кайнкарьяма проводилась с полудня до 13:30.

Председатель Тирумала Тирупати Девастханамс г-н Субба Редди сказал, что строительство храма началось два года назад, чтобы добавить духовности Вишакхапатнаму. Он сказал, что сотни храмов Шри Венкатешвары строятся от Кашмира до Каньякумари в рамках продвижения Санатана хинду дхармы. В Одише завершено строительство храма Шривари, и скоро он будет открыт. Ожидается, что храм Шри Венкатешвары в Амаравати будет завершён в ближайшем будущем. Он добавил, что в скором времени планируется построить ещё 1000 храмов в районах, населённых племенами, рыбаками и малообеспеченными слоями общества.

Сможет ли ИИ (искусственный интеллект) расшифровать письма, бросающая вызов столетним усилиям учёных?

Большая часть нижеизложенного взята из статьи на restofworld.org

Цзямин Ло вырос в материковом Китае, думая о забытых языках. Когда он был маленьким, он задавался вопросом, почему разные языки, на которых говорили его мать и отец, часто объединялись в китайские «диалекты». Ло говорит, что, когда он стал докторантом по информатике в Массачусетском технологическом институте в 2015 году, его интерес совпал с давним увлечением его советника древними письменностями. В конце концов, что может быть более интересным, чем давно утраченные языки, оставленные нам в виде загадочных символов на разрозненных артефактах?

В 2019 году Ло попал в заголовки газет, когда, работая с командой коллег-исследователей Массачусетского технологического института, применил свой опыт машинного обучения для расшифровки древних письменностей. Он и его коллеги разработали алгоритм, основанный на закономерностях изменения языков с течением времени. Они вводили в

свой алгоритм слова на утерянном языке и на известном родственном языке; его задача состояла в том, чтобы привести слова из утерянного языка в соответствие с их аналогами на известном языке.

Эта работа выдвинула интригующее предложение. Может ли машинное обучение помочь исследователям в их попытках взломать другие, пока ещё не расшифрованные письма — те, которые до сих пор сопротивлялись всем попыткам перевода? Какие исторические тайны могут быть раскрыты в результате этого?

Удивительно, как мало мы знаем о коренных жителях долины Инда, которые в какой-то момент составляли почти 10% населения земного шара. Это особенно раздражает, учитывая, насколько больше мы знаем об их современниках, людях египетской и месопотамской цивилизаций. Одной из причин этого является всё ещё неразгаданная индская письменность.

Заставить машины работать над письмами Инда непросто. У нас нет достаточно информации об индском письме: самое главное, мы не знаем, с каким



Искусственный интеллект в работе: на иллюстрации *Сомнатха Бхатта III* пытается помочь расшифровать этот каменный штамп (печать), найденный в Харappe в долине Инда — современных пакистанских провинциях Пенджаб и Синд.

другим языком он может быть связан. В результате модель, подобная модели Ло, не сработала бы для письма Инда. Однако это не значит, что данные технологии не могут помочь. В некотором смысле компьютерное моделирование уже сыграло решающую роль: оно показало, что письменность Инда на самом деле является языком, а не просто символами, как утверждала ранее группа исследователей из Гарварда в 2004 году. В 2010 году Роноджой Адхикари, профессор статистической физики Кембриджского университета, и его

коллеги — специалисты по обработке данных с их программой, основанной на понятии информационной энтропии, по сути, математической мере беспорядка, — с радостью доказали, что это язык.

Ло указывает, что не ожидает, что расшифровка утраченных языков будет полностью автоматизирована. «Я думаю так. Пусть система предложит список вариантов, и пусть эксперты скажут: "Хорошо, возможно, эта теория более правильна, чем другая"». Это определённо сократит усилия и количество часов, которые пришлось бы потратить экспертам».

мации обращайтесь по адресу info@hinducouncil.com.au.

СОГЛАСНО ПРЕСС-РЕЛИЗУ SUNNY TRAVEL AND TREKS от февраля 2022 года, Непал инвестировал в отели мирового класса, курорты и гостевые дома во время карантина. Дороги сейчас улучшены. Непал теперь открыт для туристов. На момент публикации вы можете получить визу по прибытии, и нет необходимости оставаться на карантине.

В 2019 ГОДУ ДЛЯ ШКОЛ ПРОВИНЦИИ МАНИТОБА в Канаде было выпущено 126-страничное справочное пособие по индуизму в числе 12 мировых религий. В нём есть замечательные главы о том, что такое индуизм, ключевые труды и Священные Писания, основополагающие верования, концепции и идеи, исторические личности, практики, ритуалы, символы и праздники, проблемы современного индуизма и многое другое. Скачать это впечатляющее пособие для учителей можно

по ссылке: www.edu.gov.mb.ca/k12/docs/support/world Religions/hinduism/full_doc.pdf.

1117 ЗАКЛЮЧЕННЫХ-ИНДУИСТОВ ПО ВСЕЙ ИНДОНЕЗИИ ПОЛУЧИЛИ ПОСЛАБЛЕНИЯ (отпуск или освобождение) на индуистский «День тишины» (Ньепи) в 2022 году. «Цель состоит в том, чтобы мотивировать заключённых к самосовершенствованию и увеличению их послушания Богу», — пишет Рика Априанти из Министерства юстиции и прав человека.

Новости
предоставлены

**HINDU PRESS
INTERNATIONAL**

Подпишитесь
на бесплатные
ежедневные новости
об индуизме во всём мире
на сайте
hinduismtoday.com/hpi

PHOTOS: GOSPEL FOR ASIA



Журнал «Индуизм сегодня» был основан 5 января 1979 года признанным во всем мире ортодоксальным учителем и виднейшим проповедником индуизма Садгуру Шивайя Субрамуньясвами (1927-2001) на базе некоммерческой образовательной издательской деятельности Гималайской академии со следующими целями: 1. Содействие индуистской солидарности как «единства в разнообразии» среди множества сект и направлений индуизма; 2. Информирование и вдохновение индуистов всего мира, а также людей, интересующихся индуизмом; 3. Искоренение вымыслов, ложных представлений и всякого рода неправды касательно индуизма; 4. Защита, охрана и популяризация священных Вед и индуистской религии; 5. Мониторинг и содействие продолжающемуся духовному ренессансу индуизма; 6. Помощь в предоставлении площадки для публикаций индуистским лидерам и учителям, способствующих развитию Санатана Дхармы (Индуизма). Присоединяйтесь и Вы к этой нашей севе — бескорыстному служению на благо мира! Отправляйте свои письма, статьи, отчёты о событиях в мире индуизма и распространяйте информацию о нас среди своих друзей!



Основатель:
Садгуру Шивайя Субрамуньясвами

Издатель:
Садгуру Бодхинатха Вейлансвами

Главный редактор:
Парамачарья Садашиванатха Паланисвами

Помощник издателя: Парамачарья Шиванатха Чейонсвами

Заместитель редактора: Ачарья Кумарнатхасвами

Управляющий редактор: Ачарья Арумуганатхасвами

Руководитель производства: Санньясин Брахманатхасвами

Менеджер подписки и распространения:

Саньясин Шанмуганатхасвами

Менеджер по рекламе: Саньясин Каивальянатхасвами

Помощники редакторов: Йоги Раджанатха

Корреспонденты: Чудамани Шиварам, Бенгалуру; Лавина

Мелвани, Нью-Йорк; Дев Радж Агарвал, Дехрадун; Парас

Рамоутар, Тринидад. Редактор копирования: Чамунди

Сабанатхан. НР: Чандра Шанкара. Консультанты:

д-р С. П. Сабхаратнам Сивачарияр. Фото предоставили:

Томас Л. Келли, фотоагентство Динодия, Дев Радж Агарвал,

Дехрадун, Арун Мишра, Мумбаи. Цифровая команда: Андре

Гарсия, Дхармалингам Сиддхан. Распространение: в США:

Ingram Periodicals, New Leaf, подписные услуги EBSCO,

Ubiquity; в Европе: Служба подписки SWETS; в Малайзии:

Kovind Enterprises; в Сингапуре: Sanathana Dharma Publications;

в Индии (Дели): Central News Agency Limited; на Маврикии:

CODIP. Печать: Quad / Graphics, Мидленд, Мичиган.

Над русской версией журнала работали: Главный редак-

тор и переводчик: Динанатха Бодхисвами; переводчики:

Дмитриченко Елена, Калайогинатха; дизайн-макет, верстка:

Синникова Ольга.

ПО МОЕМУ МНЕНИЮ

Просыпайтесь под музыку Карнатик

Разучивание классических мелодий под руководством гуру научило меня тому, что на самом деле означает бхакти

СУРЬЯ АМБАТИПУДИ

Когда я впервые вошёл в тёплый, усталый ковран дом моего учителя музыки, я не ожидал многого. Я был беспокойным, нетерпеливым первоклассником, которому сказали, что если я посижу час и попою, то получу печенье с белым шоколадом. В то время я не понимал, что на всю жизнь посвящаю себя древнему искусству и неотъемлемому аспекту моей индуистской культуры. Я не понимал, что всё, чему я научился за следующие несколько лет, останется со мной на всю жизнь.

Я начинал под руководством моего гуру, руководителя коллектива, Санкари Сентхилкумари, которая преподаёт в своём доме в Лос-Анджелесе. Обстановка её класса гарантировала, что время не будет потрачено впустую и что каждую неделю будет изучаться что-то новое. Нас проинструктировали всегда держать спины прямыми, голоса чёткими, а книги оставлять снаружи. Вскоре я начал изучать *гиты* (короткие структурированные фрагменты) и *варнамы* (более структурированные фрагменты). У меня была первая репетиция в возрасте восьми лет, за которой последовало первое индивидуальное выступление в двенадцать. Затем я перешёл с групповых занятий на индивидуальные. После переезда в Сан-Диего я изучал продвинутые *крити* (нюансированные композиции) под руководством гуру Шри Суббу Айера. Шли годы, и музыка Карнатик перестала быть просто побочным хобби. Она начала становиться частью моей повседневной жизни и моей идентичности в целом.

Понимание сложных фрагментов и умение их исполнять было небольшой частью того, чему я научился. Изучение произведений таких искусных композиторов, как Шри Тьягараджа и Шри Дикшитар, дало мне представление о том, что на самом деле означает бхакти или, проще говоря, преданность. Я помню, как однажды я сидел на уроке. К настоящему времени я уже привык к этой рутине. Держу спину прямо, открываю папку на Гугл диске с текстом песни дня и готовлюсь к исполнению. Урок шёл как обычно, я повторял все ноты, исходившие из уст учителя.

Через некоторое время он остановился и сказал, что в моём голосе должно быть «больше эмоций». Я не обратил внимания



и попробовал внести некоторые нюансы в свои ноты, только чтобы спеть те же сухие мелодии, что и раньше. Затем я понял, что эмоции нельзя вызвать принудительно, особенно в музыке Карнатик. Я должен был быть полностью сонастроен с текстом и погружён в образ Бога, чтобы песня звучала искренне.

Музыка Карнатик воспитывает бхакти как искусство и практику. Сложности каждого произведения окутаны гобелем духовных смыслов. Шри Тьягараджа, например, часто просит увидеть присутствие Господа Рамы с помощью драматического набора слов поклонения. Я начал обращать внимание на значения определённых *крити* и заметил красивые сочетания фраз, которые описывали божества во всём их великолепии, за которыми следовала прекрасная поэзия, выражающая страстное желание получить их благословение. Это позволило мне представить, что каждая песня — это молитва Богу. И вот, музыка дала мне ещё большую преданность и признательность за мою веру. Это заставило меня гордиться талантом композиторов изображать свою преданность, и я испытываю чувство новообретённого почтения к их творчеству.

Мой гуру вселили эту преданность в меня. Они рассказали мне о значении, деталях и историях, стоящих за каждой композицией. Они сформировали меня как ученика и личность. Это дало мне понимание гуру-*шишья парампары*, или культурной традиции знания, передаваемого от учителя к ученику. В отличие от многих школьных предметов для самостоятельного изучения, спорта и хобби, музыке Карнатик, на мой взгляд, должен обучать гуру.

Эта замечательная музыкальная традиция мотивировала меня, но мой опыт ещё скромнее. Каждое повторение *крити* открывает новые горизонты для совершенствования. Сложности этого искусства гарантируют, что человек остаётся смиренным учеником и никогда не думает, что узнал уже «достаточно» и находится на уровне своего гуру.

Сурья Амбатипуди, 16 лет, — старшеклассник, живущий в Калифорнии, которого вдохновило написать о своём опыте как индуиста в Америке.

КРАТКО...

ТАЙПУСАМ ПУДЖИ ВОЗВОЗНИЛИСЬ В СИНГАПУРЕ и Малайзии в январе 2022 года, хотя торжества были скромными, с ограничениями на большое скопление людей и запретом на некоторые обычаи, такие как ритуальный пирсинг и ношение *кавади*.

В ЯНВАРЕ 2022 ГОДА МАЛАЙЗИЙСКИЙ ИНДУИСТСКИЙ сангам выпустил отличную презентацию общепринятых верований и практик Санатана Дхармы на четырёх языках: английском, тамильском, хинди и малайском. В 2017 году было решено заняться общей проблемой индуистских общин: во что именно мы все верим? Скачать 16-страничные электронные книги на каждом языке можно здесь: malaysiahindusangam.org/mhs-youtube-videos/publications.

КАК СООБЩАЕТ ИНДУИСТСКИЙ СОВЕТ АВСТРАЛИИ,

8 ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ ИЮЛЬ/АВГУСТ/СЕНТЯБРЬ, 2022

ИЮЛЬ/АВГУСТ/СЕНТЯБРЬ, 2022 ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ 9

Жизненных трудностей не следует избегать

Мы можем обойти трудности или отважиться на их разрешение. Вот три идеи, которые дадут надежду и силу в тяжёлые дни

САДГУРУ БОДХИНАТХА ВЕЙЛАНСВАМИ

Распространённая точка зрения в отношении значительных трудностей заключается в том, что мы предпочли бы жить без них. Зачем кому-то хотеть переживать все эти трудные времена, регулярно просыпаться по утрам и сталкиваться с серьёзными вызовами жизни? Мой гуру, Шивайя Субрамуньясвами, придерживался иной точки зрения. Он утверждал: «Мы рождаемся на этой планете, чтобы развиваться, преодолевая трудности. Мы здесь ни по какой-то другой причине». Гурудэва говорил нам, что, проживая кармы и тем самым обретая больший контроль над нашей инстинктивной и интеллектуальной природой, мы прогрессируем духовно. Мы можем сравнить эту идею с комментарием Гурудэвы о том, что нужно быть спокойным. Он утверждал, что хорошо научиться быть спокойным в тихом месте, но в конечном итоге вы должны научиться быть спокойными в разгар интенсивной деятельности. Точно так же нам нужно приобрести способность к постоянному самоконтролю в простых повседневных взаимодействиях и в конечном итоге быть способными сохранять самообладание даже при столкновении с серьёзными трудностями. Если ваше спокойствие незыблемо в любой ситуации, это бесценное сокровище.

Гурудэва даёт мистическое понимание секрета самоконтроля: то, что мы испытываем в мире, является отражением того, что находится в нашем уме. «Вы постоянно меняете внешние обстоятельства, знаете вы это или нет. Даже ваш ум сегодня отличается от того, каким он был неделю назад. Различные переживания, которые вы привнесли в свою жизнь, моделируют её заново. Важно понимать, что вы можете получить контроль над всеми вещами, которые меняются внутри и вокруг вас. Направьте мысли и чувства вашего творения в нужном направлении и узнайте, как быстро изменяется внешние обстоятельства. В этом секрет самоконтроля. Это и есть практика йоги. Попробуйте избавиться от привычки беспокоиться, потому что беспокойство – это всего лишь побочный продукт части ума, вышедшей из-под контроля». Другими словами, йогическая сдержанность – это не просто умение справляться с тем, что происходит вне нас, это, по сути, мудрое управление нашими мыслями и чувствами.

Сохранять спокойствие среди хаоса

Я регулярно встречаюсь с семьями, посещающими монастырь. Обычно это происходит утром после Шива-пуджи, которая длится около полутора часа. Если в семье есть маленькие дети, то им уже пришлось долгое время сидеть без движения, поэтому, когда они приходят на встречу со мной, их лимит сидеть израсходован. В одной семье было два маленьких мальчика в возрасте четырёх и шести лет, которые не могли перестать бегать по комнате. Это смутило отца, который в конце концов признался: «Знаете, раньше я был намного спокойнее, до



того, как у нас не появились дети». Я сказал ему: «Ну, в этом и заключается задача – быть спокойным, когда у тебя есть дети, которые не спокойны».

В трактате по этике – священном «Тируккурале» в разделе о семейной дхарме есть глава о самообладании. В одном стихе говорится: «Выше гор величие человека, который, будучи стойким в семейной жизни, овладел самообладанием». Смысл очевиден. Легко иметь самообладание, если вы одиноки и живёте сами по себе, потому что рядом с вами нет никого, кто мог бы нарушить ваш покой. Но когда вы женаты, у вас есть маленькие дети и вы должны выполнять профессиональные обязанности, достичь самообладания гораздо сложнее. Цель состоит в том, чтобы, встречаясь с жизненными трудностями, по-прежнему сохранять спокойствие. Если вы семейный человек, наберитесь мужества и реализуйте эти рекомендации.

Трудности – ваши друзья

Другие обстоятельства для разрешения трудностей связаны с астрологическими циклами жизни. (Ведическая астрология – это технический предмет, и приведённый ниже пример упрощён.) Мы склонны думать, что астрологические периоды с большим количеством трудностей – это плохо, а времена, когда условия складываются гладко и способствуют успеху, – хорошо. Это верно в том смысле, что легче выполнять важные задачи в мире, когда ваша астрологическая карта свободна от препятствий. Однако астрологические периоды, которые указывают на трудности, также можно рассматривать как хорошие, поскольку они предоставляют возможности для внутреннего духовного прогресса путём успешного преодоления трудностей и тем самым укрепления нашего самообладания. Я помню, как Гурудэва однажды сказал, что его нынешний астрологический период настолько хорош, что у него нет никаких проблем, пошутив, что у него «вообще нет никакого духовного прогресса». Одна астрологическая система даёт такое понимание: «Этот период – начало более духовного путешествия, во время которого вы впитываете и принимаете новую информацию. Это также время настоящей решимости и отказа от более поверхностного в пользу глубокого обучения и самодисциплины... Однако это может быть утомительный и трудный период для мирских дел, и на вас, вероятно, в это время будут возложены дополнительные обязанности того или иного рода». Когда дело доходит до проблем, мы не должны быть подавленными; но, как искатели на духовном пути, мы также не хотим, чтобы наша жизнь была свободна от проблем.

Мирской опыт ведёт к божественному опыту

Работая с группой студентов индуистского университета на семинаре выходного дня, я задал вопрос: «Что необходимо для достижения мокши, освобождения от перерождений?» Ответ от нескольких студентов был таким: «Необходимо осознать Себя». Это, безусловно, правильный



ответ, но вдумчивого человека это приводит ко второму вопросу: «Что же тогда необходимо для осознания Себя?» Ответ на этот вопрос не так хорошо известен: «Опыт в мире. Много опыта».

В своих Йога-сутрах мудрец Патанджали обращается к необходимости опыта в первой сутре главы 2: «То, с чем сталкиваешься, имеет характер яркости, активности и инертности. Это воплощено в элементах и органах чувств. Его цель – обеспечить как опыт, так и освобождение». Другими словами, мы находимся на Земле не для того, чтобы просто идти прямо к освобождению. Сначала нам нужно учиться и расти в огромном океане событий мира, прежде чем мы даже начнём думать о мокше, не говоря уже о её достижении. Именно встречаясь с миром и учась правильно относиться к этому опыту – например, укрепляя своё самообладание, – мы в конечном итоге стремимся к освобождению. Оказывается, опыт – это путь.

Гурудэва рассматривает эту идею в «Танце с Шивой»: «Чем наша душа отличается от Шивы? Наша душа была создана по образу и подобию Изначальной Души, Бога Шивы, но она отличается от Изначальной Души своей незрелостью. Шива есть неэволюционирующее совершенство, мы же находимся в процессе эволюции. Аум».

Его комментарий к этому стиху раскрывает идею ещё глубже: «Чтобы понять тайны души, мы различаем тело души и её сущность. Как тело души, каждый индивидуален, уникален и отличен от всех других; каждый является само-лучезарным существом света, эволюционирующим и созревающим в ходе эволюционного процесса. Это тело души единственно Богу Шиве, но отличается от Шивы тем, что сияет слабее,

Извлекая максимум из испытаний: Человек обзревает предстоящий путь, видя все трудности, но зная, что его цель – мокша – ждёт в конце путешествия его души.

.....

чем Изначальная Душа, и развивается, в то время как Бог есть неэволюционирующее совершенство. Мы можем уподобить тело души жёлудю: в нём содержится мощный дуб, но пока что это ещё малое семя, которое должно развиваться. Тело души созревает с опытом, эволюционируя через множество жизней, чтобы достигнуть сияния Бога Шивы и в конце концов полностью реализовать Шиву в нирвикальпа-самадхи. Даже после достижения Самореализации тело души продолжает эволюционировать в этом и других мирах до тех пор, пока не сольётся с Изначальной Душой, как капля воды со своим источником – океаном. Воистину это судьба всех душ без исключения».

Смысл этой уподобления в том, что тело души, *анандамайя коша*, созревает благодаря опыту в этом мире. Как это происходит? Это происходит через обретение всё большего и большего контроля над инстинктивно-интеллектуальной природой. Поступая таким образом, тело души созревает достаточно, чтобы достичь реализации «Я».

Поэтому в следующий раз, когда вы столкнётесь с вызовом, будь то серьёзная или незначительная трудность, примите его как возможность расширить своё понимание, укрепить своё самообладание, развить своё тело души и приблизиться гораздо ближе к реализации трансцендентного «Я» внутри вас.

Свет, который освещает всё

«Есть только один Высший Свет, который светит неизменно и надёжно, и этот Вечный Свет – Бог, освещающий каждую душу и всё сущее».

Х. Д. ПАРАМАХАМСА ОМКАРАНАНДА САРАСВАТИ

Лелея вселенскую любовь, посвятив себя бескорыстному служению человечеству, охраняя свой разум от всякого зла и греха и пребывая в святых помыслах, вы ныне узрите Величие Владыки Света и будете благословлены жить жизнью святости, блаженства, счастья и процветания в этом мире греха, убожества, страдания и нищеты.

Полностью откажитесь от прошлого, забудьте его раз и навсегда. Не беспокойтесь о будущем и не ожидайте ничего преходящего в грядущем. Очистите свой ум прямо сейчас святыми и чистыми мыслями о невозмутимой, спокойной и священной жизни, ибо ваш путь будет освещён, и вы будете жить мирной, успешной, гармоничной и совершенной жизнью среди несовершенств и хаоса сегодняшнего дня. Характер – это всё: придерживаясь универсальных нравственных принципов и строя свою жизнь в соответствии с законами духовных истин, обладайте безупречным характером, чтобы вести возвышенную идеальную жизнь, полную чистоты и добра, истины и света.

Да не воцарится в вашем сердце черствость и бесчувствие: сочувствуйте всем, ибо сочувствие – это святая добродетель, которая откроет вам Единый Свет и Жизнь, существующие во всех людях и творениях. Сострадание и вселенская любовь приведут вас в царство света и просветления. Жизнь, полная мудрого смирения и искренней молитвы, увенчает вас Божественной благодатью, которая, в свою очередь, просветит вас, чтобы вы могли видеть сияющее Великолепие Бога повсюду. Так вы преодолеете все тяжести жизни, восторгаетесь над нежелательными событиями и разрешите все загадки запутанных ситуаций в жизни.

Пусть все вы двигаетесь к Дому вечного Света, Мудрости и Блаженства и таким образом достигнете цели своей жизни на земле. Пусть Бог благословит всех вас идти Путём Его Света. Пусть Его Благодать снизойдёт на всех вас в изобилии. ОМ.

Свами Омкарананда Сарасвати (1929–2000), мудрец, мистик, философ, был основателем и президентом нескольких благотворительных обществ, академических и культурных школ и научно-исследовательского института синтеза науки.

Вебсайт: www.omkarananda-ashram.org



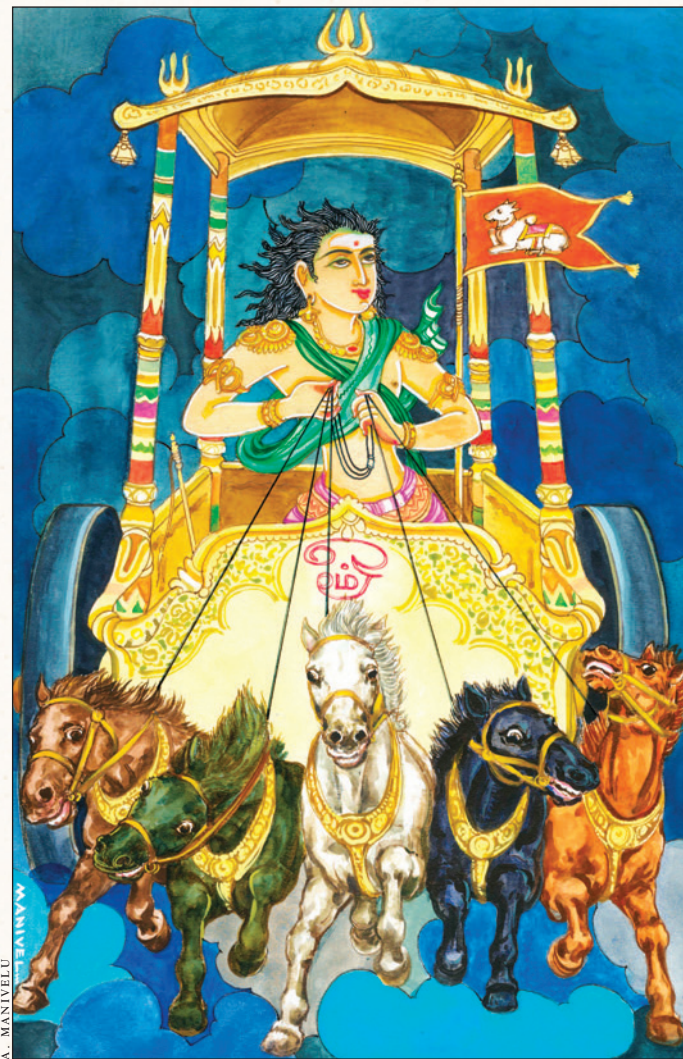
Omkarananda Saraswati

Познай себя! Повелитель колесницы

Господь Яма побуждает нас отождествлять себя с Тем, что сдерживает ум.

Адаптированный перевод «Катха упанишады» Кришна Яджурведы С. Радхакришнана. Господь смерти, Яма, исполняет третье желание юного Начикеты – постичь тайну смерти. В первой главе первого раздела во исполнение второго его желания Яма совершил (и назвал в его честь) дарующее бессмертие «огненное жертвоприношение Начикета». Следующие стихи, с 1 по 17, взяты из третьей главы этого раздела Упанишады.

1. Господь Яма: есть две личности, которые вкушают плоды кармы в мире добрых дел. И та, и другая находится в тайном месте сердца, в обители Всевышнего. Знатоки Брахмана говорят о них как о тени и свете, как и домохозяева, совершающие тройное огненное жертвоприношение Начикета.
2. Да овладеем мы этим огнём Начикета, который является мостом к Брахману для тех, кто совершает жертвоприношения, вратами для тех, кто желает перейти на тот дальний берег бесстрашия.
3. Познай «Я» как владыку колесницы, а тело как саму колесницу. Познай разум как возничего, а ум – как поводыя.
4. Чувства, – говорят они, – это лошади, а объекты чувств – это пути, по которым они следуют. Когда «Я» связан с телом, чувствами и умом, мудрецы называют Его «наслаждающимся».
5. Тот, у кого нет понимания, чей ум всегда не обуздан, того чувства неуправляемы, как норовистые кони у возничего.
6. У разумного же, чей ум всегда сдержан, чувства находятся под контролем, как добрые кони у возничего.
7. Тот, у кого нет понимания, кто не контролирует свой ум и всегда нечист, не достигает цели, а возвращается в мирскую жизнь.
8. Однако тот, у кого есть понимание, кто владеет своим умом и всегда чист, достигает той цели и не рождается вновь.
9. Тот, кто обладает пониманием возничего колесницы и контролирует поводыя своего ума, достигает конца пути, этой высшей обители Всепроницающего.
10. За пределами чувств находятся объекты чувств, за объектами находится ум, за пределами ума находится понимание, за пределами понимания находится Атман.
11. За великим Атманом стоит Непроявленное, за Непроявленным – Космическая Душа (Пуруша). За пределами Космической Души нет ничего. Это конец пути, это конечная цель.



12. «Я», хотя и скрыто во всех существах, не сияет, но может быть увидено этими тонкими видящими благодаря их острому и тонкому разуму.
13. Мудрый человек должен сдерживать речь в уме, ум – в понимающем «я». Понимание он должен сдерживать в великом «Я», которое следует удерживать в спокойном «Я».
14. Встань, пробудись, достигнув своих благ, осознай их. Мудрецы говорят, что этот путь остр, как лезвие бритвы, что трудно пройти по этому пути.
15. «Я» беззвучно, неосязуемо, бесформенно, нерушимо; также не имеет вкуса, вечно, без запаха, без начала и без конца, за пределами Великого и неизменно. Познав То, человек освобождается из пасти смерти.
16. Эта вечная история о Начикете, поведанная Смертью. Рассказывая и слушая её, мудрый человек становится великим в мире Брахмы.
17. Тот, кто заставит произнести эту высшую тайну перед собранием брахманов или во время церемоний по умершему, обеспечит себе вечную жизнь, обеспечит вечную жизнь.

Сарвепалли Радхакришнан (1888-1975) – индийский философ и государственный деятель, был первым вице-президентом Индии (1952-1962) и вторым президентом (1962-1967).



СПЕЦИАЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Гранд мела Непала в честь Господа Вишну

Месячная садхана в долине Катманду

Никки Тапа и Раджив Гурунг, Непал

Ежегодно во время непальского месяца Магх (январь/февраль) толпы почитателей направляются к Хануман гхату в Бхактапуре, городу в восточной части долины Катманду. Они приезжают сюда, чтобы отмечать месячный праздник Мадхава Нараяна, посвящённый Господу Вишну. Торжество начинается в полнолуние предыдущего месяца и заканчивается в полнолуние Магха.

Мероприятие заключается в выражении личной преданности и выполнении особых практик почитания в виде ежедневного поста, специальных *пудж*, пеших паломничеств к различным святыням, а также более интенсивных форм *садханы*, таких, например, как *парикрама* с простиранием. Самое раннее письменное упоминание об этом празднике датируется 1604 годом н. э., когда это время считалось месяцем личного поклонения и поста. В последующие годы, благодаря покровительству королевской семьи, праздник постепенно приобрёл ту популярность и величие, которые мы можем наблюдать сегодня.

На время всего праздника небольшую *мурти* Нараяны приносят в эпицентр событий, Хануман гхат, расположенный в Бхактапуре, который находится примерно в 13 километрах к востоку от Катманду. В последующие дни Нараяна посещает самые древние и знаменитые храмы этого района в сопровождении группы мужчин и женщин, принявших обеты, или *враты*, соблюдать особые ритуалы в течение месяца. Эти почитатели известны как *вратадхарины*.

Сам Хануман гхат, Кхорей на языке неваров, является местом религиозного паломничества неваров, уроженцев Бхактапура. Он расположен в Тривени, священном месте слияния рек Вира, Бхадра и Тамаса, которые сливаются, образуя могучие воды Хануматы. Вира широко известна как река Брахмайини, а Бхадра – как Табьякхуси. Тамаса – легендарная река, берущая начало у самого *гхата*.

Легенда гласит, что когда Рама, Сита, Лакшман и Хануман направлялись в царство Рамы, Айодхью, после эпической битвы на Шри-Ланке, они остановились здесь, чтобы искупаться в месте слияния рек. Затем они наладились смесью риса и йогурта на банановом листе. Хануман, будучи смиренным слугой, не хотел, чтобы его прикосновение осквернило пищу его Бога, поэтому он проткнул землю под собой, чтобы создать естественный источник, в котором он мог мыть руки перед каждым кусочком из

.....
Месяц садханы: (слева) главные участники праздника в паломничестве к святым местам; (внизу) мужчины и женщины *вратадхарины* начинают свой день в молитвах на берегу реки.



общей тарелки. Когда Рама заметил этот его жест скромности. Он крепко обнял Ханумана и назвал это место Хануман гхат. Источник воды, созданный таким образом Хануманом, считается началом Тамасы.

Также, согласно неварскому фольклору, в Трета югу, после того как поэт Вальмики написал «Рамаяну», он посетил многие священные места, в том числе Хануман гхат, и установил там Шивалингам для проведения ежедневной утренней *пуджи*. Сегодня он известен как Вальмикешвара Махадэв.

Хотя на *гхате* много святилищ, здесь нет храма Нараяны. На протяжении последних 300 лет традиция заключалась в том, чтобы заимствовать у семьи Шрестха *вайды* серебряную *мурти* высотой 30 см. В первый день праздника помощник *пуджари* приносит *мурти* Мадхава Нараяны на Хануман гхат из дома Ишвары Прасада Шрестхи. Временный алтарь Нараяны устанавливается в этом месте на весь месяц. В течение каждого дня праздника *мурти* приносят к реке для благословения, после чего она шествует с *вратадхари* для выполнения ежедневных церемоний. В конце дня *мурти* Мадхава Нараяны приносят обратно в святилище на Хануман гхат и устанавливают на импровизированный алтарь. Каждый вечер мужчины-*вратадхарины* возвращаются в свои дома, а женщины совершают особую *дхала пуджу* (подношение воды в раковине) у алтаря в *ашраме* на Хануман гхате. Там они остаются на ночь и живут так весь месяц, вкушая только один раз вечером пищу без соли. В конце праздника, во время полнолуния, Магх шукла пурнима, *мурти* возвращается в своё постоянное жилище.

Непальские индуисты поклоняются различным формам Шри Нараяны и Лакшми в

течение каждого месяца года. Мадхава Нараяна, Нараяна месяца Магх (январь/февраль), имеет особое значение для жителей района Бхактапур с незапамятных времён. Местные жители Бхактапура соблюдают пост и почитают Нараяну, другие приезжают издалека, чтобы отдать дань уваже-



ALL PHOTOS: NIKKI THAPA

ния Богу в любой день этого многодневного праздника.

День 1. Прибытие на гхат

Каждый день праздника начинается для меня и Раджива Гурунги (моего соавтора) на рассвете, чтобы преодолеть 40 км и добраться до места событий к 7 утра. Многие люди недоумевают, когда узнают, что такая поездка занимает целых два с половиной часа; но узкие, извилистые улочки Катманду постоянно ремонтируются, и, как и во многих других

развивающихся странах, здесь нет правила придерживаться своей стороны дороги. Водители машин и мотоциклисты лихачат, обгоняя более медленные транспортные средства, выезжают на полосы встречного движения и создают дополнительные заторы.

Раджив — лучший друг одного из моих младших братьев. Мы знаем друг друга уже более 25 лет, поэтому он мне как родной брат. Он в совершенстве владеет непальским, хинди, английским, французским и невари, местным языком Бхактапура. Мы оба любим узнавать больше о людях, культуре и традициях, поэтому эта Мела предоставила нам прекрасную возможность объединить наши умения.

Винод Праджапати, один из *вратадхаринов*, говорит нам, что долина Катманду была частично закрыта из-за COVID-19, когда начался праздник Мадхава Нараяна, поэтому количество *вратадхаринов*, зрителей и посетителей сократилось на одну четверть. Районная администрация Катманду ввела правило нечётного/чётного движения транспорта на основе регистрационных номеров транспортных средств, поэтому мы могли посещать праздник только в разные дни.

.....
Начало праздника: (выше) женщина совершает поклонение в одном из святилищ Вишну на *гхате*; (по часовой стрелке справа) *вратадхарин* совершает перекачивающиеся простираения по улицам; женщины зажигают вдоль дороги костры, чтобы согреть ноги *вратадхари*нам; Шивалингам Вальмикешвара Махадэвы, установленный Вальмики; Винод Праджапати предлагает речную воду Нараяне; маленькая серебряная *мурти* Нараяны.

Прибыв в Бхактапур в свой первый день, мы услышали *бхаджан* в честь Мадхава Нараяны, звучащий с Хануман гхата: «Мадхава Нараяна! Мадхава Нараяна! Гули дайя думха ре. Бхакта йа-ата крипа тайаа даршан бйумха ре...»

Мы достигли *гхата* в 6:30 утра. Этот древний ступенчатый комплекс, ведущий к пологому берегу реки, изобилует историческими святынями. Среди многих богов и святых образов, почитаемых здесь, Ганеша, Вальмики, Киратешвар, Бадринатх, Ситала Май, Рама Сита, Хануман, Мадхава Нараяна, Шешнараяна, Будда, Ума Махешвара, Дашаватар, Драупади, Бхимасена, Ашта Матрика (Восемь Матерей), Наги и множество Шивалингамов. Каждое изображение украшено ярко-жёлтой сандаловой пастой и горячей красной киноварью от бесчисленных ежедневных поклонников.

В этот ранний час мы видим группу пожилых женщин в *хаку патаси* — традиционных чёрных сари ручной работы с красной каймой и шарфами — поющих и танцующих вокруг костра из сена в северной части комплекса. Другие местные жители поклоняются многочисленным святыням. Около 7:00, во время яркого рассвета, остальная часть толпы начинает собираться на западном берегу реки. Местный священник-помощник начинает утренние богослужения, окуная основание серебряной *мурти* Мадхава Нараяны в реку. Это знаменует начало дневного ритуального поста для всех участников. Мужчины-*вратадхарины* в белых *дхоти* выстраиваются вдоль ступеней, каждый предлагает раковину с речной водой восходящему солнцу и *мурти* Нараяны.

После подношения воды они выстраиваются в первом ряду со священником, женщины располагаются на ступеньках вокруг них. Под руководством *пуджари* все поют «Мадхава Нараяна» *илоку*. Затем помощник *пуджари* предлагает воду из медной *кумбхи* Богу Солнца, в то время как *вратадхарины* держат воду в раковинах или сложенных вместе ладонях и поют мантры ритуальной



санкальпы (заявления о намерениях), чтобы начать дневные церемонии.

Поклонившись Мадхаву Нараяне, они отправляются в храм Тил Мадхаву Нараяна, где они начнут *вратадхарину* простираем. Во время этой духовной практики мужчины-*вратадхарины*, лёжа на земле, перекачиваются или выполняют полные простираения, «обходя» таким образом священные храмы и святилища по всей площади Дурбар в Бхактапуре.

Храм Тил Мадхаву Нараяна на площади Таумадхи в Бхактапуре, построенный в 1118 году, является одним из старейших действующих храмов в Непале. В этом двухэтажном храме в стиле пагоды находится каменная статуя Нараяны, украшенная серебряной короной, в окружении Сарасвати и Лакшми с обеих сторон. Обе богини также покрыты великолепными резными серебряными украшениями. Фотографировать здесь строго запрещено.

Прямо перед храмом находится изображение Гаруды, восседающего на вершине высокой колонны. По обеим сторонам от него находятся две другие колонны, которые поддерживают раковину и диск или *чакру*. В храмовом комплексе также есть святилища для Шивалингама, Ханумана и Туласи. В его стенах есть ниши, где можно найти множество миниатюрных божеств, таких как Ганеша, Радха, Кришна, Матсья Нараяна, Сита Рама и другие. Дома для Ганеши и Шивалингама находятся здесь в каждом храме, потому что наше поклонение всегда начинается с поклонения Ганеше и часто заканчивается поклонением Шиве, Божеству-покровителю Непала.

Начало путешествия

Прибыв в храм Тил Мадхаву Нараяна, *вратадхарины* выстраиваются в очередь по возрасту, от 73 до 13 лет, чтобы получить индивидуальное благословение храмового *пуджари*. После того как ему на голову выливается священная вода из храмовой раковины, каждый *вратадхарин* кланяется Божеству и простирается на белой полоске ткани, расстеленной на земле вокруг святилища другими преданными почитателями. Отсюда они начинают своё ежедневное суровое путешествие во имя Божества. *Вратадхарины* перекачиваются по белой ткани около километра от святилища к святилищу, распевая «Мадхаву Нараяна». На это у них уходит около часа. Дорожка из ткани ведёт их по улицам старого города по тщательно намеченному пути. Каждый день в течение всего месяца *вратадхарины* выполняют один и тот же утренний ритуал, начиная с этих простираний, и каждый день дорожка из ткани прокладывается по новому маршруту. Такое простираение перекачиванием на языке невари называется «силамантулеу». Его выполняют все *вратадхарины* за исключением замыкающего, который выполняет простираение тела при ходьбе – «мха-ду данеу».

При выполнении *силамантулеу* последователи должны сцепить руки вместе, переплести пальцы и медленно перекачиваться по



ALL PHOTOS: NIKKI THAPA



земле (по часовой стрелки относительно головы. – Прим. ред.). Во время движения они могут отрывать от земли только голову, шею и колени.

Для выполнения *мха-ду данеу* верующий встаёт – ноги вместе, руки сложены у груди в знаке *намасте*. Затем кланяется, начиная с головы, потом встаёт на колени и опускается

Ежедневные службы: (по часовой стрелке сверху справа) на ступенях храма Ньятапола; храм Тил Мадхав Нараяна; замыкающий *вратадхарин* совершает простираения *мха-ду данеу*; частичное погружение в реку после простираний.

на землю всем телом, вытягивая руки над головой. Ладони должны быть всё ещё соединены в *намасте*, когда лоб касается земли. Подошвы стоп обращены вверх, а пятки соприкасаются. Выполняя эту очерёдность движений в обратном порядке, *вратадхарин* поднимается и встаёт там, где касался пальцами рук земли, таким образом продвигаясь на одну длину тела с вытянутыми руками за раз.

Эксперт по культуре Винод Радж Шарма говорит нам: «Я определяю *силу мантулеу*, прикосновение головой и сердцем к каменной мостовой, как акт преданности Нараяне. Полное простираение также является актом посвящённым Божеству. *Джалашайана*, сидение в ледяной воде, является ещё одной формой аскезы, чтобы продемонстрировать свою преданность Нараяне. Любовь, преданность и привязанность к Нараяне являются источником энергии для совершения таких суровых практик, особенно в холодное время года».

Выполняя таким образом *парикраму*, *вратадхарины* совершают своё часовое паломничество по территории пятиэтажного храма Ньятапола к храмовым комплексам Сиддхи Лакшми и Бхайравы, а затем по узким дорожкам, замощённым кирпичом, наконец достигают Хануман гхата. Зачастую им приходится катиться вверх или вниз по крутым склонам и даже по лестнице, но *вратадхарины* истово соблюдают свою *врату*.



Вишну Прасад Свонгамикха, 65 лет, сказал: «Брахма создал вселенную, а Шива – Бог разрушения. Нараяна же – тот, кто всех защищает. Он – Хранитель. Согласно местной легенде, увидев, как великоленно Нараяна сохраняет мир, Брахма и Шива сами почтили Нараяну, исполнив *мха-ду данеу* и *силамантулеу* соответственно. Богослужения этого праздника – это реконструкция этой истории».

Около дюжины женщин в возрасте от 50 до 80 лет сопровождают *вратадхарин*ов, заботливо помогая им на пути. Одетые в красные или чёрно-красные сари, эти женщины сметают с дороги камешки, пыль и мусор. Они бегают взад и вперёд, чтобы подобрать, а затем развернуть дорожку из ткани перед выполняющими *мха-ду данеу*. Винод Праджапати рассказывает нам: «До 2016 года мы совершали простираения прямо на земле, но затем Нараянидэви, пожилая женщина, живущая в Ина Чуок, Бхактапур, подарила нам пять десятиметровых полосок ткани. По её инициативе многие другие сделали аналогичные пожертвования. Мы все им очень благодарны».

По пути женщины также разводят небольшие костры, чтобы согреть *вратадхарин*ов, катящихся по каменным улицам в холодное



время года. Иногда мне кажется, что полунагие тела *вратадхарин*ов синеют от холода, но, к моему удивлению, все они выглядят полными сил и мотивации, и с каждым простираением только укрепляют свои преданность и настойчивость.

У женщин также есть задача держать фотографов (таких как я!) на расстоянии. Если чрезмерно усердный оператор в обуви случайно коснётся одного из *вратадхарин*ов, тому придётся начать свой путь простираения с самого начала, заново получив благословение. Меня много раз прогоняли, несмотря на то, что я старалась быть внимательной во время фотосъёмки, и даже кричали на меня на невари. Извиняющимся тоном я всякий раз отвечала: «Джи масйу!» (Прошу прощения, я не знала!) – одна из четырёх фраз на невари, которые я могу произнести.

Мальчики, очевидно, стесняясь женщины-фотографа, сначала закрывают лицо руками всякий раз, когда я приближаюсь к ним, но к концу месячного праздника они настолько привыкают ко мне, что буквально тащат к каждому святилищу на *гхате* и просят сфотографировать их для немедленной публикации в социальных сетях.

После напряжённого часового простираения *вратадхарины* достигают Хануман гхата и либо перекачиваются, либо входят в ледяную реку. Поклонившись *мурти* Мадхаву Нараяны, они ложатся на ступени, частично погружаясь в воду, подражая спящему

Вишну. Некоторые лежат под углом, спиной к *гхату*, погрузив одну треть своего тела, в то время как другие сидят в реке, сохраняя позу *намасте* в медитации. Женщины, следовавшие босиком за *вратадхаринами*, выстраиваются в очередь. Они подвязывают свои сари, обнажая плечи и шею, и распускают волосы.

Затем Сароджан Шарма, главный *пуджари*, «пробуждает» *вратадхаринов* от их «сна», благословляя каждого «Шрути мантрой», прикасаясь к их головам и брызгая речной водой. Сароджан сказал нам: «Шрути мантра – это священная тантрическая мантра, также известная как Сушма мантра, которую я не могу повторять вслух или записывать на бумаге. Мой гуру научил меня этой мантре, повторяя её мне в правое ухо».

После этого мужчины-*вратадхарины* трижды окунаются в реку, а женщины, наклоняясь, моют волосы. Затем обе группы предлагают воду в раковине или в ладонях сначала Солнцу, потом *мурти* Мадхава Нараяны и, наконец, Шивалингаму в храме Вальмикешвара Махадэва. В конце церемонии другие верующие стирают белую ткань в реке и выкладывают её на противоположном берегу для просушки и использования на следующий день.

Когда все церемонии завершаются, я пользуюсь случаем, чтобы спросить *вратадхаринов*, участвуют ли они в этом празднике, чтобы исполнить какое-либо их желание. Большинство отвечают, что они выполняют эту *врату* как безусловную *садхану*.

Несмотря на то, что главное событие дня закончилось, в городе сохраняется оживлённая атмосфера. Некоторые паломники преподносят печенье, фрукты и небольшие подарки с вложенными символическими пятью рупиями, всем, кто принимал участие в ритуале. Эти небольшие акты даяния совершаются как особая форма преданности. Одна пара протянула мне немного *йомари прасада*. Я отвечаю, что такая же гость, как и они, но они настаивают. *Йомари* – это варёные на пару клёцки из рисовой муки с начинкой из патоки. Тридцатилетняя Прем Лакшми Авал, навещая Мадхава Нараяну со своим мужем Миланом из Тими, Бхактапур, приготовила эти съедобные подарки для других в знак молитвы о беременности. Пара из Катманду приехала помолиться о работе своей дочери, которую она потеряла, когда Непал объявил общенациональный карантин в 2020 году.

В течение следующих 14 дней эта врата будет главным событием, наряду со специальной *дхала пуджей*, которую ежедневно проводят женщины в *ашраме* «Хануман Гхат». Все эти церемонии во второй половине праздника дополняются специальными пешими паломничествами к другим святыням в этом



регионе. Из-за ограничений, связанных с возможностью посещать мероприятия только через день, Раджив и я должны будем выбрать, какие из этих паломничеств мы совершим.

Сахасрара дхара калаш ятра

Сахасрара дхара калаш буквально означает «кувшин с тысячей отверстиями». Во второй половине месячного праздника *вратадхарины*

Священные хождения: (по часовой стрелке справа) *пуджарий* несёт Нараяну *впереди процессии*; *Накин*, *Кришна Лакшми Праджapati*, 79 лет, с *Лакшми Сундар Праджapati*, 81 год, среди участников шествия; *Тришул батти*; *пожилые женщины* благословляют *вратадхаринов* перед их ежедневной *садханой*.

носят эти специальные горшки на головах. (Посмотрите, как их благословляют на фото выше.) Паломничество (*ятра*), которое они совершают, называется *Деш парикрама*, что означает обход святых мест. На горлышке каждого *калаша* выгравировано изображение Мадхава Нараяны. Поверхность кувшина перфорирована множеством крошечных отверстий, в каждое из которых вставлена пшеничная соломинка длиной 30 см, служащая носиком для воды. Весь образ в целом символизирует собой 1008-лепестковый лотос, *чакру* над макушкой головы. *Калаш* устанавливается на двуногом деревянном каркасе и уравнивается на голове плетённым кольцом из соломы. Вода в сосуде считается источником всех священных рек и водоемов мира. Когда *вратадхарины* останавливаются в определённых священных местах, они кружатся, чтобы пролить на землю немного воды из *калаша* через соломинки в качестве благословения. *Сахасрара дхара калаш ятра* начинается в день новолуния.

На 14-й день праздника, за день до начала первой *ятры*, *вратадхарины* трубят в раковины и привлекают внимание к предстоящему паломничеству. Каждый готовит свой *калаш*, наполняя его водой из источника, и направляется в храм Тил Мадхава Нараяна, откуда стартует *ятра*. Каждый *вратадхарин*, участвующий в *ятре*, должен соблюдать *нирахара врату* (воздержание от еды и воды) до тех пор, пока не завершится *калаш ятра*



дня. Если кто-то даже непреднамеренно нарушает свой пост, он немедленно отстраняется от *кайлаш ятры* на весь день.

День 15. Храм Ньятапола

Воспевая «Калаш мантру», *пуджари* Сароджан освящает *вратадхаринов*, возливая им на головы воду из раковины, после чего помогает водрузить *калаш*. *Вратадхарины* дают *пуджари* *дакину*, а затем подходят к Кришне Лакшми Праджapati, 79-летней *накине*, или женщине-лидеру группы. У *накини* много обязанностей во время этого месячного праздника. Она должна зажечь *Акханда мату*, «вечный свет», утром в первый день праздника и убедиться, что лампа наполнена маслом и защищена, и может гореть на протяжении всего месяца. Каждый день она начинает с очищения пространства для *дхала пуджи*, а также Ганеша и Кумара *пуджи*. Она руководит и помогает молодым *вратадхаринам* и сопровождает их во всех ритуалах. Каждый день паломничества она и другие последователи стоят у порога храма, чтобы освятить *калаши ятрикам* перед тем, как те отправятся в путь.

В этот день *вратадхарины* направляются к храму Ньятапола, храму Джето Ганеша в Талакве, храму Вамсагопале, местному святыщу Шивы, Гончарной площади, а затем возвращаются на Хануман гхат. Всё это время помощник *пуджари* носит *мурти* Мадхава Нараяны, подвешенный к его шее на шафрановом палантине. Крепко удерживая основание *мурти* обеими руками, он проводит *калаш ятру*. По пути люди предлагают Божеству деньги в обмен на цветы и *прасад*. Те, кто снимает обувь, могут прикоснуться к Господу, остальные молятся на расстоянии.

День 22. Тришул батти

В этом году Мадхава Нараяна мела совпадает с Вараха Барсе Панаути Макара мелой, также известной как Макара мела. Этот большой праздник, уменьшенная версия индийской Кумбха мелы, проводится каждые двенадцать лет. В течение следующих нескольких дней эти праздники будут пересекаться. Все *вратадхарины* и помощники идут пешком, без обуви, в Панаути в округе Кавре, почти 20 километров. Как обычно, все они выстраиваются в очередь на Хануман гхате для

обычного утреннего благословения и простирания перед тем, как отправиться в путь. Однако на этот раз *вратадхарины* встречают около 40 других почитателей из Бхактапура, каждый из которых несёт *тришул батти*. *Тришул батти* изготавливают путем обёртывания стебля туласи хлопковым волокном, пропитанным топлёным маслом, чтобы получился трезубец, который затем устанавливают на вырезанной кубиком тыкве, выложенной на тарелке из листьев. Верующие зажигают свои *тришул батти*, пока *пуджари* поют мантры, и пускают эти свистильники по реке. Эксперт по культуре Винод Радж Шарма говорит нам: «Тришул батти обеспечивает защиту верующих от всех зол. *Тришул* олицетворяет Шиву, а этот *тришул батти* – соединение Махадэвы и Нараяны».

Закончив дневные церемонии, *вратадхарины* отправляются в Панаути, неся корзины, нагруженные *калашами*.

День 23. Гхаты Панаути

На следующий день мы наблюдаем огромные толпы в храмовом комплексе Индрешвары и на *гхатах* Панаути. Большинство людей приехало на Макара мелу, которая началась, когда Солнце перешло из Стрельца в Козерог. Мы встречаем всех из Бхактапура на Тривени гхате в Панаути в 7:30 утра. После благословения мы идём с *вратадхаринами* в храм Индрешвара Махадэвы, где они начинают свой ежедневный ритуал простираний. *Вратадхарины* финишируют у *гхатов*, преодолев расстояние около полукилометра. Храм Индрешвара Махадэвы, построенный в 1224 году, является одним из старейших и крупнейших сохранившихся деревянных храмов в Непале. Согласно рукописи XIV века «Гопала Раджа Ваншавали», храм был построен принцессой Бирмадэви из королевства Панаути, и на его строительство ушло девять лет. Золотая вершина была подарком короля Джаясингха Рамвардхана в 1383 году.

День 25. Пашупатинатх ятра

На десятый день после новолуния верующие отправляются в Катманду, чтобы начать свою *калаш ятру* с Арья гхата у стен храма Пашупатинатх. Наполнив свои *калаши* речной водой из Багмати, *вратадхарины* поднимаются в храм через восточные ворота, а потом совершают паломничество через район Гаушала к храму Тамрешвара Махадэва.

Выразив почтение Тамрешвару Махадэве, Раджив раздаёт печенье и банкноты по 10 рупий в качестве подношений всем *вратадхаринам* и их помощникам, которые начинают свою пешую *ятру* длиной 14 километров до Хануман гхата, где прерывают свой пост.

День 27. Чангу Нараяна ятра

На двенадцатый день после новолуния мы едем в город Чангу Нараяна, к северу от Бхактапура. *Вратадхарины* уже здесь, собравшись у пруда Санкха, расположенного в лесу чампаки. Эти деревья в тёплые месяцы года производят опьяняющие ароматные цветы (возможно, вам знакомы благовония «Чампака»?). Вместе мы совершаем короткое



RAJEEV GURUNG



RAJEEV GURUNG

путешествие по холмам джунглей к храмовому комплексу Чангу Нараяна. Этот визит символизирует нескончаемую связь между двумя Нараянами, Чангу и Мадхавом.

Храм Чангу Нараяна, расположенный на вершине холма Долагири, является старейшим из четырёх основных храмов Нараяны в этом районе. Этот двухэтажный храм стоит на высоком каменном постаменте и украшен детальной резьбой по металлу и дереву. Он представляет собой исторически важное событие в непальской храмовой архитектуре. В

храмовом комплексе находятся многовековые священные писания и каменные статуи Вишну в образах Шридхары Вишну, Вайкунтхи Вишну, Вишварупы, Вишну Викранта и Нарсимхи. В комплексе также находится храм Чиннамаста Дэви и Чанда Нараяны, каменная скульптура Вишну верхом на Гаруде VII века, и Килешвара, храм, посвящённый Шиве.

День 29. Камал Винаяка

В полдень Чатурдаши, на четырнадцатый день после новолуния, мы спешим в храм

Древние храмы: (по часовой стрелке снизу слева) остановка в храме Таркешвар Махадэв для получения благословений; вход в Храм Чангу Нараяна; младший вратадхарин трубит в раковину во время похода по джунглям в окрестностях Чангунараяна; вратадхарины катятся по Тривени гхату в Панаути, район Кавре; массы людей собираются на гхатах.

Камал Винаяка, также известный как храм Лотосного Ганеши, в восточной части района Бхактапур. В этом храме Ганеши есть довольно большой водоём. Когда мы прибываем, вратадхарины трубят в раковины позади большой толпы фотографов и посетителей. Женщины-помощницы поют «Мадхава Нараяна» бхаджан, остальные танцуют. Впервые шествие калаш возглавят музыканты, подростки, играющие на барабанах дхимей и бьющие в тарелки. Я следую за процессией вокруг автобусных остановок, костров, храма Даттатрейи (знаменитый храм Шивы в Бхактапуре) и, наконец, возвращаюсь на Хануман гхат, чтобы завершить дневное пешее паломничество. Сегодняшнее шествие собрало самое большое количество людей.

На Хануман гхате, когда все уселись, чтобы немного расслабиться, мы дарим вратадхаринам фотографии событий этого праздника. Они рассказывают нам, что много фотографов приехало на Хануман гхат за эти годы, но никто из них никогда не дарил им фотографии. Их благодарность смущает нас. И снова



NIKKI THAPA



PRITI THAPA



PRITI THAPA

наши сумки полны прасада в виде печенья, гороха и множества сладких йомари.

В тот же день восемь читракаров (родословное имя, буквально означающее «художник») приходят на Хануман гхат, чтобы расписать множество глиняных горшков, которые будут использоваться в пудже заключительного дня. По словам Раджеша Читракара, семьи читракаров предлагают таким образом севу («служение») на протяжении трёх поколений. Он рассказывает о своих воспоминаниях о том, как впервые сопровождал отца на Хануман гхате, когда ему было шесть лет. Отец познакомил его с красками и горшками и научил рисовать на них религиозные мотивы. С тех пор он всегда находил время для этой севы.

Глиняные горшки были изготовлены и подарены гончаром Джаганнатхом Праджапати. Продолжая традицию своего отца, Джаганнатха и его брат Вишванатха Праджапати предлагают это религиозное служение уже более 20 лет. Их отец, страстный поклонник Мадхавы Нараяны, участвовал в качестве вратадхарина в течение 20 лет, одновременно готовя все горшки, необходимые для пуджи. Всего в этом году Джаганнатха пожертвовал 60 горшков разного размера.

День 30. Санджей пуджа

Санджей — это заключительная пуджа, проводимая в последний день праздника. В этот день очень много народу. Кажется, что

каждый житель Бхактапура приехал на Хануман гхат. Утреннее освещение прекрасно, и в кадре моей камеры около 20 простирающихся ниц, стоящих на фоне 200 или более женщин, в основном одетых в красное, и ещё сотен зрителей.

Последнюю парикраму Мадхавы Нараяны в этом году вратадхарины проводят по земляной тропе, огибающей Хануман гхат. Атмосфера оживает благодаря огромной толпе, скандирующей в один голос «Мадхава Нараяна! Мадхава Нараяна!», и всё это в сочетании с магическими звуками множества раковин. Когда вратадхарины завершают свою врату и частично опускаются в реку, все преисполняются ощущением безмятежности.



RAJEEV GURUNG



NIKKI THAPA



NIKKI THAPA

Мероприятие настолько захватывающе, что я почти забываю фотографировать.

Все женщины одеты в красное, замужние – в своих ярко-красных свадебных платьях. Они сидят рядами вокруг алтаря Мадхава Нараяны и расставляют свои подносы для пуджи. Справа от алтаря находится красиво украшенная хавана кунда, жертвенник

для огненной церемонии. Вокруг расставлены расписные горшки дня, украшенные ритуальными предметами, цветами и лентами. Каждый горшок наполнен священной водой и травами. Считается, что они «заряжаются» божественным излучением от огненного ритуала. Когда зажигается священный огонь, помощник пуджари читает стихи из «Кушкандика яджня видхи», а главный пуджари Сароджан и главная жрица Сароджа Шарма совершают великую пуджу

Заклучительный день: (по часовой стрелке слева) Джжганнатх Праджапати и его брат Вишванатх Праджапати изготавливают глиняные горшки; горшки с краской Читракар для пуджи; вратадхарин Бинод Праджапати и Уддхав Хайту держат самый большой кувшин с водой после пуджи; возле храма Таледжу они радостно стоят под колонной, а преданные приходят за благословением; заключительная огненная церемония; пуджарий Сароджан руководит церемонией; каждая женщина совершает малую пуджу во время мероприятий последнего дня.

Мадхава Нараяне. Каждая женщина проводит индивидуальную пуджу по примеру Сароджана.

Во время пуджи вратадхарини суеются – собирают предметы для пуджи и по мере необходимости принимают подношения от верующих. Тем временем команда поваров готовит саттвические блюда, такие как кхир, шпинат, жареный картофель и горох, для предстоящего праздника, который накормит сотни почитателей. В середине церемонии пуджари Сароджан воспекает славу Нараяне и месяца Магх. Он декламирует Рам-лилу из «Рамаяны» и Кришна-лилу из «Вишну пураны».

После пуджи следует энергичная калаш ятра, проходящая по тому же маршруту,



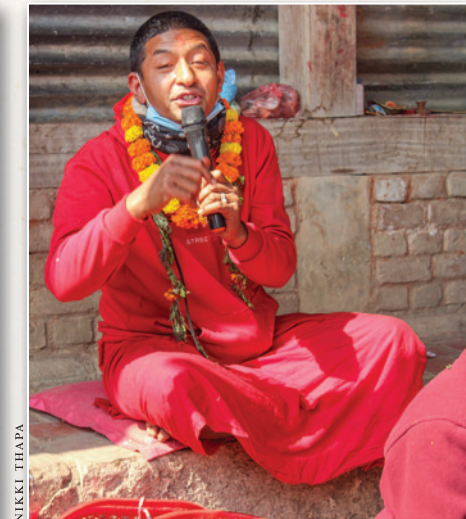
RAJEEV GURUNG



NIKKI THAPA



NIKKI THAPA



NIKKI THAPA

что и утром. После этого все маленькие расписные горшки дарятся вратадхаринам в качестве благословения, а Индра калаш (самый большой горшок) преподносится бронзовой статуе короля XVII века Бхупатиндра Маллы, который стоит на колоннах на колонне перед храмом Таледжу на Дворцовой площади в Бхактапуре. Уддхав Хайту, 73-летний наия (лидер мужской группы), несёт горшок королю в окружении вратадхарин. Наия стоит прямо под статуей короля, а верующие подходят один за другим, чтобы получить последнее благословение. На этом месячный праздник заканчивается.

Нараяна возвращается домой

Несмотря на то, что праздник Мадхава Нараяна официально завершается в полнолуние, вратадхарини должны совершить последний ритуал, Гау даан, «пожертвование коровы». Сегодня это является одним из самых божественных пожертвований, которое каждый

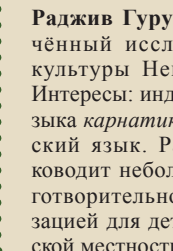
может сделать в своей жизни: подношение священникам, которые помогали вам в ваших духовных практиках. В Непале это происходит после месячного поста и ритуалов.

После омовения вратадхарини садятся в ряд вдоль Хануман гхата, положив перед собой свои ритуальные предметы: поднос с мукой и рисом, украшенный деньгами, цветами, имбирём, шпинатом и печеньем. Оба пуджари проводят церемонию, произнося имена вратадхарин и их готры (родословные). Они подносят масляные лампы и окропляют их головы речной водой, повторяя молитвы всем богам. Затем вратадхарини приносят свои подношения жрецам, почитая и благодаря их за службу в течение 30 дней. Наконец, без особой помпы все направляются к дому Ишвара Шресты, чтобы вернуть семейную мурти Нараяны. Джай Мадхава Нараяна!

ОБ АВТОРАХ



Никки Тапа – фотограф и фоторедактор. Её веб-сайт, askmeaboutnepal.com – это богатый ресурс о культуре и традициях Непала. nikkithapa@gmail.com.



Раджив Гурунг – увлечённый исследователь культуры Непала, гид. Интересы: индийская музыка карнатик, французский язык. Раджив руководит небольшой благотворительной организацией для детей в сельской местности Непала.





С В Я Т Ы Е

Гигантская дань уважения святому

Статуя высотой 66 метров воздвигнута близ Хайдарабада в честь святого бхакты Рамануджачарьи в ознаменование 1000-летия со дня его рождения

Мучингал, некогда невзрачная деревня в нескольких километрах от международного аэропорта Хайдарабада на Юге Индии, теперь стала знаменитостью. 5 февраля 2022 года вайшнавский монах Шри Чинна Джияр Свами торжественно открыл своё детище – крупнейший в мире памятник Рамануджачарьи. Со всеми подобающими церемониями, танцами и лазерным шоу завершилось восьмилетнее строительство комплекса Объединённой ведической академии Свамиджи Джияр площадью 18 гектаров, в центре которого находится Статуя Равенства, второе по высоте сидящее изображение на Земле (высота Великого Будды Таиланда составляет 92 метра). «Она будет видна с самолётов, приземляющихся и вылетающих из аэропорта Шамшабад», – говорит Йеллапрагада Сурьянараяна, руководитель строительства. «Мы хотели бы, чтобы зрелище было равное тому, какое открывается с борта самолёта на Золотой храм близ Амритсара».

Давайте познакомимся с Рамануджачарьей и роскошным комплексом, посвящённым ему.

Кем был Рамануджачарья?

Родившийся в 1017 г. в Канчипураме, Рамануджачарья был тамильским философом-святым, продолжавшим традицию бхакти южноиндийских святых альваров. Основав одну

из пяти основных вайшнавских школ, строго теистическую, квалифицированную как не-двойственная философия Вишиштадвайта-веданты, Рамануджачарья проповедовал преданность Господу Вишну как Всевышнему. Будучи величайшим критиком чистой адвайты, он возродил движение бхакти, а его проповеди вдохновили другие школы мысли бхакти. Из его богословского источника проистекают многие учёные-последователи его пути, а также вдохновленные произведения таких поэтов как Аннамачарья, Самартх Рамдас, Тьягараджа, Кабир и Мирабаи.

Рамануджачарья был также социальным реформатором, отсюда и название статуи. Распространяя идеи справедливости и равенства прав и возможностей, он выступал против дискриминации во всех её проявлениях и сделал образование доступным для тех, кто был наиболее обездоленным в те дни, пропагандируя изречение Упанишад «Васудхайва Кутумбакам», «Мир – это одна семья». Он уговорил храмы открыть свои двери для всех людей, включая тех, кто подвергался крайней дискриминации. Проповедуя о защите природы, он,

как известно, дожил до 120 лет, будучи главой монастыря Шрирангам.

Статуя и комплекс

Когда Джияр Свамиджи решил приступить к этому экстраординарному проекту, пожертвования потекли рекой, чтобы покрыть предполагаемую стоимость в 130 миллионов долларов США. Фасад Статуи Равенства сделан из металла *панчалоча* – древнего сплава золота,

Торжественное открытие: (по часовой стрелке сверху): с высоты птичьего полёта; вес золотой статуи, 120 кг, представляет собой годы жизни святого; Джияр Свами и Шри Шри Рави Шанкар сажают священное дерево; гигантский металлический колокол, в который звонят посетители; выступление танцевальной группы во время открытия комплекса.

серебра, меди, латуни и цинка. «Внутреннее ядро составляет 850 тонн стали, поддерживающей 650-тонную статую», – сказал главный архитектор Прасад Сххпати. «Только флагшток имеет длину 41 метр. Он выглядит маленьким, но весит шесть тонн, и на его установку ушло около шести недель, поскольку он находится на высоте 15 метров». Член руководящего комитета Дэванатха Рамануджа Джияр добавляет: «Внешний облик Рамануджачарьи соответствует вырезанным из камня изображениям святого в храмах Мелкоте и Шрирангам». Мастера создали 14 моделей, прежде чем Джияр Свами утвердил одну из них. Г-н Прасад говорит: «Мы сделали

3D-сканирование модели и обратились в компанию Aerosan из Нанкина, Китай, лидера в производстве больших статуй. Они использовали наши данные для создания фрагментов *панчалоча* размером метр на метр и толщиной от 10 до 20 мм. Я очень нервничал, когда изготавливали лицо. Каждый глаз имеет 2 метра в ширину и метр в высоту и является ключом к привлекательности статуи». Сххпати провёл много времени в Нанкине, чтобы убедиться, что внешний вид лица достаточно точен.

Скульптура установлена на лотосе высотой 8 метров (27 футов), поддерживаемом 36 огромными слонами, в окружении музыкального фонтана для звуковых и световых шоу. Высота лотоса (в футах) представляет 24 *таттвы*, плюс душу, Бога и гуру. Золотой оттенок статуи имеет 20-летнюю гарантию от Aerosan. Хотя задействовано около 1500 деталей, швов не видно. Статуя установлена на здании высотой 16,5 метров под названием Бхадраведи. В трёхэтажном здании разместились храм, электронная библиотека, исследовательский центр древнеиндийских текстов, театр и галереи с

подробным описанием произведений святого. Йеллапрагада Сурьянараяна говорит: «Здесь также будет представлена информация обо всех великих людях мира, борющихся за равенство, включая Авраама Линкольна, Б. Р. Амbedкара и Нельсона Манделу». Для ежедневного ритуального поклонения в Бхадраведи есть храм площадью 28 000 кв. м., в котором находится 120-килограммовая золотая *мурти* святого высотой 1,37 м. На прилегающей территории находятся копии 108 священных мест Индии, включая Тирумалу, Шрирангам, Канчи, Ахобилам, Бадринахт, Муктинатх, Айодхью, Вриндаван и Кумбхаконам.

Во время открытия Джияр Свамиджи сказал *Mumbai Mirror*: «Рамануджачарья был настоящим демократом. Он никогда не пытался обратить кого-либо из других конфессий в свою. Он просто пытался представить индуистскую философию в правильном свете. Было много тех, кто понимал и соглашался с ним, но предпочёл следовать своей религии. Это была демократия, которую Рамануджачарья практиковал столетия назад».



Индуизм – это великолепный лотос с четырьмя превосходными лепестками

РАЗДЕЛ ОБРАЗОВАНИЕ

Четыре деноминации индуизма

Шиваизм

Индуисты-шиваиты поклоняются Верховной Сущности как Шиве, Сострадательному Богу. Шиваиты ценят самодисциплину и философию и следуют за садгуру. Они совершают поклонения в храмах и практикуют йогу, стремясь к внутреннему единству с Шивой.

Шактизм

Шакты поклоняются Высшей Сущности как Божественной Матери, Шакти или Дэви. У неё множество форм. Некоторые из них благостные, другие – устрашающие. Шакты используют рецитацию, магию, священные диаграммы, йогу и различные ритуалы, чтобы призвать космические силы и пробудить великую силу кундалини в позвоночнике.

Вайшнавизм

Вайшnavы поклоняются Всевышнему как Господу Вишну и Его воплощениям, особенно Кришне и Раме. Вайшnavы в основном дуалистичны. Они глубоко преданы. Их религия богата святыми, храмами и священными писаниями.

Смартизм

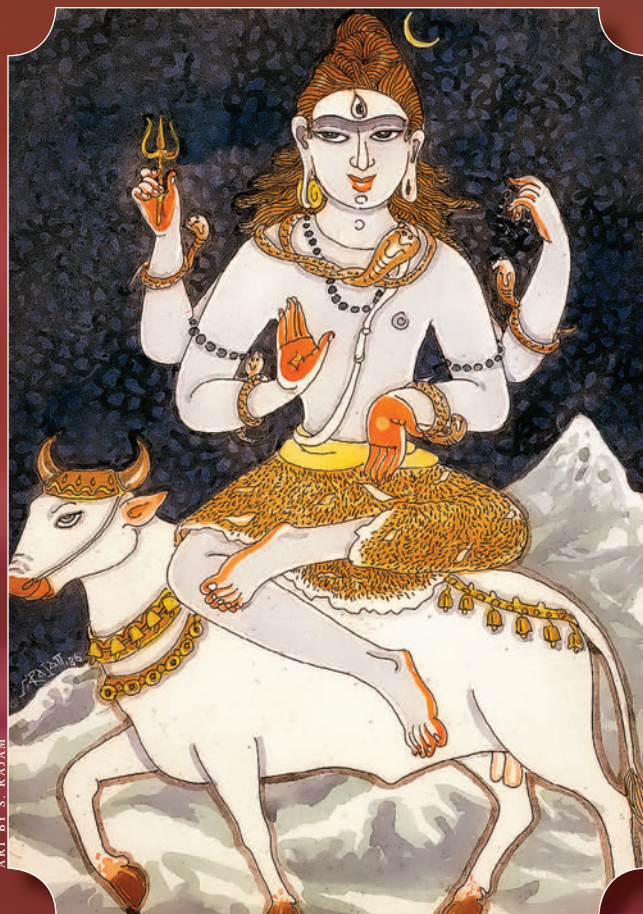
Смарты поклоняются Высшей Сущности в одной из шести форм: Ганеше, Шиве, Шакти, Вишну, Сурье и Сканде. Поскольку они принимают всех главных индуистских богов, они известны своей либеральностью или межконфессиональностью. Они идут философским, вдумчивым путём, выделяя единство человека с Богом через познание.

Более 200 лет западные учёные из всех сил пытались понять индуизм, веру, последователи которой, казалось (со стороны), своевольно поклонялись любому из дюжины богов как Высшей Сущности, религии, чрезвычайно разнообразной в своих верованиях, практиках и способах поклонения. Некоторые учёные, столкнувшись с индуизмом, назвали его политеистическим; другие даже придумали новые термины, такие как генотеизм, для описания этого сбивающего с толку множества духовных традиций. Однако немногие осознали, а ещё меньше написали, что индийская Санатана Дхарма, или «извечная вера», известная сегодня как индуизм и насчитывающая более миллиарда последователей, представляет собой семейство религий с четырьмя основными деноминациями: шиваизмом, шактизмом, вайшнавизмом и смартизмом. Только такое восприятие необходимо для понимания индуизма и точного объяснения его другим. Вопреки распространённому заблуждению, все индуисты поклоняются одной Высшей Сущности, хотя и под разными именами. Для вайшнавов – это Господь Вишну. Для шиваитов – это Шива. Для шактов – Шакти Дэви. Для смартов, либеральных индуистов, выбор Божества остаётся за преданным. У каждой из них есть множество линий преемственности гуру, религиозных лидеров, священнослужителей, монашеских общин, священной литературы, школ, центров паломничества и десятки тысяч храмов. Они обладают богатством искусства и архитектуры, философии и науки. Верования этих четырёх сект настолько расходятся, что каждая из них представляет собой полноценную и независимую религию. Тем не менее, они разделяют общее культурное наследие и веру – в карму, дхарму, реинкарнацию, всепроникающую Божественную Сущность, храмовое поклонение, таинства, многообразие Божеств, традицию гуру-шишья и Веды как авторитетные священные писания. В этой статье, составленной по отрывкам из книги Садгуру Шивайя Субрамуниясвами «Танец с Шивой», мы предлагаем краткий обзор этих четырёх деноминаций, за которыми следует сравнительный анализ.

Каждая из философий, школ и направлений индуизма разделяет общую цель: способствовать раскрытию души в соответствии с её божественным предназначением. Нет лучшего представления этого процесса, чем в росте всем известного лотоса, который, стремясь к солнцу, поднимается из тины, чтобы стать великолепным цветком. Его цветение – залог чистоты и совершенства.

В чём суть глубоко мистической веры шиваитов?

Шиваизм – древнейшая религия этого мира. Поклонение Сострадательному Богу Шиве означает следование мощным дисциплинам, изучение высокой философии, признание важности роли гуру и практику *бхакти-раджа-сиддха-йоги*, ведущую к единению с Шивой внутри. Аум.



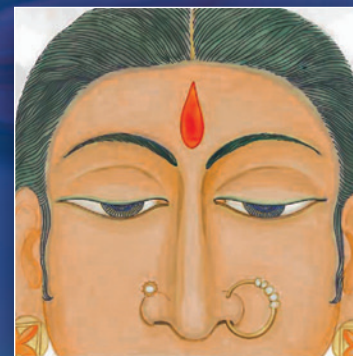
Восседая на Нанди, своём быке, совершенном почитателе, Господь Шива держит чётки для джапы и трезубец, символ любви-мудрости-действия, и предлагает благословения защиты и бесстрашия. Гора Кайлас, Его священная гималайская обитель, представляет собой вершину сознания.

Шиваизм – религия древняя и даже, можно сказать, вечная, поскольку у неё нет начала. Вера в Шиву – предшественница многоликой религии, ныне называемой индуизмом. Учёные прослеживают традицию почитания Шивы до цивилизации долины реки Инд (Синдху), развившейся более 8000 лет назад. Но священные писания говорят нам, что шиваизм существовал всегда. Современные историки выделяют шесть основных школ шиваизма. Это *шайва-сиддханта*, *пашупатизм*, кашмирский шиваизм, *вира-шиваизм*, *сиддха-сиддханта* и *шава-адвайта*. Величие и красота шиваизма проявляются в его деятельной культуре, в просветлённом взгляде на место чело-

века во Вселенной, в глубокой системе храмового мистицизма и *сиддха-йоге*. Шиваизм даёт знание об эволюции человека от Бога и назад к Богу, о постепенном раскрытии души и её пробуждении под руководством свами и *садху*, следующих по огненному пути отречения от мира к *мокше*. Веды говорят: «Познавая Шиву, Благого, Сокрытого во всех вещах, Тончайшего, словно плёнка на топлёном масле, Обнимающего Вселенную, – постигая Бога, человек освобождается от всех своих оков». Аум Намах Шивайя.

В чём магия и сила шактизма?

Шактизм почитает Всевышнее как Божественную Мать, Шакти или Дэви, в Её многочисленных милостивых и гневных формах. Шактисты используют мантру, тантру, *янтру*, йогу и *пуджу* для призывания космических сил и пробуждения силы кундалини. Аум.



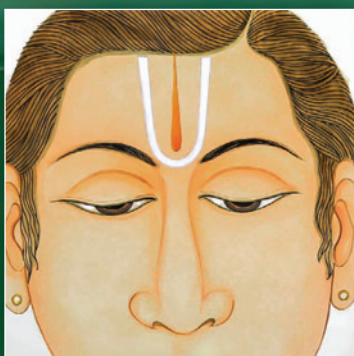
Шакти создаёт поле красоты, энергии, сострадания и защиты для Своих почитателей. Украшенная тилакой секты шактов, Она благословляет преданных Ей, которые в обожании предлагают Ей розовую воду, поднимают над Нею зонт и простираются у Её стоп.

Божественной Матери поклонялись с незапамятных времён, но как организованная религия шактистский индуизм сформировался в Индии в пятом столетии. В настоящее время у него есть четыре проявления – *бхактистское*, народно-шаманистское, йогическое и универсалистское. Все они призывают гневную силу Кали или Дурги либо мягкую милость Парвати или Амбики. Преданные шактисты практикуют ритуалы *пуджи*, в частности для *Шри Чакра янтры*, чтобы войти в близкие отношения с Богиней. Шаманистский шактизм приветствует магию, транс, хождение по огню и жертвоприношение животных для целительства, прорицания, обеспечения плодородия и обретения

силы. Йоги-шактисты стремятся пробудить спящую богиню Кундалини и объединить Её с Шивой в *сахасра чакре*. Шактисты-универсалисты следуют реформированной ведантистской традиции, ярким представителем которой был Шри Рамакришна. Тантрические ритуалы «левой руки» выходят за пределы традиционных этических норм. Шактизм в основном следует *адвайте*, определяя предназначение души, как полное отождествление с Непроявленным, или Шивой. Главные писания шактизма – Веды, Шакта-агама и Пураны. «Дэви Гита» говорит: «Мы поклоняемся вселенской Душе всего. Мы кланяемся Матери этой Вселенной вверх и вниз и во всех четырёх направлениях». Аум Чандикайяи Намах.

Какова вера преданных вайшнавов?

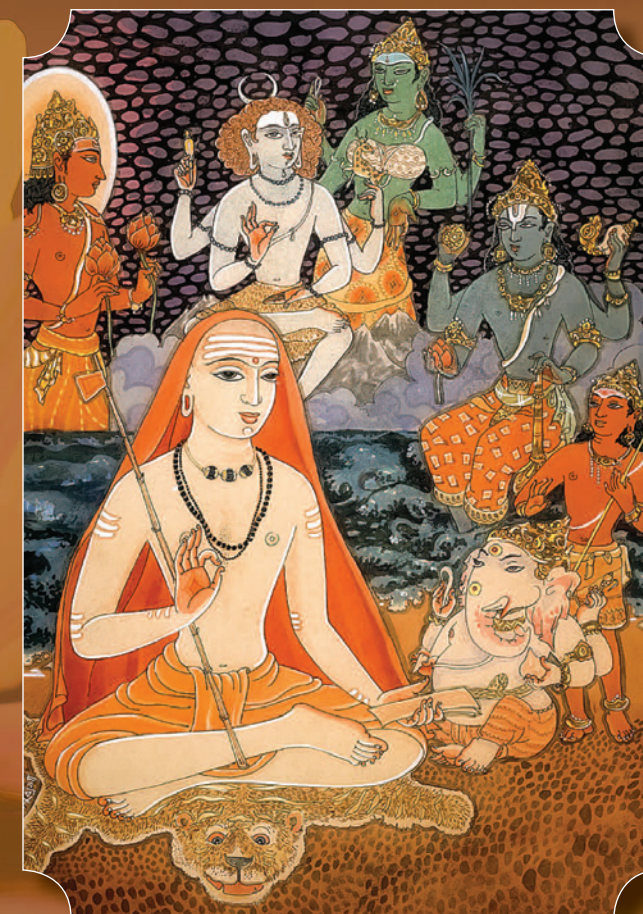
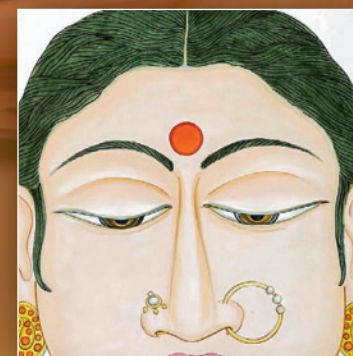
Вайшнавизм (вишнуизм) – это древняя индуистская религия, основанная на почитании Господа Вишну и Его воплощений, особенно Кришны и Рамы. В основном дуалистический, глубоко *бхактистский*, вишнуизм богат святыми, храмами и писаниями. Аум.



Вишну – бесконечный океан, из которого возникает мир. Он стоит на волнах под сенью капюшона многоголового Шешанаги, который символизирует вечность и считается воплощением Баларама, брата Кришны.

Какова универсалистская религия смартистов?

Смартизм – это древняя брахманическая традиция, реформированная Шанкарой в девятом столетии. Последователи этого либерального индуистского пути поклоняются шести формам Бога, исповедуют монизм, не одобряют сектантства, любят медитацию и философию. Аум.



Ади Шанкара (788 – 820) прожил всего 32 года, но успел обогатить индуизм новой либеральной сектой – смартизмом. Наделённый священными регалиями монаха, он держит в руке свои писания. Вокруг него – шесть Божеств: Сурья (Солнце), Шива, Шакти, Вишну, Муруган и Ганеша.

Почитание Вишну, Чьё имя означает «Всепроницающий», восходит к ведическим временам. Секты *панчаратра* и *бхагавата* были распространены уже в четвёртом веке до нашей эры. Существующие ныне пять школ вишнуизма возникли в Средние века. Их основатели – Рамануджа, Мадхва, Нимбарка, Валлабха и Чайтанья. Вишнуизм придаёт особое значение *прапатти*, полному подчинению себя Вишну или Его воплощениям-аватарам. Главные *бхактистские садханы* вишнуизма – *джапа*, или повторение мантры, и *киртана*, или экстатическое пение и танец. Тщательно соблюдается распорядок храмового богослужения и праздников. В философском плане вишнуизм простирается от чистого дуализма Мад-

хвы через ограниченный недуализм Рамануджи до почти монистических воззрений Валлабхи. Бог и душа для вишнуитов всегда отличны. Предназначение души, по милости Бога, – вечно поклоняться и радоваться Ему. В целом вишнуизм не аскетичен и проповедует *бхакти* как высший путь, но всё же в нём существует сильное монашеское сообщество. Главные писания вишнуизма – Веды, Вайшнавские Агамы, Итихасы и Пураны. «Бхагавад Гита» говорит: «Я лично беру на Себя полную ответственность по обеспечению и сохранению всего необходимого для Моих преданных, всецело зависящих от Меня, всегда поглощённых мыслями обо Мне и поклоняющихся исключительно Мне». Аум Намо Нараянайя.

Смартист (*смарта*) – это последователь классических *смрити*, в частности Дхарма шастр, Пуран и Итихас. Смартисты почитают Веды и уважают Агамы. В настоящее время эта вера ассоциируется с учением Ади Шанкары, монаха-философа, называемого *шанмата-стхапаначарьей*, то есть «основателем системы шести путей». Он проповедовал по всей Индии, стремясь объединить все индуистские верования своего времени под знаменем *адвайта-веданты*. Чтобы унифицировать богослужение, он популяризировал древний индуистский алтарь пяти божеств – Ганapati, Сурьи, Вишну, Шивы и Шакти – и добавил к ним Кумару. Из этих богов последователи могут выбрать своё «предпочитаемое

божество», или *иштадэвату*. Каждый бог видится смартисту лишь отражением Сагуна-Брахмана. Шанкара реорганизовал сотни монастырей в систему десяти орденов (*дашанами*), в которой ныне имеется пять патриархальных центров. Он написал объёмные комментарии к Упанишдам, «Брахма сутрам» и «Бхагавад Гите». Шанкара провозгласил: «Есть лишь одна Реальность, которая из-за нашего невежества представляется нам многообразной Вселенной, полной имён, форм и изменений. Подобно золоту, из которого делают множество украшений, сама по себе она остаётся неизменной. Таков Брахман, и То есть Ты». Аум Намах Шивайя.

Сравнивая четыре главные деноминации индуизма

Как только что было показано, весь спектр индуистской религиозности лежит в пределах четырёх основных сект или деноминаций: шиваизме, шактизме, вайшнавизме и смартизме. Среди этих четырёх течений, безусловно, больше сходства, чем различий. Во всех четырёх верят в карму и реинкарнацию, а также в Высшую Сущность, которая одновременно является формой и наполняет форму, которая создаёт, поддерживает и разрушает вселенную только для того, чтобы создать её снова в бесконечных циклах. Они решительно заявляют о правомерности и важности храмового поклонения, о существовании трёх миров и сонмов богов и дэвов в них обитающих. Они сходятся во мнении, что изначального зла не существует, что космос изошёл из Бога и пронизан Им. Каждое из них верит в *майю* (хотя их определения несколько различаются) и в освобождение души от перерождения, называемое *мокшей*, как цель человеческого существования. Они верят в дхарму и *ахимсу*, непричинение вреда и в необходимость садгуру, чтобы вести душу к Самореализации. Все они предписывают наносить особенные знаки, *тилаки*, на свои лбы как священные символы, хотя эти знаки и различаются. Наконец, они предпочитают кремацию тела после смерти, полагая, что душа в следующей жизни вселится в другое тело. Хотя в индуизме много Священных Писаний, все секты приписывают высший авторитет Ведам и Агамам, хотя их Агамы несколько различаются. Вот краткое сравнение этих четырёх деноминаций.

О Личном Боге/Богине

Шиваизм: Личный Бог и храмовое Божество – это Шива, ни мужчина, ни женщина. Также поклоняются Господу Ганеше и Картикее.

Шактизм: Личной Богиней и храмовым Божеством является Шри Дэви или Шакти, женщина, почитаемая как Раджараджешвари, Парвати, Лакшми, Сарасвати, Кали, Амман и т. д. – Божественная Мать.

Вайшнавизм: Личный Бог и храмовое Божество – это Вишну, мужчина. Также поклоняются Его воплощениям в образах Рамы и Кришны, а также Его божественной спутнице Радхарани.

Смартизм: Личный Бог и храмовое Божество – это Ишвара, мужчина или женщина, которому поклоняются как Вишну, Шиве, Шакти, Ганеше и Сурье или другому Божеству по выбору почитателя, например, Кумаре или Кришне.

О природе Шакти

Шиваизм: Шакти – это неотделимая сила Бога Шивы и проявленная воля, энергия или разум.

Шактизм: Шакти – активное, имманентное Существо, отдельное от пребывающего в покое и отстранённого Шивы.

Вайшнавизм: Шакти не придаётся особого значения. Однако существуют параллели, в которых божественные спутницы воспринимаются как неотъемлемая энергия Вишну и Его воплощений: например, пары Радхарани-Кришна или Сита-Рама.

Смартизм: Шакти – это божественная форма Ишвары. Это проявленная сила Бога.

О природе Личного Бога

Шиваизм: Бог Шива есть чистая любовь и сострадание, имманентный и трансцендентный, умиловляемый нашей чистотой и *садханой*.

Шактизм: Богиня Шакти одновременно и сострадательна, и устрашающа, приятна и гневна, умиротворяема жертвоприношениями и покорностью.

Вайшнавизм: Бог Вишну – любящий и прекрасный, объект почитания, удовлетворяемый нашим служением и преданностью.

Смартизм: Ишвара предстаёт как человекоподобное Божество в соответствии с любовным поклонением верующего, которое иногда считается рудиментарной практикой самоочищения.

О доктрине аватара

Шиваизм: Нет никаких божественных земных воплощений Высшей Сущности.

Шактизм: Божественная Мать действительно воплощается в этом мире.

Вайшнавизм: У Вишну десять или более воплощений.

Смартизм: Все Божества могут принимать земные воплощения.

О персональной душе и о Боге

Шиваизм: Бог Шива един с персональной душой. Душа должна осоз-

нать эту адвайтическую (монистическую) Истину по милости Бога Шивы.

Шактизм: Божественная Мать, Шакти, является посредником, дарующим адвайтическую *мокшу* тем, кто поклоняется Ей.

Вайшнавизм: Бог и душа всегда различны. По милости Господа Вишну предназначение персональной души состоит в том, чтобы поклоняться Богу и наслаждаться им.

Смартизм: Ишвара и человек в действительности являются Абсолютным Брахманом. Внутри *майи* персональная душа и Ишвара проявляются как двое. *Джняна* (мудрость) рассеивает эту иллюзию.

Духовная практика

Шиваизм: Взяв за основу *бхакти*, упор делается на *танас* (аскетизм) и йогу. Аскетичная.

Шактизм: Акцент делается на *бхакти* и тантре, иногда оккультных практиках. Аскетично-оккультная.

Вайшнавизм: Акцент делается на высшей *бхакти* или преданности, называемой *прапатти*. В основном *бхактичная* и неаскетичная.

Смартизм: Подготовительные *садханы* – это *бхакти*-, карма- и раджа-йога. Наивысший путь лежит через знание, ведущее к *джняне*.

Главные Священные Писания

Шиваизм: Веда, Шайва-агамы и Шайва-пураны.

Шактизм: Веда, Шакта-агамы (Тантры) и Пураны.

Вайшнавизм: Веда, вайшнавские агамы, Пураны и Итихасы (Рамаяна и Махабхарата, особенно «Бхагавад Гита»).

Смартизм: Веда, Агамы и классические смрити – Пураны, Итихасы, особенно «Бхагавад Гита» и т. д.

Регионы распространения

Шиваизм: Сильнее всего распространён в Южной и Северной Индии, Непале и на Шри-Ланке.

Шактизм: Наиболее распространён в Северо-Восточной Индии, особенно в Бенгалии и Ассаме.

Вайшнавизм: Распространён по всей Индии, особенно на севере и на юге.

Смартизм: Наиболее заметен в Северной и Южной Индии.



Пути реализации



Божественное отражается в четырёх горшках, представляющих четыре основные деноминации индуизма, их общим источником является сияющий Аум, священный мистический звук и символ Санатана Дхармы.

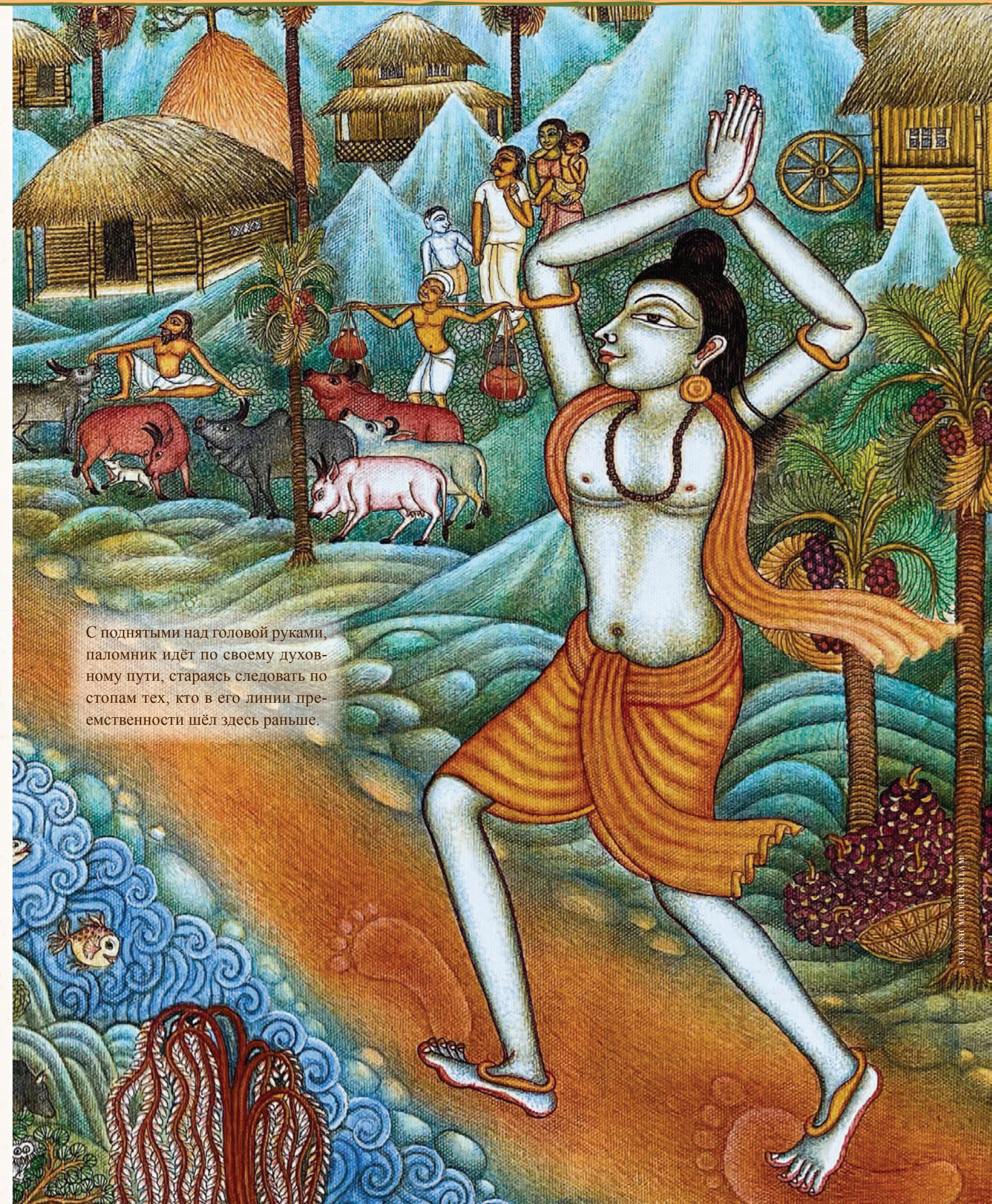
ШИВАИЗМ: Путь для шиваитов разделён на четыре последовательные стадии верований и практики, называемые *чарья*, *крийя*, *йога* и *джняна*. Душа эволюционирует через карму и реинкарнацию из инстинктивно-интеллектуальной сферы в добродетельную и нравственную жизнь, затем в храмовое поклонение и преданность, за которыми следует внутреннее поклонение, или *йога*, и её медитативные дисциплины. Союз с Богом Шивой приходит по милости садгуру и завершается зрелостью души в состоянии *джняны*, или мудрости. Шиваизм ценит как

бхакти, так и *йогу*, религиозные и созерцательные *садханы* или дисциплины.

ШАКТИЗМ: Духовные практики в шактизме аналогичны шиваизму, хотя в шактизме больше внимания уделяется Энергии Бога в противоположность Его Сущности, мантрам и янтрам, а также объединению очевидных противоположностей: мужское-женское, абсолютное-относительное, удовольствие-боль, причина-следствие, разум-тело. Некоторые секты в шактизме проводят тантрические обряды «левой руки», сознательно используя мир форм для преобразования и, в конечном итоге, выхода за пределы этого мира. Подход «левой руки» носит несколько оккультный характер, он считается путём для некоторых, а не для многих. Путь «правой руки» более консервативен по своей сути.

ВАЙШНАВИЗМ: Большинство вайшнавов верят, что религия — это исполнение *бхакти-садхан*, дисциплин преданного служения, и что человек может общаться с богами и богинями и получать их милость через *даршан* (лицезрение) их икон. Пути карма-йоги и джняна-йоги ведут к бхакти-йоге. Среди основных практик вайшнавов — воспевание святых имён *аватар*, воплощений Вишну, особенно Рамы и Кришны. Через полную самоотдачу, *прапатти*, Вишну, Кришне или Его возлюбленной спутницы Радхарани достигается освобождение от сансары (цикла перевоплощений).

СМАРТИЗМ: Смарты, самые эклектичные из индуистов, верят, что *мокша* достигается только с помощью джняна-йоги, определяемой как интеллектуальный и медитативный путь, но не как путь кундалини-йоги. Последовательными стадиями джняна-йоги являются изучение Священных Писаний (*шравана*), размышление (*манана*) и постоянная медитация (*дхьяна*). Ведомый реализованным гуру и признавший нереальность мира, посвящённый медитирует на себя как на Брахмана, Абсолютную Реальность, чтобы разрушить иллюзию *майи*. Последователи также могут выбрать один из трёх других непоследовательных путей для развития преданности, накопления хорошей кармы и очищения ума. Это бхакти-йога, карма-йога и раджа-йога, которые, как учат некоторые смарты, также могут принести просветление.



С поднятыми над головой руками, паломник идёт по своему духовному пути, стараясь следовать по стопам тех, кто в его линии преемственности шёл здесь раньше.



Из нашего индуистского словаря



Шиваизм (шайвизм): शैव. Религия тех, кто поклоняется Господу Шиве как Всевышнему Богу. Старейшее из четырёх течений индуизма. Самые ранние исторические свидетельства о шиваизме восходят к существовавшей 8000 лет назад Индской цивилизации, а именно к знаменитой печати Шивы в облике Господа Пашупати, сидящего в йогической позе. В Рамаяне, которая астрономически датируется 2000 г. до н. э., Господь Рама, как и его враг Равана, поклоняется Шиве. Будда родился в 624 г. до н. э. в шиваитской семье, и летописи тех времён рассказывают о шиваитах-аскетах, которые бродили по холмам точно также, как они делают сегодня. Существует множество школ шиваизма, из которых важными являются шесть: шайва-сиддханта, пашупата шиваизм, кашмирский шиваизм, вира шиваизм, сиддха-сиддханта и шива-адвайта. Они во многом основываются

на Ведах и Шайва-агамах, и поэтому имеют много общего, в частности – следующие основные доктрины: 1) пять сил Шивы – созидание, сохранение, разрушение, раскрывающая и скрывающая милость; 2) три категории – Пати, пашу и паша («Бог, души и пути»); 3) тройные оковы – *анава*, карма и майя; 4) троичная сила Шивы – *иччха шакти*, *крия шакти* и *джняна шакти*; 5) тридцать шесть *таттв*, или категорий существования; 6) необходимость получения инициации от садгуру; 7) сила мантры; 8) четыре *пады* (стадии) – *чарья* (самоотверженное служение), *крийя* (приверженность), *йога* (медитация) и *джняна* (озарение); 9) вера в *Панчакшару* как главнейшую мантру и в *рудракину* и *вибхути* как священные вспомогательные средства веры; 10) вера в садгуру (наставника), Шивалингу (объект поклонения) и *сангаму* (общество святых людей).



Шактизм: शक्त. «Доктрина силы». Религия тех, кто поклоняется Наивысшему в облике Божественной Матери – Шакти или Дэви – в Её множестве форм, ласковых и гневных.

Шактизм – это одно из четырёх основных течений индуизма. Первые исторические свидетельства о шактизме – это тысячи женских статуэток, датируемых примерно 5500 г. до н. э., которые были обнаружены возле деревни Мергарх в Индии. В философии и практике шактизм во многом напоминает шиваизм, например, обе веры провозглашают одинаковые наивысшие цели адвайтического единения с Шивой и *мокишу*. Однако шакты поклоняются Шакти как единственному Всевышнему Существу, как динамическому аспекту Божественности, в то время как Шива считается полностью трансцендентным, и ему не поклоняются. Существует множество форм шактизма с бесконечным разнообразием практик, цель которых – запечатлеть божественную энергию или силу для духовной трансформации. Выделяются две основные формы шактизма: *шрикула*, «семья Богини Шри (Лакшми)», которая уважает брахманическую традицию (главный поток индуизма, придерживающийся кастовой системы и правил чистоты) и особенно сильна на юге Индии, и *каликула*, «семья Кали», которая отвергает брахманическую традицию и преобладает в Северной и Восточной Индии. Сегодня очевидны четыре главных выражения шактизма: народный шаманизм, йога, преданность (*бхакти*) и универсализм. Одна из важнейших мантр шактистов – *Аум Хрим Чандикайяи Намах*, «Я склоняюсь перед Той, кто разрывает всякую двойственность». Существует много вариантов народного шактизма, тяготеющих к различным формам Богини (Кали, Дурга, Амма и др.). Поклонение часто включает в себя хождение по огню и жертвоприношение животных, хотя последнее постепенно отмирает.

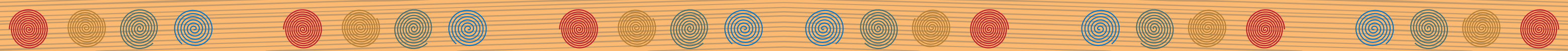


Вишнуизм (вайшнавизм): वैष्णव. Одна из четырёх основных деноминаций индуизма, к которой принадлежит около половины из миллиарда индуистов. Вишнуиты почитают Господа Вишну как личностного Бога, Его инкарнации и их спутниц. Учение об *аватарах*, особенно важное для вишнуизма, утверждает, что Бог периодически рождается как человек для восстановления в мире дхармы. Разные писания насчитывают 10, 22, 34 и больше *аватар* Вишну. Особо чтимыми *аватарами* являются Рама и Кришна.

Последним *аватаром* будет Калки, возвестник золотого века на земле. Вишнуизм ставит личностный аспект Бога выше безличного и считает *бхакти* (преданности Богу) истинным путём к спасению. Цель вишнуита – достижение *мукти*, определяемого как блаженная вечная близость души к Богу в Вайкунтхе, раю. Из вишнуитских писаний важными являются Вайшнава агама, «Бхагавад Гита», и «Бхагавата пурана» («Шримад Бхагаватам»). Из древнейших школ можно назвать секты *панчаратра* и *бхагавата*. Пять главных современных школ (основанных между 1000 и 1500 гг.) происходят от Рамануджи, Мадхвы, Нимбарки, Валлабхи и Чайтаньи. С философской точки зрения они занимают диапазон от чистого дуализма Мадхвы до возвышенного монистического видения Валлабхи.



Смартизм: स्मार्त. Течение, основывающееся на вторичных писаниях (*смрити*). Самая либеральная из четырёх основных деноминаций индуизма, древняя ведическая браминская традиция (ок. 700 г. до н. э.), которая начиная с девятого века находилась под сильным влиянием адвайта веданты учителя-реформатора Ади Шанкары. Её последователи главным образом полагаются на классическую литературу *смрити*, особенно на Итихасы (Рамаяну и Махабхарату, последняя из которых включает «Бхагавад Гиту»), Пураны и Дхарма шастры. Эти писания считаются дополнениями к Ведам, помогающими их понять. Смарты придерживаются взгляда Шанкары, согласно которому все боги – это лишь разные изображения Сагуна Брахмана. Таким образом, смарты откровенно эклектичны, они поклоняются всем богам и не одобряют сектантство. Смартистская культовая система, называемая *панчаятана пуджа*, подкрепляет этот взгляд, включая в себя важнейших Божеств всех основных древних течений индуизма: Ганешу, Сурью, Вишну, Шиву и Шакти. Чтобы охватить шестую важную линию, Шанкара советовал добавить шестое Божество, Кумару. Поэтому он был провозглашён Шанмата Стхапаначарьей, основателем шестеричной системы. Обычно верующий выбирает одно предпочитаемое им Божество из шести, Иштадэвату. Духовными авторитетами для смартов являются региональные монастыри, учреждённые Шанкарой по всей Индии, и их настоятели. В смартизме различают три основных религиозных подхода: ритуальный, культовый и философский.



Другие деноминации индуизма

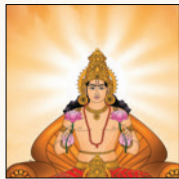
Индуизм безграничен и разнообразен. Говорят, что лучше всего понимать его не как религию, а как десять тысяч религий, собранных под одним зонтом. Ниже приведены лишь некоторые из множества периферийных верований и течений, составляющих Санатана Дхарму.



АЙЯППАНИЗМ. Айяппан (также известный как Шаста, Дхармашастха или Маникандан) – Бог самообладания, мужества и силы, восседающий на тигре. Его происхождение описывается по-разному в разных регионах, но обычно рассказывают, что Он сын Шивы и Мохини. Почитателей Айяппана, популярного почти исключительно в Южной Индии, можно найти в Керале, Тамил Наду и Карнатаке. Центральной практикой традиции является ежегодное 41-дневное паломничество к Его главному храму, Сабаримала, во время которого необходимо строго соблюдать целомудрие, трезвость и вегетарианство – подходящий *тапас* для почитателей Господа самоконтроля.



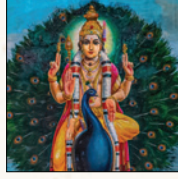
ГАНАПАТИЗМ. Это направление индуизма чрезвычайно популярно в Махараштре, где последователи Ганапати выходят за рамки всеобщего почитания, которое индуисты испытывают к Ганеше как к слоноволовому Устранителю препятствий, и провозглашают Его Высшей Сущностью. Пылкие прислужники отмечают себя красным кругом на лбу, а также татуировкой слона на плече.



СУРЬЯИЗМ. Сурьяиты, или Сауры, поклоняются солнечному Божеству, Господу Сурье, как Богу. Хотя поклонение солнцу существовало в Индии со времён Ригведы, самый важный текст Сауры, «Саура Самхита», был написан в 941 г. до н. э. Храмы Сурьи, построенные с 800 по 1000 г. до н. э., можно найти по всей Северной Индии, хотя многие из них были разрушены мусульманскими захватчиками. С опустошением храмов и убийством священников и последователей традиция Сурьи пришла в упадок в XII веке. Элементы традиции сохранились и практикуются по сей день, в частности,

.....
Процессия: деревенские женщины несут на головах украшенные корзины с фруктами по пути в местный храм на Бали, Индонезия, 25 июня 2012 года.

важная *Чхатх пуджа*, отмечаемая в Западной Бенгалии, Уттар-Прадеше, Джаркханде и на юге Непала, во время которой Сурье в течение четырёх дней возносятся молитвы и совершаются аскезы.



КАУМАРАМ. Последователи веры Каумарам чаще всего встречаются в Южной Индии и на Шри-Ланке. Каумары поклоняются Господу Муругану как Верховному Богу, превосходящему даже Шиву, Шакти и Вишну. Исторически сложилось так, что традиция приобрела известность, когда её признал Ади Шанкара, который включил Господа Кумару в свою теологическую систему из шести сект вместе с Божествами пяти других религий, поместив каждое из них на домашний алтарь смарта. Таким образом, известный сторонник адвайта веданты стремился объединить различные течения поклонения под единым знаменем.



БАЛИЙСКИЙ ИНДУИЗМ. Широкое присутствие индуистов в Индонезии можно проследить до 78 г. до н. э. на острове Ява. В результате мусульманских вторжений около 1400 года индуисты были вынуждены сконцентрироваться на территории, которую они могли защищать. Многие яванские индуисты бежали на Бали, что привело к развитию балийского индуизма. Известный здесь как «Агама хинду дхарма», он представляет собой сплав индийского индуизма с местными индонезийскими анимистическими обычаями. Четыре миллиона индуистов Бали поклоняются многим божествам, в том числе Ганеше и Ачинтья Шиве, Верховной Сущности, которого прославляют в *ваянге* (кукольном театре теней). Он – создатель богов, богинь и всего сущего.



ДАТТАТРЕЙЯ САМПРАДАЯ. Последователи этой секты считают Даттатрейю, или Адинатху, Высшей Реальностью и Творцом, слиянием Брахмы, Вишну и Шивы. Он изображён как *санньясин*, ведущий простую жизнь, который достигает Самореализации, наблюдая за природой. Последователи этой *сампрадаи* в основном встречаются в Махараштре, Карнатаке, Гоа, Телангане, Гуджарате, Мадхья-Прадеше, Раджастане и Уттаракханде. Многие традиции связаны с линией Даттатрейи, включая Натха сампрадаю, Авадхута сампрадаю, традицию Гуручариты и разнообразные бхактичные традиции.

Гиривалам – путь к освобождению

Мой обход горы Аруначала в Тируваннамалайе в течение трёх лет ведёт меня к завершению круга перерождений.



Падма Кришнан

На седьмой день праздника Картигай дипам в 2018 году я остановилась в Тируваннамалайе, или Тиру, как ласково называют древний город искатели, избравшие его своим домом. Тиру на тамильском языке означает «святая». Я планировала остановиться здесь на три дня, но в итоге прожила в Тируваннамалайе суммарно три года.

Записанная история этого святого места восходит к IX веку, а геологическая история горы Аруначала в центре города восходит к архейской эпохе. В различных священных писаниях гору также называют Аннамалай, Арунагири, Аруначалам, Арунай, Сонагири и Соначалам. Это один из *Панча бхута стхал*, пяти храмов Шивы в Тамил Наду, символизирующих пять элементов. Шиве здесь поклоняются как элементу огня (историю происхождения смотрите в «Индуизме сегодня» № 3.2018 или по ссылке: <https://www.hinduism.today/tiruvannamalai>). Согласно Пуранам, гора претерпела различные трансформации в течение юг, огромных временных эпох. В Сатья югу это была гора огня, в Трета югу она была изумрудной, в Двапара югу – золотой, а в ны-

нешнюю Кали югу это каменная гора. Все эти преобразования можно соотносить с изменением человеческого сознания в циклической последовательности юг.

Гири – это гора, *валам* – обход, *аруна* – красный или огонь, а *ахалам* – неподвижный. В то время как знаменитый ежемесячный *гиривалам* (или *парикрама*, санск.) в полнолуние вокруг горы собирает огромные толпы, преданные совершают обход горы каждый день. Говорят, что вокруг горы в любое время дня или ночи ходит хотя бы один человек.

Почему люди совершают гиривалам?

Преданные Шиве верят, что Господь исполняет желания тех, кто совершает обход горы Аруначала, которая считается Его проявлением. Действительно, простая мысль о горе освободит искреннего искателя от круговорота рождений и смертей. По легенде, первой, кто совершил *гиривалам*, была Богиня Парвати, которая сделала это, чтобы вызволить мир из тьмы, в который Она погрузила его, игри-во закрыв глаза Господу Шиве. После такого Её покаяния на Аруначале Господь Шива благословил Её, отдав Ей Свою левую полови-

ну и, таким образом, стал Ардханаришварой, «Господом, наполовину женщиной».

Поскольку горе поклоняются как Шиве, хождение вокруг горы совершается с благоговением. Искренние искатели следуют различным правилам, изложенным в Пуранах, таким как сосредоточение ума на Шиве и хождение либо в тишине, либо повторяя Его святы имена, а также осознанное хождение.

По маршруту паломничества протяженностью 14 километров расположены восемь древних храмов восьми сторон света, где боги Индра, Агни, Яма, Нирути, Варуна, Вайю, Кубера и Ишанья поклонялись Шиве в образе Аруначалы. Паломники посещают эти храмы, а также главный храм Аннамалайяра (Аруначалешвар) во время *гиривалам*.

Мои многочисленные гиривалам

Я совершила свой первый *гиривалам* утром с несколькими друзьями. Мы вышли в 5:30 и шли в тишине. Двое моих товарищей из Испании уже много лет живут в Тиру и каждый день ходят на гору. Обход занял у нас около четырёх часов, с перерывом, чтобы выпить чашечку кофе. Мы не заходили ни в один из



ALL PHOTOS: ANNE PETRE

Запоминающаяся прогулка: (по часовой стрелке слева) безмятежная гора Аруначала; искренняя преданность на остановках в пути; грунтовая внутренняя тропа, для прохождения которой требуется специальное разрешение; эту массивную колесницу тянут во время праздника Картигай дипам; главный храм Аннамалайяр

.....

храмов и молились снаружи. На следующий день я шла в одиночестве, посещая все храмы и медитируя в местах *самадхи* Адимуди Сидхара и Ишаньи Десикара. Последователи верят, что многие *сиддхи*, просветлённые существа, пребывают здесь и обходят гору в своих тонких телах. Их благословения помогают паломникам в их *садханах* (духовных прак-



тиках), а удачливые могут даже встретиться с ними.

После двух обходов я начинала свою обычную утреннюю прогулку около 6 утра, не намереваясь выполнять *гиривалам* как духовную практику, но мои ноги сами несли меня вокруг горы. Это случалось много раз, и я просто следовала внутреннему зову.

Внутренняя тропа, которая проходит близко к горе, была закрыта для паломников в течение последних нескольких лет, и для выполнения внутреннего *гиривалам* требуется разрешение от местного лесного департамента. Паломники ходят по мощёным дорожкам и по асфальтированной дороге, которая в настоящее время проходит по священной маршруту.

Ещё до пандемии я избегала многочисленных мероприятий, которые могут привести к давке. В течение первого месяца моего пребывания в Тируваннамалайе у меня не было намерения идти на знаменитый *гиривалам* в полнолуние. Как-то, в одну из таких ночей, мы с другом вышли на короткую послеобеденную прогулку по тропе *гиривалам*. Ощутимая преданность сотен тысяч идущих паломников, их возгласы «Аннамалайярку арохара», медитативное пение «Намах Сивайя» из динамиков, звук колоколов, раковин, песни и молитвы, луна и гора в лунном свете, ароматы еды, масел, людей, попкорна, камфоры, благовоний самбрани и священного пепла (вибхути) очаровали нас, и мы решили присоединиться к толпе и пройти весь круг. Мы шагнули в другой мир, мир, который был пронизан религиозным рвением и двигался в космическом ритме, контролируемом Аннамалайяром, и не представлял никакой угрозы, скорее, наоборот – давал защиту. Это было забыва-



мое путешествие! Я вернулась домой за полночь, заряженная энергией и в полном восторге. После этого случая я старалась совершать *гиривалам* в полнолуние ежемесячно.

В каждое полнолуние от 200 до 300 тысяч человек из всех слоёв общества, штатов Индии и других стран объединяются в единое движущееся море. Однажды я совершила *гиривалам* с другом в ночь новолуния, и энергия сильно отличалась от полнолуния. Я чувствовала, что это было интенсивное внутреннее путешествие. После этого я регулярно ходила и в ночь новолуния. Обход в это время совершается в основном *садхаками* и менее многолюдно, за исключением особых дней *амавасы*. *Гиривалам* во время прадоши (13-е лунные сутки) также считается очень благоприятным и привлекает многих верующих. Я видела босоногих людей, бегущих вокруг горы по асфальтированной дороге, как будто их несли великая сила, некоторые с трудом преодолевали каждый шаг, другие небрежно прогуливались, разговаривая по мобильным телефонам. Я встретила женщину, которая совершает *гиривалам* каждый день, и мужчину, выполняющего обход Аруначалы непрерывно в течение четырёх лет.

Для тех, кто практикует интенсивную *садхану* в Тируваннамалайе, гора является их гуру; прогулка – их проводник; их цель – слиться с горой, погрузившись в её вечность. Всякий раз, когда я покидаю Тиру, не зная, когда вернусь на волшебную гору, я вспоминаю слова местной женщины, которая однажды прошла со мной по тропе: «Аннамалайяр пребудет с тобой, куда бы ты ни направилась».



ОБ АВТОРЕ

Падма Кришнан – независимая журналистка, живущая в Индии. Сертифицированный преподаватель хатха-йоги, увлечённая изучением древних мистических традиций.



32 образа Ганеши

Отрывок из книги С. Ш. Субрамуниясвами «Любящий Ганеша»

В храмах и святынях всей планеты, от Москвы до Лондона, от Дурбана и до Куала-Лумпура, можно встретить изображения Ганеши, или *мурти*, в большом многообразии. В «Мудгала пуране» упомянуты 32 возможных образа. На следующих страницах мы приводим иллюстрации этих образов. Первые 16 *мурти*, Шодаша Ганапати, установлены в восьмигранном сооружении в форме колесницы в Шри Шанкара Мандапе в Рамешвараме, в Южной Индии, основанном покойным Шрила Шри Чандрашекхарендрой Сарасвати, 68-м наставником Канчи Камакоти Питхам.

1. Бала Ганапати

Бала Ганапати – позолоченный Бог, «Уподобленный Дитю». В руках Он держит банан, манго, сахарный тростник и джэкфрут, символизирующие изобилие и плодородие Земли. В Его хоботе – *модака*, Его любимейшее лакомство.

2. Таруна Ганапати

Восьмирукий Таруна, «Молодой», Ганапати, держит в руках аркан и стрекало, *модаку*, древесное и водяное яблоко, Свой сломанный бивень, росток риса и стебель сахарного тростника. Ярko-красный цвет символизирует расцвет молодости.

3. Бхакти Ганапати

На любимого почитателями сверкающего, как полный месяц в сезон сбора урожая и украшенного гирляндами цветов Бхакти Ганапати, хочется смотреть вечно. Он держит банан, манго, кокос и чашу сладкого пудинга *паяса*.

4. Вира Ганапати

«Мужественный воин», Вира Ганапати, представляет собой позу командующего. В шестнадцати руках Он держит оружие, символы силы разума: стрекало, диск, лук, стрелу, меч, щит, копье, булаву, боевой топор, трезубец и т. д.

5. Шакти Ганапати

У Шакти Ганапати, «Могущественного», оранжево-красный оттенок и четыре руки. Он сидит с одной из Своих Шакти на колене и охраняет главу семейства. Он держит стрекало и аркан в виде венка, даруя благословение с помощью *абхайя мурды*.

6. Двиджа Ганапати

Двиджа Ганапати, «Дважды рождённый», имеет четыре головы и окраску цвета луны. Держа аркан, стрекало, священный лист *олы*, посох, сосуд с водой и четки для *джаны*. Он напоминает всем нам о необходимости дисциплины и стремления.

7. Сиддхи Ганапати

Золотисто-жёлтый Сиддхи Ганапати, «Совершенный», является олицетворением достижения целей и самосовершенствования. Он сидит в комфортной позе, держа в руках букет цветов, топор, манго, сахарный тростник, а в Своем хоботе – лакомство из кунжута.

8. Уччишта Ганапати

Уччишта Ганапати – «Владыка благословенных подношений» и защитник культуры. Он синего цвета, у Него шесть рук, и Он сидит со Своей Шакти, держа вино, гранат, голубой лотос, *малу* для *джаны* и молодой побег риса.

9. Вигхна Ганапати

У Вигхна Ганапати, «Владыки препятствий», сияющий золотистый цвет, также Он украшен драгоценностями. В восьми Его руках аркан и стрекало, бивень и *модака*, раковина и диск, букет цветов, сахарный тростник, цветочная стрела и топор.

10. Кшипра Ганапати

У симпатичного Кшипра Ганапати красного цвета, «Стремительного» подателя блага, сломанный бивень, а в руках у Него аркан, стрекало и росток *кальпаврикши* (дерева, исполняющего желания). Приподнятым хоботом Он обхватывает крошечный горшок с драгоценными камнями.

11. Херамба Ганапати

Пятиликий и белого цвета, Херамба Ганапати, «Защитник слабых», восседает на грозном льве. Он показывает жесты защиты и благословения и держит в руке аркан, четки для *джаны*, топор, молот, бивень, венок, фрукты и *модаку*.

12. Лакшми Ганапати

Лакшми Ганапати, белоснежный податель успеха, сидит в окружении Мудрости и Действия. Демонстрируя *варада мудру*, он держит в руках зелёного попугая, гранат, меч, стрекало, аркан, росток *кальпаврикшу* и сосуд с водой.

13. Маха Ганапати

Маха, «Великий», Ганапати, изображён в компании с одной из Своих Шакти, с красной кожей и тремя глазами. Он держит Свой бивень, гранат, голубую лилию, лук из сахарного тростника, диск, аркан, лотос, росток риса, булаву и горшок с драгоценными камнями.

14. Виджая Ганапати

Четырёхрукий, красный Виджая, «Победоносный», Ганапати даритель успеха, сидит на Своей находчивой Мушке. Его отличительные знаки – сломанный бивень, стрекало для слонов, аркан и сочное золотое манго, Его любимый фрукт.

15. Нритья Ганапати

Счастливый Нритья, «Танцующий», Ганапати имеет четыре руки, золотой окрас и кольца на пальцах. Он держит бивень, стрекало, аркан, топор и лакомство – *модаку*. Он танцует под деревом *кальпаврикши*, олицетворяя неудержимую энергию и радость.

16. Урдхва Ганапати

Урдхва Ганапати, сидящий с одной из Своих Шакти на левом колене, является «Возвышенным» Владыкой золотого цвета. В шести руках Он держит росток риса, лотос, лук из сахарного тростника, стрелу, бивень молочного цвета и голубую водяную лилию.

17. Экакшара Ганапати

У Экакшара, «Односложного» (гам), Ганапати три глаза, красный цвет кожи и одежды, и на Его короне есть полумесяц. Он сидит в позе лотоса на Мушке, показывает жест благодати и держит гранат, аркан и стрекало.

18. Варада Ганапати

Варада Ганапати, «Податель Блага» с выделяющимся третьим глазом мудрости, держит блюдо с мёдом, аркан и стрекало и обхватывает горшок с драгоценностями Своим хоботом. Его Шакти сидит рядом с Ним, а полумесяц украшает Его корону.

19. Трьякшара Ганапати

Трьякшара Ганапати, «Владыка трёх звуков» (А-У-М), окрашен в золотой цвет, а в Его больших ушах скрыты мухобойки. Он держит сломанный бивень, стрекало, аркан и манго, и Его часто можно увидеть со сладкой *модакой* в хоботе.

20. Кшипра прасада Ганапати

Кшипра прасада Ганапати, «Немедленно воздающий», царствует, сидя на троне из травы *куша*. Его большой живот символизирует видимую вселенную. Он держит аркан, стрекало, бивень, лотос, гранат и веточку дерева, исполняющего желания.

21. Харидра Ганапати

Харидра, «Цвета куркумы», Ганапати, облачённый в ярко-жёлтые одежды, спокойно сидит на роскошном царственном троне. Помимо Своего бивня и *модаки*, Он владеет арканом, чтобы удерживать почитателей, и колючим стрекалом, чтобы подстёгивать их.

22. Экаданта Ганапати

Экадantu, имеющего «Один бивень», можно отличить по синему цвету и большому животу. Атрибуты этой *мурти* – топор для разрубания оков невежества, четки для *джаны*, сладкое *ладу* и отломанный правый бивень.

23. Сришти Ганапати

Владыка удачного «Воплощения» – Сришти Ганапати – сидит на Своей послушной и дружелюбной мыши. Этот энергичный Бог с красным цветом кожи держит аркан, стрекало, совершенное манго и Свой бивень, символизирующий бескорыстное самопожертвование.

24. Удданда Ганапати

Удданда Ганапати – храбрый «Защитник» Дхармы, законов бытия. Десять Его рук держат горшок с драгоценными камнями, голубую лилию, сахарный тростник, булаву, цветок лотоса, росток риса, гранат, аркан, венок и Свой сломанный бивень.

25. Ринамочана Ганапати

Ринамочана Ганапати освобождает человечество от греха и рабства. Его алебастровая фигура облачена в красные шелковые ткани. Он сжимает аркан и стрекало, Свой бивень молочного цвета и один из любимых фруктов, Розовое яблоко (*Syzygium jambos*).

26. Дхундхи Ганапати

Красный Дхундхи Ганапати, «Ищущий», держит нить из *рудракиши*, Свой сломанный бивень, топор и горшочек с драгоценными камнями, который, как считается, символизирует сокровищницу прозрений, хранимую Им для всех ревностных преданных.

27. Двимукха Ганапати

Двимукха Ганапати, известный как Янус у римлян, имеет две головы на противоположных сторонах и видит во всех направлениях. Его сине-зелёное тело наряжено в красный шелк, а голова увенчана короной с драгоценностями. Он держит аркан, стрекало, бивень и горшок с драгоценными камнями.

28. Тримукха Ганапати

Тримукха Ганапати, созерцательный «Трёхликий» Повелитель красного цвета, сидит на золотом лотосе, перебирая четки и удерживая в руках аркан, стрекало и сосуд с нектаром. Правой рукой Он демонстрирует жест защиты, а левой – благословение.

29. Синха Ганапати

Белоснежный Синха Ганапати сидит верхом на льве и держит второго льва в одной из рук, что означает силу и бесстрашие. В остальных Его руках – побег *кальпаврикши*, вина, цветок лотоса, букет цветов и горшок с драгоценностями.

30. Йога Ганапати

Йога Ганапати погружён в *мантра джапу*, Его колени связаны для позы медитации, в руках – посох для йоги, стебель сахарного тростника, аркан и четки. Его цвет подобен цвету утреннего солнца. Его тело украшено синими одеждами.

31. Дурга Ганапати

Дурга Ганапати, «Непобедимый», размахивает флагом в честь победы над тьмой. Это роскошная *мурти* с глубоким золотым оттенком. Ганеша наряжен во всё красное, в Его руках лук и стрелы, аркан и стрекало, четки, сломанный бивень и Розовое яблоко.

32. Санкатахара Ганапати

Санкатахара Ганапати, «Рассеивающий печали», окрашен в цвет солнца, одет в синее и восседает на красном цветке лотоса. Он держит блюдо с пудингом, стрекало и аркан, и демонстрирует жест *варада мудры*, дарующий благо.

Вы можете принять участие в публикации книги и приобрести её на ранней стадии издания (см. ссылку с QR-кодом на следующей странице).



1. Bāla Gaṇapati
बालगणपति



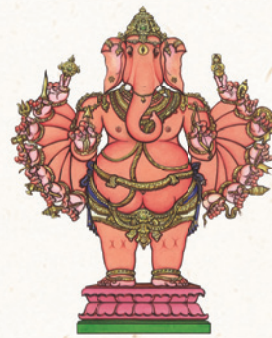
2. Taruṇa Gaṇapati
तरुणगणपति



3. Bhakti Gaṇapati
भक्ति गणपति



4. Vīra Gaṇapati
वीर गणपति



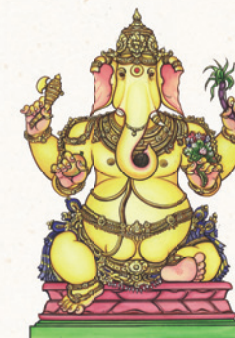
5. Śakti Gaṇapati
शक्तिगणपति



6. Dvija Gaṇapati
द्विजगणपति



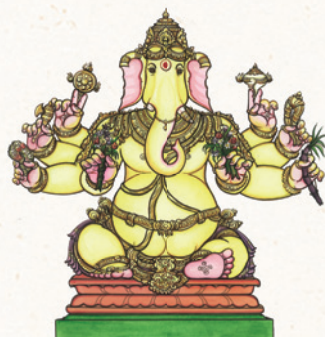
7. Siddhi Gaṇapati
सिद्धिगणपति



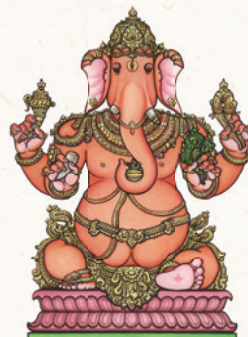
8. Ucchiṣṭa Gaṇapati
उच्छिष्टगणपति



9. Vighna Gaṇapati
विघ्नगणपति



10. Kshipra Gaṇapati
क्षिप्रगणपति



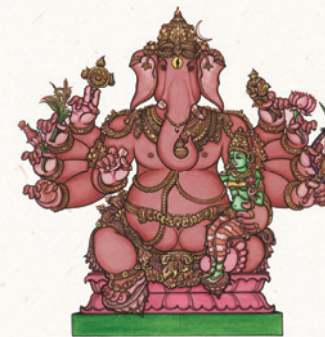
11. Heramba Gaṇapati
हेरम्बगणपति



12. Lakshmī Gaṇapati
लक्ष्मीगणपति



13. Mahā Gaṇapati
महागणपति



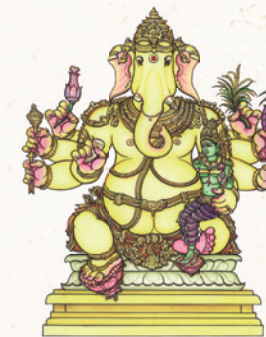
14. Vijaya Gaṇapati
विजयगणपति



15. Nṛitya Gaṇapati
नृत्यगणपति



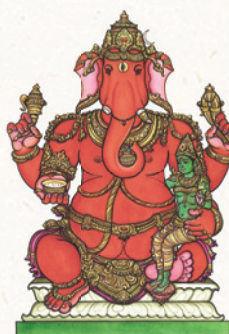
16. Ūrdhva Gaṇapati
ऊर्ध्वगणपति



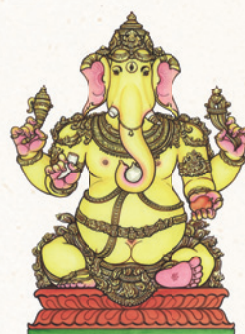
17. Ekākshara Gaṇapati
एकाक्षरगणपति



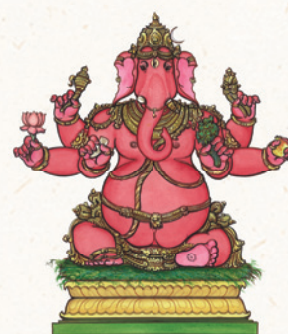
18. Varada Gaṇapati
वरदगणपति



19. Tryakshara Gaṇapati
त्र्यक्षरगणपति



20. Kshipra-Prasāda Gaṇapati
क्षिप्र-प्रसादगणपति



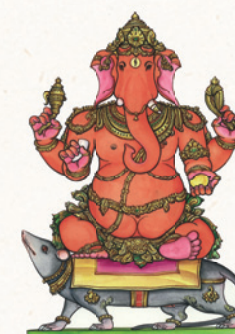
21. Haridrā Gaṇapati
हरिद्रागणपति



22. Ekadanta Gaṇapati
एकदन्तगणपति



23. Sṛiṣṭi Gaṇapati
सृष्टिगणपति



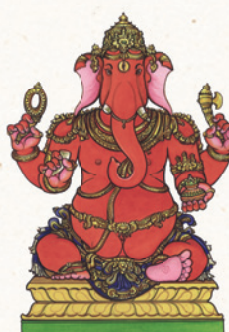
24. Uddanḍa Gaṇapati
उद्धण्डगणपति



25. Rīṇamochana Gaṇapati
ऋणमोचनगणपति



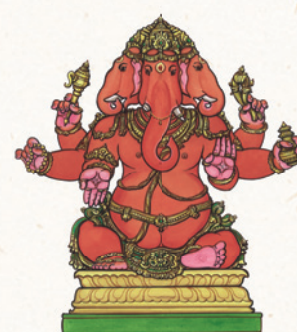
26. Dhunḍhi Gaṇapati
ढुण्ढिगणपति



27. Dvimukha Gaṇapati
द्विमुखगणपति



28. Trimukha Gaṇapati
त्रिमुखगणपति



29. Sīṃha Gaṇapati
सिंहगणपति



30. Yoga Gaṇapati
योगगणपति



31. Durga Gaṇapati
दुर्गगणपति



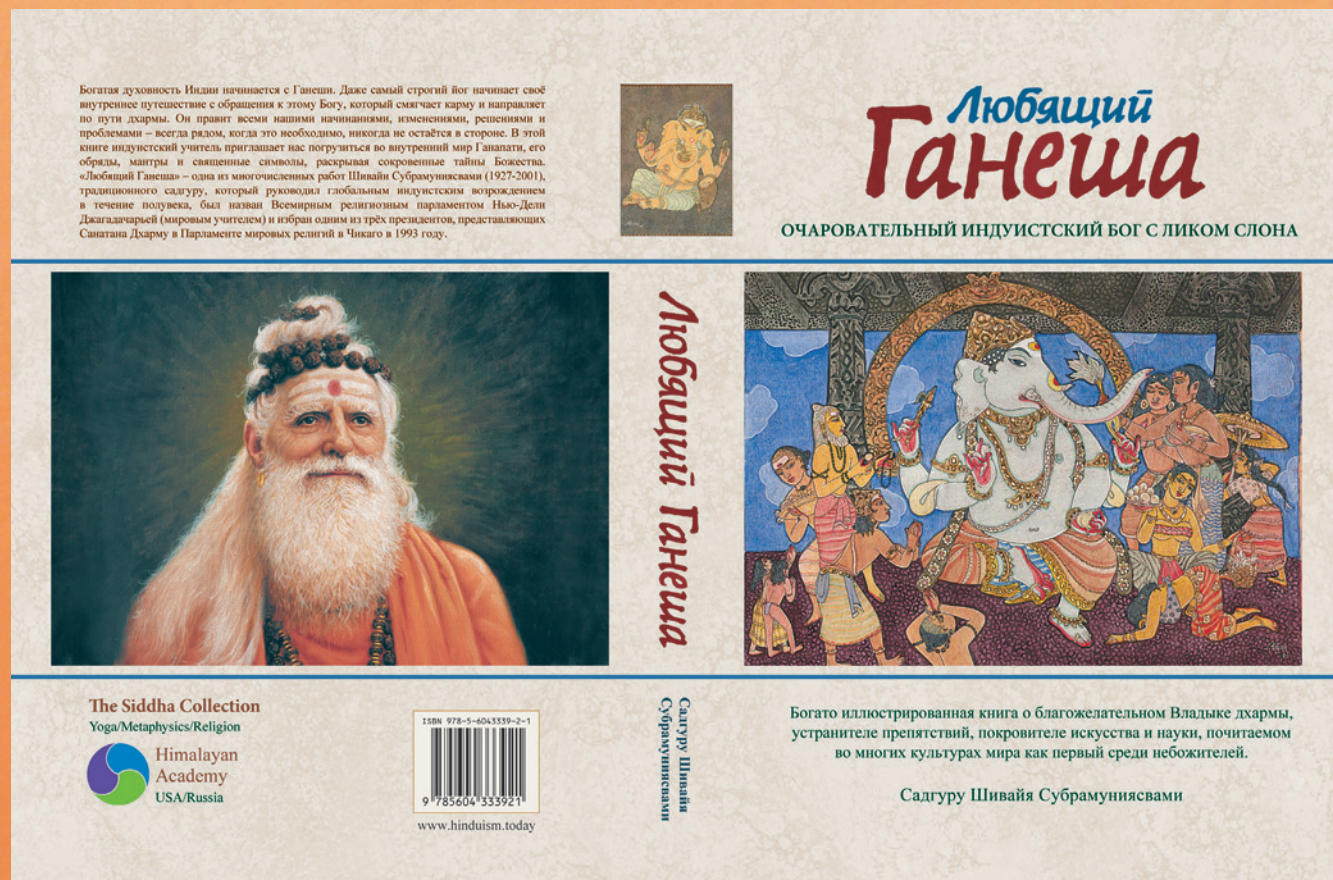
32. Saṅkaṭahara Gaṇapati
संकटहरगणपति



Любящий Ганеша

ОЧАРОВАТЕЛЬНЫЙ ИНДУИСТСКИЙ БОГ С ЛИКОМ СЛОНА

Садгуру Шивайя Субрамуниясвами



Дорогие друзья!

Издательство «Индуизм сегодня» подготовило к изданию очередной шедевр творчества Садгуру Шивайя Субрамуниясвами и Гималайской академии – великолепно оформленную книгу о благожелательном Владыке дхармы, устранителе препятствий, покровителе искусства и науки, почитаемом во многих культурах мира как первый среди небожителей, индуистском Боге Ганеше.

Уже сегодня можно сделать предзаказ на сайте издательства www.hinduism.today и приобрести книгу почти в 2 раза дешевле её ожидаемой розничной стоимости. Магазины и прочие торговые площадки могут заказать сразу несколько книг, от 5 до 20 экземпляров, по специальной оптовой цене. Кроме того Вы можете стать спонсором издания книги «Любящий Ганеша» и получить самые разные вознаграждения на проекте краудфандинга по ссылке QR-кода ниже. Там же все интересующиеся могут более подробно узнать об этой книге, ознакомиться с её содержанием, оформлением и выходными данными.

© Индуизм сегодня, 2022
Тел.: +7 (499) 340-5809
e-mail: letters@hinduism.today
www.hinduism.today



Краудфандинг



Предзаказ у Издателя



ХРАМЫ

Почитатели храма Чидамбарам

Д. А. Борзунов

Священный храм Натараджи в Чидамбараме считается шиваитами высшим среди храмов Южной Индии. Одной из характерных особенностей, придающих величие храму, является то, что главенствующему божеству, Господу Натарадже, и первобытному божеству, Шри Муланатхешваре, в частности, многочисленные мудрецы и святые поклонялись с великой преданностью, чтобы заручиться вечными благословениями Шивы. Ниже приводится отрывок из краткого исследования почитателей храма Чидамбарам.

Мы черпаем информацию о многих святых и мудрецах, связанных с храмом Чидамбарам, из местных преданий, а также из санскритских и тамильских произведений, связанных с храмом. Согласно доступным текстовым свидетельствам можно разделить почитателей великого храма на два класса, а именно: (1) легендарные или «пуранические» почитатели, и (2) исторические почитатели.

Классификация почитателей храма Чидамбарам

Легендарные и пуранические: Вьягхрапада, Упаманью, Патанджали, Джаймини, Бхринги, Индра, Варуна, Пулкаса, Дургхата, Дурмада, Дуссаха и другие.

Исторические: царь Хираньяварман, Тирунилакантха, Тирумуглар, Маниккавадасар, Тируджнанасамбандар, Аппар, Сундарар, Нанда, святой Умапати Шивачарья, Аппайя Дик-

шитар, Рамалинга Свамигал, Вигнавигит, альвары – Куласекхара, Тирумангай и другие.

Легендарные и пуранические почитатели

Вьягхрапада

Почитаемый мудрец Вьягхрапада был сыном великого Мадхьяндины Риши, жившего на Гангской равнине в Северной Индии. Он был одним из основателей величайшего храма Чидамбарам, Танцующего Шивы Натараджи. Считается, что имя «Вьягхрапада» было известно ещё в ведийские времена. Есть также упоминание о нём в Махабхарате (Махабхарата, Анушасана Парва, Дана Дхарма Парва, глава XIV, 111-112).

Согласно этому произведению, у Вьягхрапады было два сына по имени Упаманью и Дхаумья. Таким образом, история мудреца предшествовала истории Риши Патанджали. Известно, что он хорошо знал Веды, что приехал в Тиллаванам (Чидамбарам), чтобы обрести милость Шивы и насладиться блаженством созерцания Его Ананда тандавы по настоящему своего отца.

Вьягхрапада устроил свой скит возле Сваямбу Шивалингама в тени баньянового дерева. Он ежедневно поклонялся Шивалинге после того, как совершал омовение в священном водоёме Шиваганга, который находился неподалёку от его уединенного жилища. Так как в густом лесу было непросто собирать цветы для пуджи, он обратился к Господу Шиве, чтобы тот даровал ему ноги или

руки тигра, чтобы можно было легко взбираться на высокие деревья и видеть цветы даже ранним утром. Шива наделил его ногами тигра. С тех пор этого пылкого почитателя Шивы стали звать Вьягхрапада («Тигроногий»), а место, где он поклонялся Шиве, стали именовать Вьягхрапурам. Вьягхрапада продолжил своё покаяние в Вьягхрапураме, поклоняясь Шримуланатхе, пока не был благословлён *даршаном* (видением) мистического танца Шивы в Чит Сабхе («Чидамбарам Махатмья», гл. IX, ст. 27–36).

Согласно тамильским произведениям, упоминающим Чидамбарам («Чидамбарам Махатмья», главы с V по X; «Хемасабхинатха Махатмья», главы VI и VIII; «Натеша Виджая Кавья», 2; «Койл Пуранам» и «Вьягхрапада саргам»), Вьягхрапада поклонялся Махешваре в пяти местах, посвящённых Господу. Известно, что у него был свой собственный ашрам, и, помимо Шримуланатхи, он освятил также лингам в Вьягхрапуришвараме.

Храм Иламайяккинар, расположенный к западу от Чидамбарам, считается храмом Шивы, которому также поклонялся Вьягхрапада. Верховное Божество (Шивалингам) этого святилища называется «Мадхьяндинешвара», Ему поклонялся Вьягхрапада во время Атмартха-пуджи. Здесь также есть священный водоём под названием Вьягхрапада тиртха, одна из десяти главных тиртх этого региона. Позже храм получил название из-за его ассоциации с шиваитским святым Нилакантхой. К югу от Чидамбарам есть отдель-

ное святилище Шивы, которому поклонялся отец Вьягхрапады, Мадхьяндины муни, обычно называемое «Мадхьяндинешваралая», где Бог обращён на восток. Напротив этой святыни находится священная тиртха, которая называется Вьягхрахридам...

УПАМАНЬЮ

По настоянию своего отца, Мадхьяндины, Вьягхрапада женился на Сати, сестре мудреца Васиштхи. Впоследствии по милости Господа Шивы у него родился сын, которого мудрецы во главе с Васиштхой называли Упаманью («Чидамбарам Махатмья», глава X, ст. 14 и 15; см. также «Линга Пурана», Пурва Бхага, гл. CVIL, CVII; «Шивамахапурана», Пурва Бхага, Ваявия Самхита, глава XXX, а также «Уттара Бхага, глава II и «Сабхапативила-са Натака», Акт III).

Как известно, Кришна молился Господу Шиве, чтобы получить сыновей от своей жены Джамбавати. Он достиг Гималаев и встретил великого мудреца Упаманью в его хижине. Упаманью дал Шри Кришне поддхати поклонения Шримуланатхе в Тиллаванаме (Чидамбараме). Считается, что Упаманью является автором агиографии жизни шиваитских святых под названием «Шива бхакти виласа».

Кширабдхи тиртха («Молочный океан»), созданная Шримуланатхой для благословения Вьягхрапады и его сына Упаманью, находится недалеко от храма Тиллаи Амман (к юго-востоку от святилища). Это одна из десяти

главных тиртх (священных водоёмов) Чидамбарам.

ПАТАНДЖАЛИ

Мудрец Патанджали был одним из основателей храма Натараджи в Чидамбараме. Он считается воплощением Адишеша, Змея, на котором Господь Вишну возлежит целую вечность, пребывая в йоганидре. История Риши Патанджали напрямую связана с танцем Шивы в Чидамбараме.

Однажды Вишну стал необычайно тяжёл, и Адишеша не мог более выносить вес Своего Господа. Вишну объяснил Шеше, что ему нелегко вспомнить Свой счастливый опыт наслаждения Тандавой Шивы в Дарукаване. Услышав это, Адишеша выразил желание увидеть этот танец Шивы. Вишну благословил Шешу воплотиться на Земле в образе мудреца, чтобы увидеть танец Бога. Адишеша отправился на Кайласу и совершил длительную аскезу во имя Махешвары. Шива предстал перед ним и осуществил его желание – исполнил Свой мистический танец в Тиллейе. Позже Адишеша достиг Тиллаванамы, воплотившись как Патанджали. Он встретился с Вьягхрападой, основал свой ашрам и установил (лицом на восток) Шивалингам для ежедневного выполнения атмартха-пуджи в Анантишвараме, на восточном берегу Нагачери. Нагачери (Нага тиртхам) – одна из десяти тиртх этого региона, расположенная перед храмом Анантишвары. Здесь находится *биладвара*, из которой Адишеша явился в образе Патанджали.

МУДРЕЦ ДЖАЙМИНИ

Джаймини – известный автор «Пурвамимамса сутр», в которых рассматривается часть Вед, посвящённая карма-канде. Он был основателем философской школы Мимамса. Считается, что Господь Махешвара и Маха Вишну соблазнили и устранили гордыню еретиков-риши из Дарукаванама, последователей Джаймини.

Время жизни Джаймини точно не известно. Некоторые относят его к 300 году до н. э., А. Б. Кейт – к 200 году н. э. Однако, все сходятся во мнении, что его жизнь связана с историей храма Чидамбарам. Он приехал в Пундарикапурам после того, как узнал о святилище Шивы от своего учителя Вьясы. Говорят, что Джаймини освятил здесь Шивалингам для своей собственной ежедневной *пуджи*. Также он совершил здесь покаяние, чтобы увидеть Ананда тандаву Шивы. Господь Шива остался чрезвычайно доволен его аскетическими практиками и исполнил Свой танец в Чидамбараме, чтобы удовлетворить Джаймини и его учеников. Затем Джаймини отдал дань уважения Натарадже в своей уникальной религиозной лирике под названием «Ведападастава», в которой последняя четверть каждой шлоки содержит *шрути вакью*.

БХРИНГИ МУНИ

Мудрец Бхринги был одним из легендарных почитателей Натараджи. Говорят, что его форма была необычной. Верхней частью

тела он напоминал Патанджали и Вьягхрападу. Его лоб был отмечен трипундрой Шивы и украшен нитью из бусин рудракши. Отличительной чертой Бхринги были его ярко выраженная худоба и три ноги, что необычно для человеческого существа. Причина этой третьей ноги объясняется в следующем эпизоде.

Однажды мудрец Бхринги отправился на Кайласу, чтобы поклониться Шиве. Рядом с Шивой восседала Его супруга Парвати. Не желая поклоняться обоим, он принял образ чёрной пчелы («бхринга»), чтобы совершить *прадакшину* только своего Господа. Парвати разгневалась на мудреца и лишила его шакти (силы), изъяв из его тела плоть и кровь (согласно Тантре, жесткие и твёрдые части тела [говорится о нервах и костях] достаются от отца, а мягкие и жидкие, такие как плоть и кровь, происходят от матери). Бхринги тут же превратился в «мешок с костями», рухнув замертво. Господь Шива, увидев, что у его почитателя одни кости без плоти, сжалился над ним и дал ему третью ногу в качестве поддержки. Бхринги стал очень счастливым и воздал почести Господу Шиве в проникновенном гимне в Его честь.

ИНДРА

Бог Индра, царь небес, считается одним из преданных Шивы в Тиллаванаме. В «Чидамбара Махатмья» есть эпизод, посвященный прибытию Индры в Чидамбарам.

Жил-был демон по имени Валкали, по благословению Шивы более могущественный, чем боги. Он очень беспокоил весь мир и победил Индру своей доблестью. В поисках убежища Индра в сопровождении богов достиг обители Вишну. Он попросил своего Повелителя найти ключ, который позволил бы ему сразиться с жестоким демоном Валкали. Вишну предложил Индре отправиться в священный Тиллаванам и совершить там покаяние, чтобы заслужить милость Шивы и победить Валкали. Тогда Индра принял совет Вишну и попросил сопровождать его в Чидамбарам, чтобы он мог совершить покаяние без каких-либо препятствий со стороны своего врага. Вишну откликнулся на просьбу Индры и достиг Вьягхрапурама со своей супругой Лакшми. Индра успешно совершил здесь покаяние с помощью Вишну и в конечном счёте победил Валкали по благословению Шивы. Говорят, что сначала Индра освятил свой собственный Шивалингам в Тиллаванаме для ежедневного поклонения, который был назван в его честь как «Индрешвара» и «Индрабхуванешвара». Его и сегодня можно найти у восточной стены храма рядом с навесом, обращённым на запад. («Пундарикапура махатмья», гл. VI, ст. 58).

ВАРУНА

Как и Индра Бог Варуна считается одним из преданных почитателей храма Чидамбарам. Следующая легенда, встречающаяся в

стхала махатмье (основополагающая «Чидамбарам махатмья», гл. XXVI, Сутасамхита, ч. I, гл. III) храма, описывает преданность бога Варуны и его связь с великим храмом Чидамбарам.

Говорят, что Бог Варуна пришёл в Вьягхрапурам, чтобы искупить грех *брахмахатхи*, совершённый им.

«Однажды произошла прямая схватка между Варуной и демоном по имени Випрачитти. В этой битве Варуна был побеждён демоном. Тогда Варуна придумал способ одержать верх над Випрачитти. В это время, ночью перед Варуной предстал Брихаспати, чтобы дать ему совет как бороться с демоном. Варуна же по ошибке принял Брихаспати за врага и убил его своим *пашой*.

Так он совершил *брахмахатью*, грех убийства брахмана. Позже Варуна раскаялся в содеянном и отправился в Чидамбарам, чтобы искупить свой грех поклонением Шиве. Здесь он предался суровым аскезам. По велению Махешвары он совершил священное омовение в месяц Магха в Гухья тиртхе, расположенной в «центре океана», особо священной. После омовения по милости Шивы Варуна очистился и освободился от *брахмахатьи доши*, а Брихаспати вернулся к жизни. С тех пор Гухья тиртха стала одной из священных *тиртх* храма». («Вьягхрапура махатмья», гл. III, стихи 9-13).

Продолжение следует...

Легендарные и пуранические почитатели: Патанджали, Бхринги, Вьягхрапада, Варуна, Индра





ЙОГА

Триединство традиционной йоги и три компоненты её освоения и изучения

А. В. ПАРИБОК

Йога в России чрезвычайно популярна, став фактически у нас главным брендом индийской цивилизации. И, как непременно случается при чрезмерной популярности, понимается она большинством интересующихся довольно однобоко, да и найти в занятии ею стремятся нередко не то, что она в классической форме представляла и представляет собою. Конечно, были у нас такие поразительные самородки, как океанограф С.В. Курилов, освоивший вполне аутентичную йогу и добившийся обретения *siddhi* (сверхспособностей). Но в целом йога, как правило сопровождаемая уточнением *хатхайога**, воспринимается как достаточно элитарный вариант фитнеса, да, с перспективой впечатляющего духовного развития, однако она, надо признать, весьма редко воспринимается и ведущими групп, и их подопечными как лично актуальная. Да и сам расхожий санскритско-английский термин «йога-тичер» не предполагает большего, чем добротная тренерская работа. И всё же нынешняя хатхайога, хотя исторические корни её восходят к первым векам н. э. и обнаруживаются в буддийских тантрах, — это достаточно недавняя разработка, прежде всего Кришнамачарьи (1888-1989), выдающегося брахмана из штата Карнатака. Знаменательно, что в тех же брахманских кругах и тогда же, когда Кришнамачарья занимался своей масштабной деятельностью по оживлению, обновлению и, что важно иметь в виду, внедрению хатхайоги в светский обиход *высших* слоёв индийского общества, другой энтузиаст с громко звучащей брахманской фамилией Айер осваивал и предлагал индийцам конкурирующий проект — культуризм, с которым, должно быть, познакомился благодаря его основателю, Евгению (Юджину) Сандову. Оба проекта теперь всемирно распространены и приносят сходные плоды. Глава самого распространённого варианта хатхайоги, Б. К. С. Айенгар, ушёл от нас 95 лет от роду. Главный американский пропагандист массового культуризма, Джо Вейдер, слегка уступил ему: скончался в возрасте 93 лет. Оба этих достойных человека сами практиковали то, к чему призывали, слова у них не расходились с делом. Оба прожили долгую и плодотворную земную жизнь. Но это и всё... Свидетельств о духовных достижениях Б. К. С. Айенгара на попрание традиционной духовной йоги столько же, как и о не посюсторонних плодах деятельности Вейдера: их попросту нет. И кому-то, пусть таких

людей немного, подобного результата, самого по себе впечатляющего, может и не хватить.

Традиционная же йога, представленная в значительном множестве индийских духовных традиций, притязает на заметно большее, а именно, каждая из них есть особый проект обретения трансценденции — радикального превосходства самых существенных ограничений нашего посюстороннего бренного бытия с достижением — к примеру, абсолютной безмятежной самодостаточности в вечности (*kaivalya*) согласно методам медитации школы санньясы; обретения архатства и выхода из круга перерождений, как в варианте буддизма, имеющего целью индивидуальное освобождение; или, положим, обнаружение в себе природы Шивы по методам кашмирского шиваизма. Любая из таких традиций всегда представляет собою сочетание трёх аспектов. Во-первых, это философское видение, предвосхищающая работу йога над собой картина того, к чему он стремится. Без такого видения, за которым следует должная мотивация, будущему адепту вообще было бы неясно, к чему и зачем приступать, а усилия ему предстоят длительные, объёмные и по смыслу — предельные. Во-вторых, это правила внешнего поведения йога, в частности в обществе, которые можно назвать нравственными предписаниями, а по функции в них сформулированы условия освоения йогического пути, позволяющие йогу не мешать себе, другим, свести к минимуму конфликты и по возможности свершать благие дела. И наконец, это методы медитации, то есть работы над собой: со смысловой стороны содержания сознания и с энергетической стороны управления своим состоянием; и то и другое — в видах контакта с трансценденцией и неутраты результатов этого контакта. Телесный аспект — *асаны* и дыхательные упражнения — представляют собой часть или условие самой медитации и предлагаются в традициях с весьма разной степенью подробности и обязательности.

Полноценное изучение и оценка значимости любой из духовных традиций йоги западным или российским исследователем тоже должно включать в себя три аспекта, — но, конечно, иных. Прежде всего, от него требуется филологическое мастерство. С пониманием необходимости этого, впрочем, санскритология начиналась едва ли не двести лет назад. Далее — адекватное философское понимание йогического санскритского текста, без чего передача излагаемого в нём видения и его предпосылок средствами языка перевода заведомо не удастся. Классик отечественного языкознания Л. В. Щерба иронично заметил, мол, надо быть

очень хорошим филологом, чтобы переводить тексты, которых не понимаешь. И, разумеется, при работе с философско-йогическими сочинениями никакой филологической выучки самой по себе не достаточно для успеха дела. Впервые в мировой санскритологии на существенность философского, а не филологического подхода обратил внимание русский буддолог Ф. И. Щербатской; он же дал образцы такого подхода в своих трудах. Однако и этого не будет достаточно при освоении йогических текстов. Дело в том, что они не чисто интеллектуальны, но предполагают дальнейшую практику традиции и адресованы не любым образованным и умственно изощрённым читателям, а прежде всего будущим, начинающим и продолжающим йогам. Это их назначение. При его игнорировании будет упущено главное — проект трансценденции, бывший для многих поколений представителей традиции смыслом их жизни. На окончательную важность этого аспекта обращает внимание австрийский философ и индолог Герхард Оберхаммер во введении к своей книге «Структуры йогической медитации» (1977 г.), русский перевод которой выйдет в свет в будущем году. В отличие от эмпирически настроенных англоязычных индологов и нередко подражающих им в этом, к сожалению, индийцев последних полутора веков, Оберхаммер смело и плодотворно берётся распутывать сложнейшие понятийные конструкции йогических санскритских текстов, и то, что он, по сути, предлагает исследователю хотя бы методически побыть йогом исследуемой традиции, вытекает из глубокого понимания и уважения к её философскому основанию. Да, исследователю уместно будет в какой-то мере практиковать изучаемую йогу, но не стоит забывать, что практика йоги без предварительного понимания её цели и перспектив — нечто достаточно неопределённое и неясно, куда ведущее.

Язык и стиль Оберхаммера достаточно, но уместно сложны. Упрощения, если имеешь дело с таким предметом, были бы достаточно опасны, избранный же австрийцем уровень доступности адекватен методической сложности йоги для классических индийцев и требованиям автором текстов к подготовке тогдашнего читателя. Можно надеяться, что эта публикация будет способствовать пониманию того, что есть традиционная йога и что требуется от человека, решившегося стать её адептом.

**В статье сохранена авторская орфография в отношении санскритских слов и имён.*

Опубликовано при поддержке Мегагранта Минобрнауки (VIII очередь) № 075-15-2021-603.

Из книги Герхарда Оберхаммера «Структуры йогической медитации»

Введение в тему

Если предполагается изучать йогическую медитацию с выдерживанием осознанной дистанции и следуя научной рефлексии, то сразу встаёт вопрос о возможности подобного исследования. Как могут йога и медитация стать предметом научного исследования, коль скоро обе они характеризуются тем, что принадлежат измерению внутреннего опыта? Разве неверно, что эти феномены если и можно схватить и оценить, то только в практическом осуществлении, что они доступны лишь при эксперименте исследователя над самим собой?

Понимание проблемы, на которое указывает подобное мнение, оказалось бы слишком мало дифференцированным, а указываемое решение проблемы было бы слишком простым, чтобы оказаться правильным. Уже то не стоит допускать слишком уж легко, что ситуация экспериментирования с феноменом йогической медитации, поскольку она есть полагаемый из личной ответственности экзистенциальный акт, внутренняя нацеленность которого несовместима с экспериментом, искажила бы существо медитации. А кроме того, проследивание йогической медитации, — а речь может идти только о чём-то таком — так или иначе возможно только посредством интерпретации высказываний, с помощью которых этой медитации научаются, обретают внутреннюю к ней мотивацию и выполняют последующую проверку. Таким образом встаёт ещё и предварительно сформулированный вопрос о всяком практическом выполнении, если вообще верно, что понятийная рефлексия и осуществимость речевой коммуникации духовных содержаний ссылаются друг на друга.

Мы спокойно готовы согласиться с тем, что разный индивидуально обретаемый опыт, поскольку он «затронул» испытавшего его субъекта, остаётся вне всякой возможности коммуникации и как таковой не может стать предметом над-индивидуальной научной рефлексии. Но разве с нашей точки зрения будет такой опыт иметь какое-то значения для других, не для самого субъекта? Разве не востребовано другими лишь такое значение, какое может быть воспронизведено в структурах осуществления человеческого бытия, может быть передано в коммуникации и, будучи духовной реальностью, в основе своей доступно и для своей, и для сторонней рефлексии?

Подобного рода реальностью йогическая медитация может быть, только если тот, кто ею занимается, поставил её осознанно в определённое отношение к последнему осмыслению человеческого бытия и осуществляет её как свободный и ответственный акт из цен-

тра человеческой личности и как осуществление духовной экзистенции, то есть исходя из окончательного смысла проекта экзистенции.

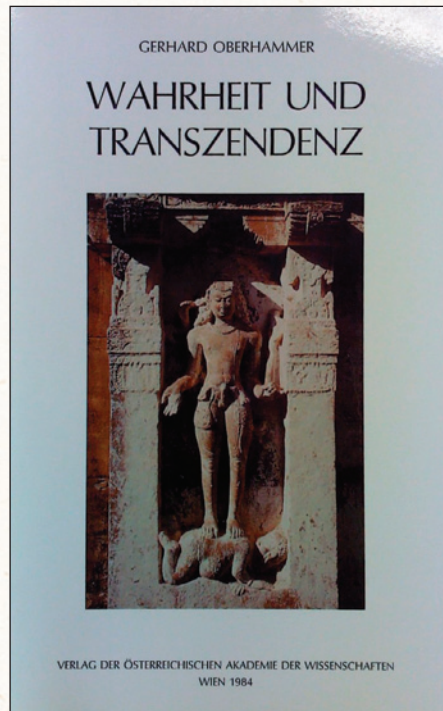
Переживание некоторой определённой психической настроенности, факт раскрытия себя подсознанию или сверхсознанию посредством выключения осознанно рефлектирующих функций, — это само по себе ещё не духовный феномен. Только толкование происходящего в психике и переживаемых при этом содержаний как смысловых, за которыми как таковыми признаётся определённая функция и обязывающий характер для осуществления своего человеческого бытия, делает их определёнными реальностями, которые определяют экзистенцию человека. Ибо только тогда они могут в ответственном решении быть утверждены и осуществлены. Лишь тогда, когда испытанное в йогической медитации (согласно заключению на основе исторических данных, речь здесь в конечном счёте идёт либо об «опыте» нехватки какого бы то ни было «опытного» содержания, или об опыте способа бытия, который трансцендентен мир-

ской экзистенции) утверждается в акте воли к прояснению и признаётся тем самым как наиболее внутренняя мотивация к йоге и медитации — скажем, переживается на опыте, как трансцендентная духовная душа (*puruṣa*) как абсолютная основа бытия (*brahma*) или как Бог Шива или Бог Вишну и, соответственно, когда происходящее в психике по ходу йогической медитации упражняют посредством этой мотивации как требуемое осуществление человеческого бытия, исход из духовной ответственности, — вот тогда йогическая медитация становится духовным феноменом.

Коль скоро это верно, то, похоже, что йогическая медитация, как духовный опыт, и при этом как опыт самого её осуществления, так и опыт содержания, появляющегося по ходу этого осуществления, становится возможна прежде всего благодаря априорному проекту самой себя, а этот проект фундаментально разворачивает это измерение истолкования и оценки. А тем самым можно далее сказать, что как духовный феномен йогическая медитация осуществляется лишь тогда, когда становится вровень с этим проектом в конкретности своего исполнения и тематизирует то, что с чем она становится вровень, посредством рефлексии или в образной форме.

Рефлектирующее истолкование, в той мере, в какой оно вступает в рамки априорного проекта, использует, со своей стороны, понятия и образы, которые сами в любом случае не были обреты из опыта, когда он становится вровень с проектом, но они проистекают из понятийно отрефлектированного или образно толкующего понимания человеческого бытия. Тематизация рефлексией или же образное выражение того, что в исполнении стало вровень с первоначальным проектом, выходит, естественно, в своей фактической конкретности за пределы «возможности» априорного проекта и нередко может указать на недостаточность включённого в проект толкования или на то, что в таком виде оно недоступно. Но и такое свидетельство, и требуемая тем самым коррекция запечатлевающей рефлексии или образного представления непременно возможны лишь в той мере, в какой удаётся развить новые понятийные или образные элементы, в которых априорный проект тематизируется как достигаемый.

Поэтому похоже, что в йогической медитации как духовном явлении имеется свой особый гештальт, который структурирован понятийно или в образной форме и тем самым может быть сообщён, что позволяет непосредственно происходящему в психике как его смысловому содержанию стать духовным



Одна из многочисленных работ Герхарда Оберхаммера «Истина и трансцендентность. Вклад в духовность Ньюи», 1984 г., Вена.

опытом. Этот духовный гештальт — не сам опыт в его непосредственности, но он — это то в опыте, благодаря чему этот опыт становится духовно значимым для субъекта опыта, то, в качестве какового о нём можно сообщить, а затем к нему могут стремиться и его осуществлять и другие.

Эти мысли стоит развить и углубить также в ином подходе. Когда речь у нас шла о последнем наделении смыслом человеческого бытия как о существенном структурном элементе духовной экзистенции, то тем самым уже предполагается, что у человека каким-то образом есть знание о трансценденции; а если верно, что человек в медитации желает добраться до этого последнего смысла на опыте, то необходимо, что эта трансценденция каким-то образом может быть дана в опыте. А будь человек словно бы слеп к трансценденции, то эту трансценденцию, то есть радикально иное по отношению к отдельным мирским вещам, да и в целом, измерение действительности он бы не мог ни знать с верой, что в ней — смысловая исполненность его человеческого бытия, и не мог бы ей по своей воле открываться, поскольку открываясь, он предоставляет ей абсолютную обязательность для своей экзистенции.

Однако как раз эта «радикальная отдача себя в распоряжение трансценденции», осуществляющаяся в колебимом доверии к приходящему к человеку из трансценденции исполнению смысла, подразумевает некий вторичный опыт трансценденции, которым исполняется порождённый человеком проект опыта, который следовало бы отличать от первичного, отрываемого только как априорное условие человеческого познания. Ведь не представляется возможным как-то отнестись к априорной возможности условия в очерченном смысле радикальной отдачи себя в распоряжение трансценденции в жизни йогина так, как она схватывается в оценке «видения трансцендентной духовной души» (*puruṣaśhyāti*) в санхье, «недвойственности» брахмана (*brahmādvaita*) в адвайта-веданте или обретения природы Шивы в кашмирском шиваизме.

Трансценденция, опыт которой дан человеку первично как условие его познания, переживается во вторичном опыте в производной форме, поскольку человек соотносится с понятиями и образными содержаниями, в которых трансценденция вследствие понятийной, языковой или образной обработки действительности тематизируется для духа человеческого. И вот в этом вторичном опыте трансценденции человек может фактически отнестись к трансценденции способом духовной экзистенции.

Поэтому представляется, что выполнение йогической медитации, если под «образным измерением» понимается и образ, и понятие, и язык в едином измерении обработки действительности, в основном соответствует процессу «разоблачения образов», поскольку в этом вторичном опыте речь идёт не о встрече на опыте с образным измерением, которое сделало этот опыт возможным, но об опыте трансценденции, которая была им тематизирована. Это «разоблачение образов» которое окончательно видится в том, что образы человек оставляет позади себя, в конечном счёте мо-

жет быть осуществлено лишь как отказ от всякой имманентной наполненности бытия, а если выразиться положительно, то как радикальная отдача себя в распоряжение трансценденции. Если сказанное выше справедливо, то основание тому можно искать в следующем: первичный опыт трансценденции как структурный элемент духовной экзистенции тематизируется только вторично, а духовная экзистенция в тот миг, когда она становится проектом как последнее осуществление смысла в таком образом данной на опыте трансценденции, необходимо должна перешагнуть образное измерение вторичного опыта и перейти к трансценденции. Остаётся верным, что трансценденция, в той мере и поскольку она даётся вторичным образом, есть определяющее для свершения человеческого бытия, а тем самым и для свершения медитации как духовная реальность, образное же измерение, в котором трансценденция становится вторично доступа опыту, превосходит в радикальном дистанцировании от того, что было им пробуждено. Это означает, что радикальная отдача себя в распоряжение экзистенции более не актуализируется в опосредованном образном измерении, но оно должно в доверии к тематизированной во вторичном опыте трансценденции удержано лишь интенционально, как бы вслепую. Сказать больше нам не позволяют исторические результаты исследованных форм медитации.

Если выше шла речь только о духовном содержании йогической медитации как того, что духовно релевантно в опыте такой медитации и, соответственно, о том, что об этом опыте поддаётся сообщению, то теперь можно пойти дальше и разъяснить этот духовный гештальт в его специфической многослойности. Как только что было сказано, в этот духовный гештальт входит не только тот содержательно определённый вторичный опыт, но также и полученный благодаря этому вторичному опыту проект понимания человеческого бытия, поскольку в этом понимании даны функция и смысл медитации; а тем самым также и опыт проведения медитации, через который этот проект реализуется.

Но разве не необходимо для того, чтобы схватить наиболее внутреннее содержимое такого духовного гештальта в его истолковании и смысловом содержимом опыта, также и лично осуществить тот опыт, до которого в нём добиваются? Если припомнить то, что было предварительно сказано о непередаваемости непосредственных феноменов переживания и о характерном измерении духовного опыта, то не похоже, чтобы это было необходимо по крайней мере применительно к со-

держанию йогической медитации. Ведь и для самого медитирующего это содержание называется только истолкованным в понятиях или образах духовным опытом, а потому должно быть возможно схватить его через это истолкование. Тогда проблема свелась бы к привычному кругу интерпретаций, известному в интерпретациях речевых высказываний. Но вот с самим проведением медитации дело обстоит иначе, а ведь оно есть элемент духовного гештальта йогического опыта, ибо оно получает своё собственное смысловое истолкование от того, что в нём испытывается на опыте. То есть, чтобы быть в состоянии познать его в его характеристической форме и подвергнуть научной рефлексии, придётся иметь опыт такого выполнения. Ибо выполнение медитации не исчерпывается своим смысловым истолкованием, но, в том числе и будучи духовным феноменом, определяется личным фактическим процессом обретения опыта.

Но когда мы говорим о необходимости подобного опыта, то речь не идёт не о таком опыте, какой, возможно, иному человеку и вовсе никогда не был доступен, как например опыт восприятия цветов слепорождённым, — здесь же в конечном счёте достижимый для каждого человека опыт его личного духовного измерения, встреча воочию со своим человеческим бытием и нуждой в смысле, а потому фундаментально невозможно, чтобы человек не имел такого опыта по меньшей мере как измерения своего понимания.

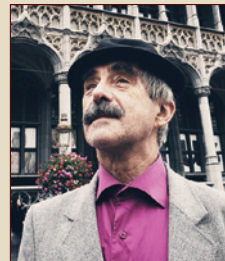
Как раз благодаря учёту представленной в текстах формы медитативного процесса как духовного опыта — а имеется он только в таком качестве, но не как протокол некоей батареи психологических тестов — в своём личном, философском и научном рефлектирующем измерении духа становится возможным восстановить для человека понимание йогической медитации. Философская рефлексия медитативного процесса, когда его становится возможным схватить в попятном движении мысли и заложить фундамент его понимания, сообразный самой проблеме, проливает также и свет на духовное измерение йогической медитации, и она на пути такого очеловечения феномена становится в своей исторической форме общечеловеческой и прозрачной.

Перевод А. В. Парибка выполнен при поддержке гранта РФФИ, Проект № 20-011-00479 «Трансцендентальная герменевтика Г. Оберхаммера в истории европейской и индийской философии».

Опубликовано при поддержке Мегагранта Минобрнауки (VIII очередь) № 075-15-2021-603.

ОБ АВТОРЕ ПЕРЕВОДА

Андрей Всеволодович Парибок — советский и российский востоковед, специалист по языкам и философской традиции Древней Индии. Кандидат филологических наук, старший научный сотрудник Центра исследования философии и культуры Индии «Пурушоттама» Российского университета дружбы народов (РУДН). Имеет более пятидесяти публикаций, в числе которых работы по индийской философии и лингвистике, буддологии, культурологии, переводы с пали, французского, немецкого, санскрита. Один из авторов «Большой Российской энциклопедии».





ТАМИЛИСТИКА

Гимн Аппара о частях тела

Н.В. Гордийчук

В VI-VIII веках в Южной Индии активно распространяется культ Шивы, идет строительство храмов, и возникает целый корпус шиваитской религиозной поэзии на тамильском языке. Одним из самых ярких поэтов того времени стал некто по прозвищу Аппар, что означает «отец». Вернее, это лишь одно из его имен и прозвищ, хотя и самое известное. При рождении же мальчика нарекли именем Марульникийяр, то есть «устраняющий невежество». Мальчик рано осиротел и воспитывался своей старшей сестрой, ревностной шиваиткой Тилагавади. Но сам он в отрочестве обратился в джайнизм и принял имя Тарумасенар (Дхармасена), «воитель дхармы». Он даже успел стать главой джайнского монастыря, однако внезапная болезнь и чудесное исцеление с помощью священного пепла и *панчакишара*-мантры, вернули его к шиваизму. С тех пор он стал ревностным бхактом и прославился своими гимнами Шиве. За это его прозвали Тирунавуккарасар, что буквально значит «царь священного языка», т.е. царь поэзии. Однажды Тирунавуккарасар услышал о другом шиваитском поэте-вундеркинде Тирунасамбандаре и пришел к нему в его деревню Сиркажи. Юный Самбандар стал почтительно называть старшего друга Аппаром (отцом), и это прозвище так за ним и закрепилось. Поэты стали совместно совершать паломничество по священным местам и сочинять свои гимны, посвященные Шиве (по-тамильски *падигама*).

Творческое наследие Аппара огромно – сохранилось 313 гимнов (более 3000 строф), которые составили с 4 по 7 книги священного шиваитского канона «Паннируттирумурей» («Двенадцать священных книг»). Аппар почитается как один из 63 тамильских шиваитских святых *найнаров* и входит в число трех наиболее авторитетных религиозных поэтов, чьи книги гимнографический корпус «Деварам» (наряду с Тирунасамбандаром и Сундараром).

Падигам №9 из четвертой книги «Паннируттирумурей» интересен своей структурой. Поэт последовательно обращается к частям своего тела – голове, глазам, ушам, носу, рту, сердцу, рукам, ногам. Каждой части тела он определяет свой способ послужить Шиве. Так, например, голова должна перед ним склониться, глаза – смотреть на него, а рот – воспевать. Тело бхакта по частям и целиком подчинено необходимости служения богу, и не имеет никакой иной ценности. В то же время в тексте *падигама* присутству-

ет и божественное тело Шивы – вызывающее восхищение и описанное через перечисление его иконографических признаков («чье горло выпило яд океана») и сравнения («тело как красный коралл и пламя»). В отличие от тела бхакта, божественное тело воспринимается визуально, это готовый образ для медитативного созерцания. Стоит отметить, что два тела в тексте тесно связаны между собой. Разберем коротко мастерскую и, к сожалению, практически непере译имую первую строфу падигама. По-тамильски она звучит так:

talaiyē nīvaṇāṅkāy talai
mālai talaikkāṇintu
talaiyā lēpali tērun talaivaṇait
talaiyē nīvaṇāṅkāy

Корень *talai* («голова») повторяется в строфе целых шесть раз. Сначала это обращение к собственной голове: *talaiyē nīvaṇāṅkāy* («голова, ты поклонись»). Шива в этой строфе обозначен словом *talaivaṇ*, т.е. тот, кто находится во главе (ср. русское «глава», «главарь», «главный»). Но это еще и «владыка голов», что подчеркивается в описании – «на голову» он надел «гирлянду из голов» (*talai mālai*), т.е. ожерелье из черепов (санскр. *muṇḍamālā*), которое является частым элементом иконографии Бхайравы. А другой череп он использует в качестве чаши для сбора подаяния (*talaiyālē pali tērum*), что является атрибутом Шивы в образе бродячего аскета (санскр. *bhikṣāṭaṇa*). Таким образом, голова должна поклониться не просто Шиве, а «владыке голов», и поэт намекает, что голова может послужить Шиве и в качестве черепа – в гирлянде, или как *капала* для сбор подаяний.

Примечания к переводу

¹ Имеется в виду сюжет о том, как Шива выпил яд *халахала*, появившийся во время пахтанья Молочного океана дэвами и асурами, стремившимися получить таким образом напиток бессмертия амриту.

² Образ восьмирукого Шивы Натараджи (царя танца) часто встречается и в поэтических описаниях, и в ранней скульптуре Южной Индии, хотя более классическим считается изображение с четырьмя руками.

³ Т.е. имеющий третий глаз на лбу.

⁴ Шкура слона отсылает к сюжету об убийстве Шивой асуры, явившегося в форме слона (*gajasamhara*). Этот сюжет широко распространен также в храмовой скульптуре периода Паллавов и Чолов.

⁵ Пей – демонические существа, питающиеся телами умерших и часто обитающие в местах кремации трупов.

⁶ Джата – прическа из завязанных в пучок спутанных прядей волос. Характерна для индийских аскетов. Является атрибутом иконографии Шивы.

⁷ Т.е. супруга Парвати, которая была дочерью горы Хималайя.

⁸ Кондрей (там. *konḡai*, лат. *Cassia fistula*) – кассия трубчатая. Крупное дерево высотой до 20 м, с яркими желтыми цветами. Цветы кондрея считаются одним из символов Шивы и активно используются в ритуальной практике.

⁹ *Parameśvara* – имя Шивы, букв. «наивысший».

¹⁰ Ритуальный обход вокруг храма или иного священного объекта. Осуществляется по часовой стрелке.

¹¹ Тамиллизированная форма имени Хара (*hara*).

¹² Город в современном штате Карнатака. Один из древних центров шиваизма в Южной Индии.

¹³ Гопура – многоярусная башня в индуистском храме.

¹⁴ Кутралам – деревня в горах Западные Гхаты, на территории современного штата Тамилнаду (на границе с Кералой). Знаменита своим храмом Шивы Натараджи.

¹⁵ Ишан – тамиллизированная форма имени Иша (*īśa*).

¹⁶ Атрибут Шивы Натараджи.

¹⁷ Аллюзия на историю об огненном лингаме, конец и начало которого не могли отыскать Вишну и Брахма.

ОБ АВТОРЕ

Гордийчук Николай Валентинович – выпускник ИСАА МГУ, специальность индийская филология. Индолог, переводчик, преподаватель тамильского языка. Ведущий семинара «Классическая тамильская литература». Научный сотрудник Института востоковедения РАН.

Email: jayankondar@gmail.com.



தலையே நீவணங்காய் தலை
மாலை தலைக்கணிந்து
தலையா லேபலி தேருந் தலைவனைத்
தலையே நீவணங்காய்

கண்காள் காண்மின்களோ கடல்
நஞ்சுண்ட கண்டன்றன்னை
எண்டோ ள் வீசிநின் றாடும் பிரான்றன்னைக்
கண்காள் காண்மின்களோ

செவிகாள் கேண்மின்களோ சிவன்
எம்மிறை செம்பவள
எரிபோல் மேனிப்பி ரான்றிறம் எப்போதுஞ்
செவிகள் கேண்மின்களோ

மூக்கே நீமுரலாய் முது
காடுறை முக்கண்ணை
வாக்கே நோக்கிய மங்கை மணாளனை
மூக்கே நீமுரலாய்

வாயே வாழ்த்துகண்டாய் மத
யானை யுரிபோர்த்துப்
பேய்வாழ் காட்டகத் தாடும் பிரான்றன்னை
வாயே வாழ்த்துகண்டாய்

நெஞ்சே நீநினையாய் நிமிர்
புன்சடை நின்மலனை
மஞ்சா டும்மலை மங்கை மணாளனை
நெஞ்சே நீநினையாய்

Склонись, голова!
Перед Богом,
надевшим
ожерелье из черепов
и в череп
собирающим подаяние,
склонись, голова!

Смотрите, глаза!
На Бога, чье горло
выпило яд океана¹,
на Господа, чьи восемь рук
простираются
в вечном танце²,
смотрите, глаза!

Слушайте, уши!
О нашем Владыке,
о Шиве,
о красоте бога,
чье тело
как красный коралл и пламя.
Вечно слушайте, уши!

Сопи, мой нос!
О Трехглазом³,
живущем в древнем лесу,
муже Богини,
которая слушает его речь,
сопи, мой нос!

Славь, мой рот!
Бога, надевшего шкуру
обезумевшего слона⁴
и танцующего
на месте кремации,
где демоны *пей*⁵ обитают,
славь, мой рот!

Помни, сердце!
О Безупречном
с высокой *джатой*⁶,
о супруге
дочки горы⁷,
тучами окруженной,
помни, сердце!

கைகாள் கூப்பித்தொழீர் கடி
மாமலர் தூவிநின்று
பைவாய்ப் பாம்பரை யார்த்த பரமனைக்
கைகள் கூப்பித்தொழீர்

ஆக்கை யாற்பயனென் அரன்
கோயில் வலம்வந்து
பூக்கை யாலட்டிப் போற்றி யென்னாதவिव்
வாக்கை யாற்பயனென்

கால்க ளாற்பயனென் கறைக்
கண்ட னுறைகோயில்
கோலக் கோபுரக் கோகர ணஞ்சூழாக்
கால்க ளாற்பயனென்

உற்றா ராருளரோ உயிர்
கொண்டு போம்பொழுது
குற்றா லத்துறை கூத்தனல் லால்நமக்
குற்றார் ஆருளரோ

இறுமாந் திருப்பன்கொலோ ஈசன்
பல்கணத் தெண்ணப்பட்டுச்
சிறுமா னேந்திதன் சேவடிக் கீழ்ச்சென்றங்
கிறுமாந் திருப்பன்கொலோ

தேடிக் கண்டுகொண்டேன் திரு
மாலொடு நான்முகனுந்
தேடித் தேடொணாத் தேவனை என்னுளே
தேடிக் கண்டுகொண்டேன்

Приветствуйте, руки!
Рассыпайте душистые
цветы *кондрея*⁸
и Парамана⁹,
что повязал на пояс
кобру с раскрытым капюшоном,
приветствуйте, руки!

Что пользы от тела?
Если не совершает *прадакшину*¹⁰
вокруг храма Арана¹¹,
если не разбрасывает цветы,
если не поет хвалу,
что пользы от тела?

Что пользы от ног?
Если в смертный час
не будут ходить они
вокруг храма в Гокарне¹²
с красивыми гопурами¹³,
что пользы от ног?

Есть ли близкие у нас?
Кроме танцора,
живущего в Кутраламе¹⁴,
в смертный час
разве есть
у нас близкие?

Неужели познаю блаженство
и зачислят меня
в многолюдную свиту Ишана¹⁵,
и приду под стопу Того,
кто держит в руке
маленькую антилопу¹⁶?
Неужели познаю блаженство?

Искал я и нашел!
Того Бога, которого искали
Вишну-Тирумаль
и четырехликий Брахма,
но не могли найти¹⁷ –
внутри себя я нашел!



Урок 3

Отображение гласных звуков после согласных

Н. В. Гордийчук

Гласные звуки, следующие после согласных, обозначаются на письме с помощью дополнительных элементов (огласовок), добавляемых к букве, которая обозначает согласный. Гласные /i/, /ī/, /u/, /ū/ передаются на письме с помощью графических элементов, присоединяемых непосредственно к букве, обозначающей согласный звук (см. урок 5). Остальные гласные пишутся отдельно: знаки огласовки ставятся слева (/e/, /ē/, /ai/), справа (/ā/) или с обеих сторон от согласного (/o/, /ō/, /au/). Гласный /a/ после согласных обозначается просто отсутствием точки над соответствующей буквой.

Написание огласовок

Фонема /ā/ после согласных обозначается с помощью специального элемента справа от согласного: கா /kā/, சா /cā/, டா /ṭā/, தா /ṭā/ и т.д.

கா

Огласовка /e/ пишется слева от согласного: கெ /ke/, செ /ce/, டெ /ṭe/, தெ /te/ и т.д.

கெ

Аналогично /ē/: கே /kē/, சே /cē/, டே /ṭē/, தே /tē/ и т.д.

கே

Аналогично дифтонг /ai/: கை /kai/, சை /cai/, தை /tai/ и т.д.

கை

Фонема /o/ обозначается с помощью двух элементов: слева от согласного ставится знак огласовки /e/, а справа знак огласовки /ā/: கொ /ko/, சொ /co/, டொ /ṭo/, தொ /to/.

கொ

Фонема /ō/ обозначается аналогичным образом, но слева от согласного стоит огласовка /ē/: கோ /kō/, சோ /cō/, தோ /tō/ и т.д.

கோ

Дифтонг /au/ передается с помощью огласовки /e/ слева, и элемента тождественного графическому слогу /la/ справа от согласного: கௌ /kau/, சௌ /cau/, டௌ /ṭau/, தௌ /tau/ и т.д

கௌ

Фонемы /i/, /ī/, /u/, /ū/ обозначаются графическими элементами, присоединяемыми непосредственно к буквам, передающим согласные.

Фонема /i/ после согласных обозначается в виде небольшой дуги, переходящей в вертикальную линию, которая спускается вниз до уровня строки. В графическом элементе, обозначающем /ī/, дуга сразу переходит в небольшую петельку и не спускается

вниз. Элементы огласовок /i/ и /ī/ могут начинаться в верхней левой точке буквы:

/i/	கி /ki/	சி /ci/	தி /ti/
/ī/	கீ /kī/	சீ /cī/	தீ /tī/

В большинстве графических сочетаний эти элементы начинаются в правой верхней точке буквы:

/i/	நி /ni/	ளி /li/	ணி /ṇi/	நி /ni/	பி /pi/	யி /yi/	ரி /ri/	லி /li/	வி /vi/	ளி /ḷi/	னி /ṇi/
/ī/	நீ /nī/	ளீ /lī/	ணீ /ṇī/	நீ /nī/	பீ /pī/	யீ /yī/	ரீ /rī/	லீ /lī/	வீ /vī/	ளீ /ḷī/	னீ /ṇī/

Также графические элементы /i/ и /ī/ могут начинаться в вершине округлого элементы буквы.

/i/	மி /mi/	ழி /ḷi/	றி /ṛi/
/ī/	மீ /mī/	ழீ /ḷī/	றீ /ṛī/

Исключение составляет «графический слог» டி /ṭi/, в котором дополнительный элемент начинается в правом нижнем углу, выглядит иначе и спускается ниже уровня строки. В сочетании /ṭī/ знак огласовки также выходит из правого нижнего угла буквы.

டி /ṭi/

டீ /ṭī/

Согласные в сочетании с кратким /u/ и долгим /ū/ по способу написания можно разделить на три группы. Первая группа присоединяет округлый элемент уходящий вверх (/u/) и добавляет к нему маленькую петлю на конце при присоединении (/ū/) – за исключением сочетания /kū/:

/u/	கு /ku/	மு /mu/	ரு /ru/	ழு /ḷu/	ளு /ḷu/	டு /ṭu/
/ū/	கூ /kū/	மூ /mū/	ரூ /rū/	ழூ /ḷū/	ளூ /ḷū/	டூ /ṭū/

Вторая группа добавляет дополнительный элемент /u/ в виде короткой вертикальной линии снизу, к которому при присоединении /ū/ добавляется еще один элемент ниже уровня строки:

/u/	நு /ṇu/	சு /cu/	பு /pu/	யு /yu/	வு /vu/
/ū/	நூ /ṇū/	சூ /cū/	பூ /pū/	யூ /yū/	வூ /vū/



Третья группа для присоединения /u/ добавляет элемент, состоящий из петли ниже уровня строки и вертикальной линии справа, а для обозначения /ū/ справа добавляется еще один дополнительный элемент, состоящий из короткой горизонтальной и длинной вертикальной линии:

/u/	நு /ṇu/	ணு /ṇu/	து /tu/	நு /nu/	லு /lu/	று /ṛu/	லு /ḷu/
/ū/	நூ /ṇū/	ணூ /ṇū/	தூ /tū/	நூ /nū/	லூ /lū/	றூ /ṛū/	லூ /ḷū/

УПРАЖНЕНИЯ

Упражнение 1. Напишите букву க் в сочетании с гласными и выучите написание «графических слогов»:

க _____

கா _____

கெ _____

கே _____

கொ _____

கோ _____

கை _____

கௌ _____

Упражнение 2. Напишите каждую букву, обозначающую согласный звук, в сочетании с гласными /a/, /ā/, /e/, /ē/, /o/, /ō/, /ai/ и /au/.

Образец: ப, பா, பெ, பே, பொ, போ, பை, பெள

Упражнение 3. Прочитайте группы слов:

கல் – கால்

செய் – சேய்

பொய் – போய்

பல் – பால்

மெய் – மேய்

பொன் – போன்

வல் – வால்

தென் – தேன்

கொள் – கோள்

படம் – பாடம்

பெண் – பேண்

கொல் – கோல்

பதம் – பாதம்

தெள் – தேள்

தொல் – தோல்

மலை – மாலை

வெல் – வேல்

சொல் – சோல்

செல் – சொல்

பேய் – போய்

பெய் – பொய்

பேர் – போர்

நெய் – நொய்

சேர் – சோர்

மெய் – மொய்

சேலை – சோலை

தெல் – தொல்

கேள் – கோள்

தெய் – தொய்

தேள் – தோள்

Упражнение 4. Напишите по половине строки каждый «графический слог»:

கி _____ கீ _____

கு _____ கூ _____

நி _____ நீ _____

நு _____ நூ _____

சி _____ சீ _____

சு _____ சூ _____

ளி _____ லீ _____

லு _____ லூ _____

டி _____ டீ _____

டு _____ டூ _____

ணி _____ ணீ _____

ணு _____ ணூ _____

தி _____ தீ _____

து _____ தூ _____

நி _____ நீ _____

நு _____ நூ _____

பி _____ பீ _____

பு _____ பூ _____

மி _____ மீ _____

மு _____ மூ _____

யி _____ யீ _____

யு _____ யூ _____

ரி _____ ரீ _____

ரு _____ ரூ _____



லி _____	லீ _____
லு _____	லூ _____
வி _____	வீ _____
வ _____	வூ _____
ழி _____	ழீ _____
ழு _____	ழூ _____
ளி _____	லீ _____
ளு _____	லூ _____
றி _____	ரீ _____
று _____	ரூ _____
னி _____	னீ _____
னு _____	னூ _____

Упражнение 5. Прочитайте группы слов:

குடை – கூடை	நடு – நட்டு
வேலை – வேளை	புனை – பூனை
முகம் – முகாம்	சந்தை – சண்டை
சுகம் – சூகம்	படு – பாடு
கதை – கடை	மின் – மீன்
மலை – மாலை	நான் – நாண்
குலம் – கூலம்	கை – காய்
மான் – மாண்	குளம் – கூளம்
பை – பாய்	தீ – டீ
விடு – வீடு	கெடு – கேடு
தலை – தளை	சினம் – சீனம்
கொள் – கோள்	பத்து – பட்டு
விழி – வீழி	கொல் – கோல்
காது – காடு	சுகம் – சூகம்
தொல் – தோல்	புலி – புளி

Упражнение 6. Прочитайте слова:

காலை, மாலை, பெண், வேலை, சேவை, பெயர், பார்வை, கார், கவலை, வகை, வரை, நெய், சேவல், மழலை, தேவை, தாகம், தாய், தந்தை, அம்மா, அப்பா, அக்கா, தங்கை, தாத்தா, பேரன், மலை, வலை, பறவை, கலை, இசை, தாளம், மாணவன், கெட்ட, அழகான, வேகமான, கை, பை, நாய், மேசை, யானை, நான், பாடம், தோட்டம், மௌனம், பார், செய், வை, யார், வெளவால், கால், காலம், வடை, தோசை, சென்னை, இலங்கை, யாழ்ப்பாணம், வாரம், மாதம், வாசல், பேனா, கோப்பை, தேங்காய், மாம்பழம், வாழைப்பழம், மாணவி, ஆசிரியர், வைத்தியர், மருந்து, பெரிய, சிறிய, மிருகம், பூனை, அலுமாரி, குதிரை, நீ, கிணறு, வீடு, நாடு, ஆறு, காடு, பசு, புத்தகம், பத்திரிகை, கடிதம், தண்ணீர், சாவி, வேண்டும், கடிகாரம், கண்ணாடி, துவலை, தூங்கு, குடிசை, கணினி, குழந்தை, குயில், காப்பி, மீண்டும், கொண்டுவா, கரடி, பன்றி, நன்றி, அறிமுகம்

Упражнение 7. Запишите тамильским письмом:

ammā, kai, kāl, vaṭai, peṇ, cēvai, nāy, mēcai, tēnkāy, vauvāl, kāval, peyar, yāṇai, tōcai, māmpaḷam, vēlai, pārvaṭi, kār, vāḷaippaḷam, ceṇṇai, ilaṅkai, yāḷppāṇam, kuḷantai, maṇaivī, kātu, cuṇṭeli, mikavum, appōtu, kuṭumpam.

Упражнение 8. Перепишите и выучите слова:

அம்மா	மாமா
அப்பா	பாபா
அக்கா	சாசா
தங்கை	சாசா



தாத்தா	дедушка
பேரன்	внук
பழைய	старый
புதிய	новый
தோட்டம்	сад
காடு	лес
வீடு	дом
நாடு	страна
நல்ல	хороший
கெட்ட	плохой
பெரிய	большой
சிறிய(சின்ன)	маленький
கை	рука
கால்	нога
நாய்	собака
பூனை	кошка
மாணவன்	студент
மாணவி	студентка
மேசை	стол
வேலை	работа
காலை	утро
மாலை	вечер
பறவை	птица
குதிரை	лошадь
புத்தகம்	книга
பூ	цветок

Упражнение 9. Прочитайте и переведите словосочетания:

பழைய மரம்	எங்கள் அம்மா
உங்கள் அப்பா	நல்ல பழம்
பழைய படம்	பழைய நண்பன்
கெட்ட பழம்	என் பேரன்

அவர்கள் தாத்தா	நல்ல நண்பன்
நல்ல தோட்டம்	உன் நாய்
நல்ல பறவை	இந்த மாணவன்
உன் நண்பன்	என் தோட்டம்
நல்ல நாய்	கெட்ட படம்
எங்கள் மகள்	உங்கள் மகன்
நல்ல ஊர்	உன் தங்கை
உங்கள் அக்கா	காலை வணக்கம்
மாலை வணக்கம்	இந்த வேலை
உன் கை	நல்ல மாணவன்
கெட்ட வேலை	இந்த மேசை
பெரிய நாடு	புதிய மாணவன்
நல்ல மாணவி	பழைய வீடு
என் நாடு	புதிய புத்தகம்
நல்ல குதிரை	என் புதிய பூனை
சின்ன பூனை	உன் பெரிய நாய்
சின்ன ஊர்	உன் காடு
கெட்ட மாணவி	பெரிய வீடு
நல்ல வீடு	பெரிய குதிரை
சிறிய நாய்	பெரிய காடு
கெட்ட வீடு	நல்ல புத்தகம்
சிறிய மகள்	அந்தநல்ல பூ
சிறிய மகன்	சிறிய பூ

ОБ АВТОРЕ

Гордийчук Николай Валентинович – выпускник ИСАА МГУ, специальность индийская филология. Индолог, переводчик, преподаватель тамильского языка. Ведущий семинара «Классическая тамильская литература». Научный сотрудник Института востоковедения РАН.
Email: jayankondar@gmail.com.





Урок 6

Правила сандхи (продолжение)

व्यञ्जनसन्धिः vyañjana-sandhiḥ

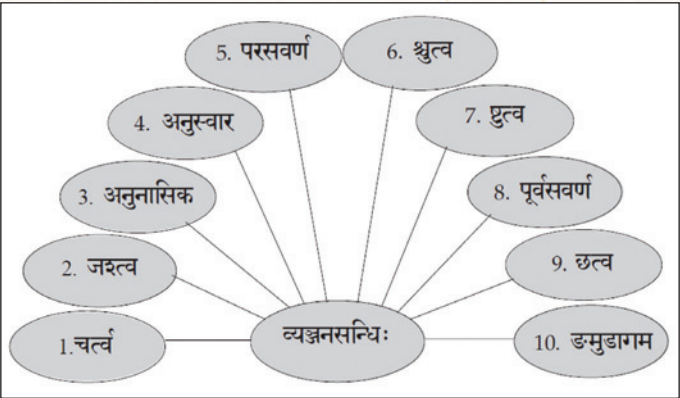
С.В. ЛОБАНОВ

Сандхи согласных (vyañjana-sandhiḥ, или hal-sandhiḥ)

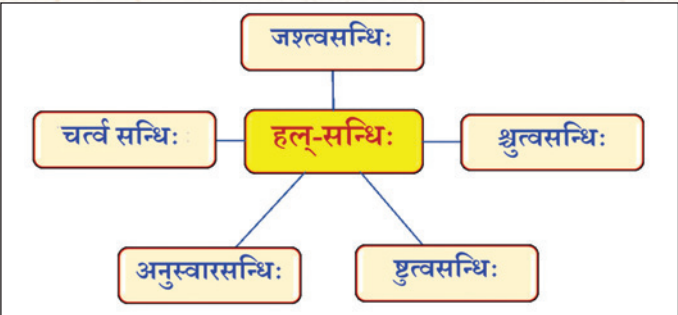
В традиционной санскритской грамматической традиции (vyākaraṇa) соединение двух согласных звуков на стыке (сандхи) слов (или отдельных составных частей слова либо словосочетания), при котором происходит фонетическое изменение этих согласных, а также фонетическое изменение согласного перед гласным обозначается терминами vyañjana-sandhiḥ и hal-sandhiḥ. В ряде случаев также изменяется согласный в абсолютном исходе, когда за ним не следует никакого другого звука.

Для лучшего запоминания правил сандхи согласных вспомним, что все согласные (व्यञ्जनानि vyañjanāni) в санскрите бывают «твёрдые» (कठोर kaṭhōra или खर khara) и «мягкие» (मृदु mṛdu). К первым относятся согласные: क, ख, च, छ, ट, ठ, त, थ, प, फ, श, ष и स. Остальные согласные, т.е. ग, घ, ङ, ज, झ, ञ, ड, ढ, ण, द, ध, न, ब, भ, म, य, र, ल, व и ह्, относятся к категории «мягких».

В зависимости от формулируемых основных правил сандхи согласных индийская грамматическая традиция и связанная с ней система обучения группируют и именуют эти правила определённым образом. Поэтому группы описываемых правил могут быть как расширенными, так и сравнительно компактными. В приведённых ниже двух схемах можем видеть пример расширенной и компактной моделей рассмотрения основных правил сандхи согласных с характерными для них традиционными названиями, восходящими к терминологии Панини.



Более компактная схема группирования правил сандхи согласных:



Рассмотрим правила и примеры основных сандхи согласных в соответствии с первой из двух этих схем.

I. चर्त्तव्सन्धिः cartva-sandhiḥ

Данное правило опирается на сутру Панини «खरि च» (8.4.55) и заключается в том, что согласные, за исключением носовых и полугласных, замещаются первым звуком своей वर्ग (группы согласных, занимающей определённое место в алфавите в соответствии со способом звукообразования), т.е. звуками क् k, च् c, ट् t, त् t и प् p, если за ними следует «твёрдый» (khara) звук. Например:

विपद् + कालः → विपत्कालः

vipāḍ + kālaḥ → vipātkālaḥ

Неудачное (vipāḍ) время (kālaḥ).

В данном случае за звуком ḍ следует «твёрдый» звук k, следовательно, в соответствии с правилом, ḍ замещается звуком t, первым звуком та-वर्ग, к которой относится ḍ.

Другие примеры применения данного правила:

विराड् + पुरुषः → विरादुरुषः

virāḍ + puruṣaḥ → virāṭpuruṣaḥ

सद् + कारः → सत्कारः

sad + kāraḥ → satkāraḥ

सुहृद् + क्रीडति → सुहृत्क्रीडति

suhṛḍ + krīḍati → suhṛt krīḍati

दिग् + पालः → दिक्पालः

dig + pālaḥ → dikpālaḥ



II. जश्त्वसन्धिः jaśtva-sandhiḥ

Согласные, за исключением носовых, в конце слов, за которыми следует гласный или «мягкий» согласный, замещаются третьим согласным своей वर्ग. Например:

वाक् + देवी → वाग्देवी

vāk + devī → vāgdevī

Богиня (devī) речи (vāk).

Другие примеры применения данного правила:

dik + gajaḥ → diggajaḥ

ac + antaḥ → ajantaḥ

jagat + īśaḥ → jagadīśaḥ

prāk + eva → prāgeva

parivrāṭ + vadati → parivrāḍvadati

ap + ghaṭaḥ → abghaṭaḥ

dik + ambara → digambarah

वाक् + ईशः = वागीशः	अच्+अन्तः = अजन्तः
षट्+आननः = षडाननः	सुप् + अन्तः = सुबन्तः
जगत् + ईशः = जगदीशः	वाक् + दानम् = वाग्दानम्
सम्राट् + गच्छति = सम्राड्गच्छति	

III. अनुनासिकसन्धिः anunāsika-sandhiḥ

Если слово оканчивается на согласный, отличный от ह्, и за ним следует носовой, то первый звук в подобном «стыке» может заменяться носовым его वर्ग. Например:

एतद् + मुरारिः → एतन्मुरारिः или एतद्भुरारिः

etad + Murāriḥ → etan Murāriḥ или etad Murāriḥ

Этот (etad) Мурари («Враг (ari) [демона] Муры», эпитет Кришны).

Другие примеры применения данного правила:

ṣaṭ + māsāḥ → ṣanmāsāḥ / ṣaṭmāsāḥ

jagat + nāthaḥ → jagannātha / jagatnāthaḥ

prāk + mukham → prānmukham / prākmukham

sad + matiḥ → sanmatiḥ / sadmatiḥ

Однако если конечный согласный словоформы сопровождается суффиксами -maya или -mātra, изменение этого согласного в носовой является обязательным. Примеры:

cit + mayam → cinmaya

tat + mātṛam → tanmātṛam

IV. अनुस्वारसन्धिः anusvāra-sandhiḥ

а) Если за звуком म् m следует любой отличный от него согласный, то он заменяется на анусвару. Но перед губными замена его на анусвару опциональна. Примеры:

महादेविम् + वन्दे → महादेवीं वन्दे

Mahādevīm + vande → Mahādevīm vande

Великой Богине (Mahādevīm) поклоняюсь (vande).

रामम् + भजामि → रामं भजामि или रामम्भजामि

Rāmam + bhajāmi → Rāmaṁ bhajāmi или Rāmam bhajāmi

Славлю (bhajāmi) Раму (Rāmam).

नगरम् + गच्छति = नगरं गच्छति	धर्मम् + चर = धर्मं चर
------------------------------	------------------------

б) Если за звуками म् m и न् n внутри слова следует согласный (кроме носовых, полугласных и ह् h), то они изменяются в анусвару. Примеры:

yaśān + -si → yaśāmsi

sam + sāraḥ → samśāraḥ

V. परसवर्णसन्धिः parasavarṇa-sandhiḥ

а) Когда звуки म् m и न् n внутри слова изменяются по правилам в анусвару, за которой следует любой согласный кроме श् ś, ष् ṣ, स् s и ह् h, то म् m и न् n заменяются носовым वर्ग этого согласного. Например:

aṁ + kiṭaḥ → aṅkiṭaḥ

maṁ + diram → maṇdiram

kuṁ + ṭhiṭaḥ → kuṇṭhiṭaḥ

śāṁ + taḥ → śāṇtaḥ

guṁ + phitaḥ → guṁphitaḥ

б) Конечный носовой слова опционально изменяется в анусвару, если следующее за ним слово начинается с любого согласного. Например:

tvaṁ + karoṣi → tvaṇ karoṣi или tvaṁ karoṣi

tṛṇaṁ + carati → tṛṇaṇ carati или tṛṇaṁ carati

grāmaṁ + gacchati → grāmaṇ gacchati или grāmaṁ gacchati

в) Если за согласным та-वर्ग (группы зубных согласных, начинающихся с त् t) следует ल् l, то этот согласный изменяется в ल् l. Примеры:

tat + līnaḥ → tallīnaḥ

ud + lekhaḥ → ullekhaḥ

jagat + lakṣmī → jagallakṣmī

vilasat + laṅkā → vilasallaṅkā

उत् + लासः = उल्लासः	तत् + लेखनी = तल्लेखनी
----------------------	------------------------

VI. श्रुत्वसन्धिः ścutva-sandhiḥ

а) Когда за स् s следуют श् ś или согласные ча-वर्ग (т.е. согласные, начинающиеся с च् c), то स् s изменяется в श् ś. Например:

Rāmas + śete → Rāmaśśete

manas + cañcalam → manaścañcalam

कस् + चित् = कश्चित्

स त थ द ध न		+		श च छ ज झ ञ
श च छ ज झ ञ				

б) Если за согласным та-वर्ग (группы зубных согласных, начинающихся с त् t) следует श् ś или согласные ча-वर्ग (т.е. согласные,



начинающиеся с च् c), то согласный *ma-vargi* изменяется в соответствующий согласный *cha-vargi*. Примеры:

sat + cit → saccit

mahat + cakram → mahaccakram

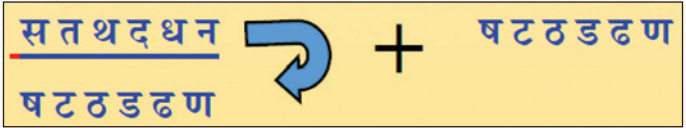
bṛhat + chatram → bṛhacchatram

VII. ष्टुत्वसन्धिः ṣṭutva-sandhiḥ

а) Если за स् s следуют ष् ṣ или согласные *vargi*, начинающейся с द् ḍ, то स् s изменяется в ष् ṣ. Например:

Rāmas + śaṣṭhaḥ → Rāmaṣṣaṣṭhaḥ

dhanus + ṭaṅkārah → dhanuṣṭaṅkārah



मनस् + टीकते = मनष्टीकते

б) Если за согласным *ma-vargi* (группы зубных согласных, начинающихся с त् t), следуют нёбные согласные *vargi*, начинающейся с द् ḍ, то зубный согласный изменяется в соответствующий согласный группы нёбных. Примеры:

mahad + ḍiṇḍimaha → mahadḍiṇḍimaha

तत् + टीका = तट्टीका

tat + ṭikā → taṭṭikā

cakrin + dhaukase → cakriṇḍhaukase

ut + jvalaḥ → ujivalaḥ

mahān + jayaḥ → mahāṇṇjayaḥ

anyat + ca → anyacca

तत् + डमरुः = तड्डमरुः

VIII. पूर्वसवर्णसन्धिः pūrvasavarṇa-sandhiḥ

Если ह् h выступает после любого из первых четырёх согласных конкретной *vargi*, то опционально может изменяться в четвёртый звук этой *vargi*. Конечный согласный первого слова в сочетании при этом изменяется в третий звук соответствующей *vargi*. Например:

vāk + hariḥ → vāghariḥ / vāgghariḥ

Слово वाक् vāk (речь) оканчивается на согласный क् k, являющийся третьим в *ka-vargi* и изменяющийся, согласно данному правилу, в र् g, в то время как ह् h опционально изменяется в घ् gh.

ОБ АВТОРЕ

Лобанов Сергей Владимирович – индолог, историк философии, религиовед, член международной научной Ассоциации исследователей эзотеризма и мистицизма (АИЭМ). Закончил аспирантуру Института философии РАН, занимается переводами с санскрита первоисточников индийской философии. Преподаёт санскрит в Культурном центре имени Джавахарлала Неру при Посольстве Индии в Москве, ведёт спецкурсы по истории индийских религий, философских систем и направлений йоги в вузах и на курсах подготовки инструкторов йоги, читает лекции индологической тематики (анонсируются в https://vk.com/vsyo_ob_indii).



वाक् + हरिः- वाग्घरिः

उत् + हारः = उद्धारः

Другие примеры применения правила:

patat + himam → patathimam / pataddhimam

tat + hitaḥ → tadhitah / taddhitah

ap + haraṇam → abharaṇam / abbharaṇam

dik + hastī → dighastī / digdhastī

samrāt + hitakara → samrādhitakara / samrāḍdhitakara

IX. छत्वसन्धिः chatva-sandhiḥ

Если за श् ṣ следует гласный, полугласный или ह् h, а предшествует слово, оканчивающееся на любой из первых четырёх согласных конкретной *vargi*, то श् ṣ опционально может изменяться в छ् ḥ. Конечный त् t предыдущего слова при этом изменяется в च् ch. Примеры:

tat + śivaḥ → tacśivaḥ / tacchivaḥ

tat + śīlaḥ → tacśīlaḥ / tacchīlaḥ

jagat + śaraṇam → jagacśaraṇam / jagaccharaṇam

ut + śiṣṭaḥ → ucśiṣṭaḥ / ucchiṣṭaḥ

sat + śāstram → sacśāstram / sacchāstram

तत् + श्रुतम् = तच्छ्रुतम्

तत् + शोभते = तच्छोभते

X. डमुडागमसन्धिः ṇamuḍāgama-sandhiḥ

Если слово оканчивается на इ, ण् ṇ или न्, предваряемые кратким гласным, а следующее слово начинается на любой гласный, то эти три носовых звука удваиваются.

pratyāṇ + ātmā → pratyāṇṇātmā

dhāvan + aśvaḥ → dhāvannaśvaḥ

hasan + atti → hasannatti

sugaṇ + īśaḥ → sugaṇṇīśaḥ

smaran + uvāca → smarannuvāca

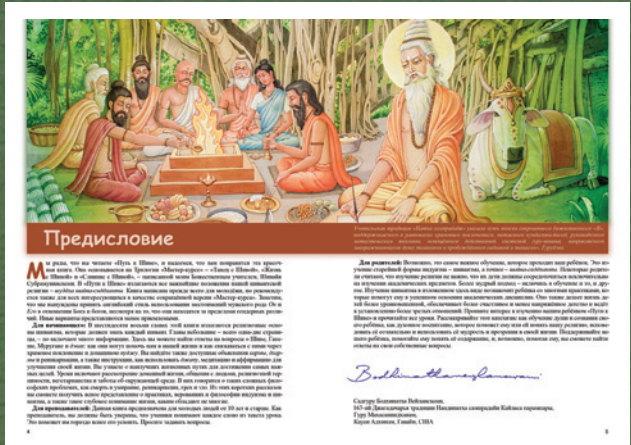
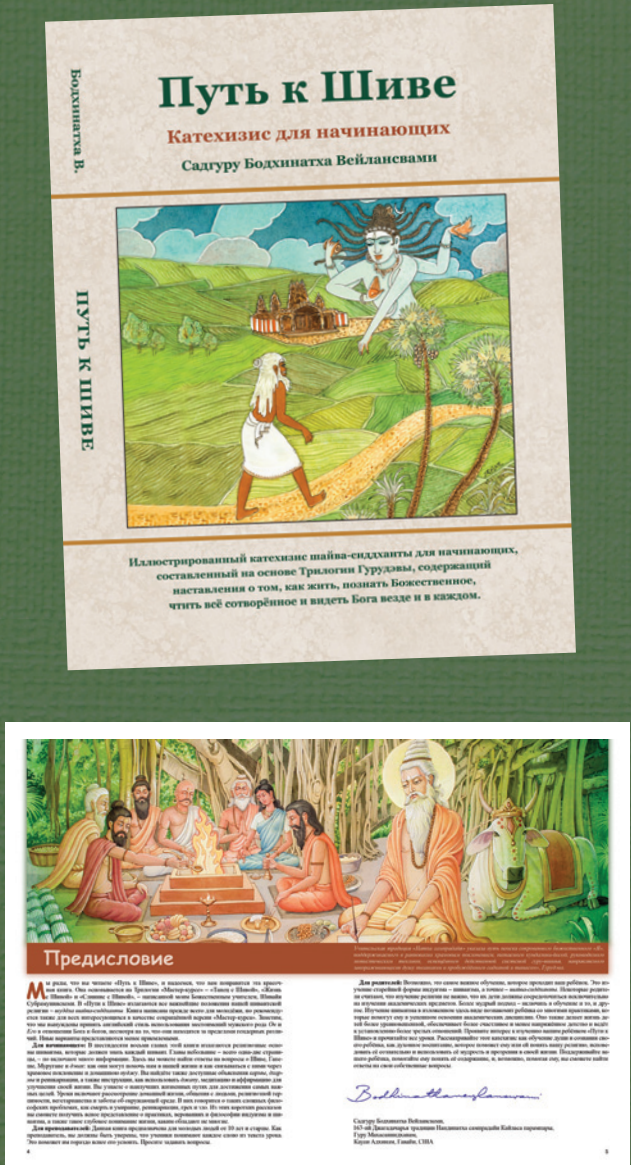
गच्छन्+अपि = गच्छन्नपि

सुगण्+ईशः=सुगण्णीशः

Приведённые правила дают лишь некоторое общее представление об основных правилах сандхи согласных, помимо которых существуют также второстепенные правила сандхи, ряд исключений и других нюансов. Они будут рассмотрены в контексте дальнейшего изложения тех или иных грамматических правил и связанных с ними примеров и упражнений.

(Продолжение следует)

॥ सर्वमङ्गलम् ॥



Путь к Шиве

Катехизис для начинающих

Шестьдесят восемь уроков, основанных на Трилогии «Мастер-курсе» Садгуру Шивайя Субрамуниясвами, для передачи нашей традиции следующему поколению...

Теперь и на русском языке

«Путь к Шиве» представляет все важные доктрины шиваитской религии. Книга написана для молодежи, а также для тех, кто хочет ознакомиться с сокращенной версией Трилогии Гурудэвы на 3000 страницах. Главы небольшие – всего одна-две страницы, – но содержат много информации. Здесь вы найдёте ответы на вопросы о Шиве, Ганеше, Муругане и *дэвах*: как они могут помочь нам в нашей жизни и как связываться с ними через храмовое поклонение и домашнюю *пуджу*. Вы найдёте также доступные объяснения *кармы*, *дхармы* и реинкарнации, а также инструкции, как использовать *джану*, медитацию и аффирмацию для улучшения своей жизни. Вы узнаете о наилучших жизненных путях для достижения самых важных целей. Уроки включают рассмотрение домашней жизни, общения с людьми, религиозной терпимости, вегетарианства и заботы об окружающей среде. В них говорится о таких сложных философских проблемах, как смерть и умирание, реинкарнация, грех и зло. Из этих коротких рассказов вы сможете получить ясное представление о практиках, верованиях и философии индуизма и шиваизма, а также такое глубокое понимание жизни, каким обладают немногие.

Книга включает в себя иллюстрированный комплекс из 24 асан по хатха-йоге для ежедневных занятий и словарь терминов.

По вопросам приобретения книги:

Тел.: +7 (499) 340-5809

e-mail: letters@hinduism.today

www.hinduism.today



СПОРТ

Йогический фридайвинг

Как глубоководное погружение позволяет погрузиться глубоко внутрь себя



SHUTTERSTOCK

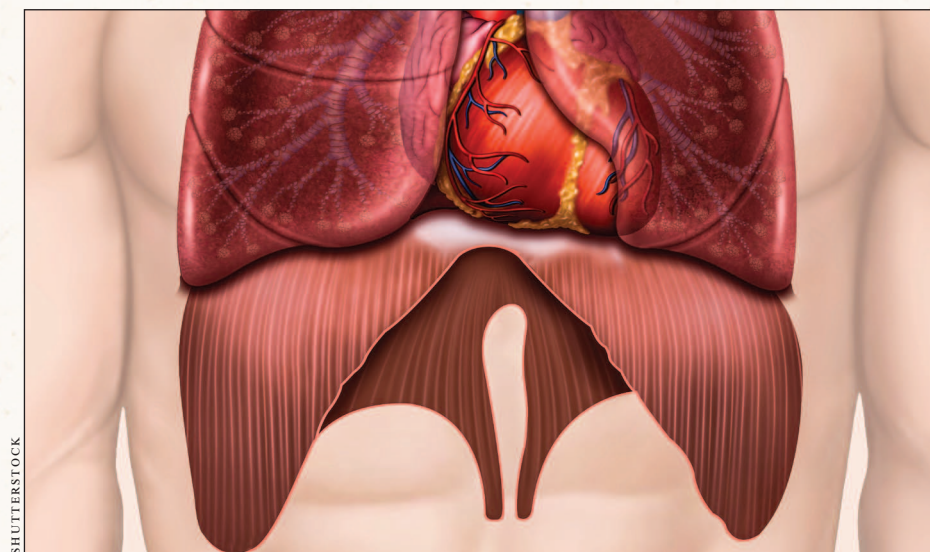
Давайте нырнём: (по часовой стрелке слева) использование моно ласты имитирует дельфина для более быстрого погружения; тренировки для адаптации к большим глубинам; диафрагмальная мышца; Жак Майоль в Марселе, декабрь 1983 года, когда в возрасте 56 лет он установил мировой рекорд по погружению на 105 метров на одном дыхании.

Мажореш Вишванатхан

Если спуск в холодные тёмные морские глубины с аквалангом кажется вам недостаточно экстремальным, вы можете попробовать сделать это без какого-либо вспомогательного дыхательного оборудования.

Фридайвинг – это экстремальный вид спорта, расширяющий возможности человеческого организма, заключающийся в погружении под воду без использования акваланга. Отважные фридайверы на одном дыхании могут нырять на сотни метров, что требует полного владения собой для обеспечения безопасного погружения. За последние 40-50 лет практика йоги усовершенствовала этот вид спорта, позволив дайверам значительно улучшить контроль над диафрагмой, дыханием и умом.

Чтобы понять, как такая дисциплина йоги как *пранаяма*, используется во фридайвинге, важно вникнуть в некоторые аспекты этого вида спорта. Чтобы узнать больше, я прочитал книгу Адама Скольника «Одно дыхание: фридайвинг, смерть и стремление разрушить человеческие границы». Хотя это может показаться простым, существует более десяти различных соревнований, проверяющих способность задерживать дыхание на длительное время, преодолевать заданное расстояние за кратчайшее время и нырять так глубоко, как это возможно для человека. Некоторые дисциплины, такие как *no limit* ('никаких ограничений'), позволяют дайверам использовать ласты, утяжеляющие салазки для спуска и подъёмные подушки или системы противо-



SHUTTERSTOCK



GERARD FOUET/APR VIA GETTY IMAGES

весных блоков для облегчения всплытия. Тем не менее, многие согласятся, что «самой чистой» дисциплиной является погружение без ласт, когда дайвер может использовать только свое тело, дополнительные грузы и гидрокостюм. Мировой рекорд для этого соревнования без ласт поразителен – 102 метра или 335 футов, что эквивалентно прыжку с высоты 30-этажного здания.

Соревновательный фридайвинг зародился в конце 1950-х годов, когда доминировали смельчаки, пытающиеся раздвинуть физические границы человеческого организма. Дыханию и контролю над умом особого внимания не уделялось, это была битва безрассудной храбрости. Всё изменилось с приходом Жака Майоля. В детстве он был очарован дельфинами и посвятил большую часть своей жизни подражанию их поведения, преодолевая физиологические и ментальные ограничения человека в воде. Майоль считается первым, кто интегрировал философию йоги после своего путешествия по Индии, чтобы изучить инструменты для управления диафрагмой и умом. С помощью *пранаям* и различных *асан* Майоль установил рекорды и на-

всегда изменил этот вид спорта. Он сыграл ключевую роль в переходе спорта к практике, более сосредоточенной на контроле над телом и умом, а не на чистом бесстрашии.

Йогические тренировки в фридайвинге делают акцент на контроле над диафрагмой. Эта тонкая куполообразная мышца под лёгкими и сердцем отвечает за вдох и выдох; таким образом, контроль над ней позволяет контролировать дыхание. Почти все фридайверы практикуют определённые *асаны* и *бандхи*, такие как восходящий абдоминальный замок или *уддияна бандха*. Брюшную стенку подтягивают как можно выше, создавая вакуум в грудной клетке. Органы в брюшной полости пережимаются вверх в грудную полость, а диафрагма прижимается к позвоночнику. Это упражнение не только растягивает диафрагму, но и позволяет улучшить связь мозг-мышцы. По словам Скольника, мастера даже могут «крутить живот волнами, что выглядит акробатически». Серьёзные фридайверы получают такой невероятный контроль над своей диафрагмой, что в силах наполнять воздухом маленькие альвеолы (воздушные мешочки лёгких) за лопатками. Скольник как-то сказал в интервью:



Следите за путешествиями Жака Майоля: (сверху вниз) с другом и конкурентом Энцо Майоркой (справа); изучение пранаямы с индуистским йогом в Индии; документирование его рекордного погружения на 105 метров в 1983 году; демонстрация уддияна бандхи для растяжения диафрагмальной мышцы.

«Требуются годы медленных тренировок, всё большей глубины и гибкости», чтобы объединить упражнения йоги с физической практикой фридайвинга; поэтому спортсмены посвящают огромное количество времени и усилий, чтобы овладеть мастерством с помощью йоги и растяжек межреберных мышц, впервые разработанных Майолем для повышения эластичности грудной клетки, позволяющее им выдерживать сильное атмосферное давление и наполнять лёгкие как минимум на 120 % от нормы. Они учатся перемещать воздух из лёгких в рот и постепенно направлять его в носовые пазухи через мягкое небо, чтобы уравновешивать давление при погружении.

На глубине 30 метров давление постепенно сжимает лёгкие до менее чем четверти их нормального размера. Вытесненный воздух перемещается в расширенные кровеносные сосуды сердца и мозга. Селезёнка также сокращается, посылая свежий запас красных кровяных телец для более эффективной доставки кислорода к сердцу и мозгу. Человеческий скелет избегает полного коллапса на этих глубинах, непроизвольно сужая кровеносные сосуды в конечностях, направляя кровь в центральную часть тела, которая действует как вакуум, заполненный жидкостью, чтобы предотвратить дальнейшее сжатие. Аналогичные физиологические реакции возникают у водных млекопитающих, например, морских львов, во время глубоких погружений. На глубине частота сердечных сокращений дайверов может снизиться до 20-30 ударов в минуту, что составляет менее половины от нормы на поверхности. Такая низкая частота пульса у здоровых людей была зафиксирована только у монахов в периоды их глубокой медитации. Все вместе эти физиологические изменения называются рефлексом ныряния млекопитающих.

Чтобы преодолеть страх во время тренировки, существуют техники йоги, суть которых – погружение лица в воду для стимуляции нервов вокруг глаз и выработки рефлекса погружения. При сознательном развитии рефлекса, научившись снижать частоту сердечных сокращений ещё до погружения, можно нырять глубоко, не испытывая ни беспокойства, ни малейших позывов к дыханию. Это не просто страх, который нужно преодолеть во время апноэ. Сдавливание грудной клетки, накопление молочной кислоты и CO₂ вызывают сильную боль. Тренировки в бассейне развивают выносливость благодаря плаванию как можно большего количества кругов в ластах и без них на одном дыхании. Начиная с последнего десятилетия после широкого распространения новой техники выравнивания, многие новички слишком рано «пошли на глубину», что повально привело у них к проблемам с лёгкими, инфильтрации крови в альвеолы, повреждению лёгочной ткани и кровохарканию.

В то время как физиология впечатляет, сам опыт потрясающий. Скольник делится в своей книге: «По мере того, как вы погружаетесь все глубже и глубже, океан сжимает вас. Вы чувствуете, что океан вас держит или убаюкивает. Всё это даёт ощущение слияния с чем-то гораздо большим – вы чувствуете себя крошечным в этой огромной удивительной синеве океана». В некотором смысле фридайвинг порождает единство со всепроникающим сознанием. Ныряльщик подобен капле воды в океане сознания. По мере того как он погружается все глубже, растущее давление заставляет его сохранять спокойствие и сдаться. Телесное сжатие становится настолько тесным, что дайверы часто описывают ощущение отчетливого слияния с единым сознанием и полной «потерей себя». Таким образом, капля воды и океан становятся неразличимыми, они становятся одним целым. Духовный аспект фридайвинга похож на переживание *самадхи* в глубокой медитации – оба они в основном контролируются дыханием. Точно так же, как *самадхи*, это состояние просветления, единения, переживание слияния с океаном происходит по аналогии.

Йога необходима для максимального расслабления тела и успокоения ума. Для поклонников фридайвинга это не просто ещё одно увлечение. Скорее, поясняет Скольник, «это благоговение и любовь к океану, которые больше, чем просто спорт. Это образ жизни».



ОБ АВТОРЕ

Маюреш Вишванатхан в настоящее время является студентом бакалавриата Калифорнийского университета в Беркли, интересуется вопросами окружающей среды и устойчивого бизнеса. Ему нравится разводить аквариумные растения, работать с деревом и вести активный образ жизни.

AMAZON.COM



Слияние с природой: (вверху) книга Адама Скольника о фридайвинге; (справа) величественные водоросли, обнаруженные при погружении.

SHUTTERSTOCK



Самые глубокие и продолжительные погружения

Приведённые ниже отрывки Марка Мерфи публикуются с разрешения Oyster Diving. С полным текстом можно ознакомиться в его блоге по адресу: <https://oysterdiving.com/blog/freediving-record/>.

Герберта Нитча называют «самым глубоководным (*the Deepest Man*) человеком на Земле» и не зря! Он многократный чемпион мира и действующий обладатель мирового рекорда по фридайвингу. Нитч (фото справа) установил 33 мировых рекорда и может задерживать дыхание более чем на девять минут! Как долго можете задерживать дыхание вы?

В мире всего четыре фридайвера нырнувших на глубину свыше 170 метров (560 футов), двое дайверов погибли, пытаясь это сделать. Нитч – пока единственный в мире дайвер, опустившийся на глубину более 213 метров (700 футов) и 244 метра (800 футов) [получив при этом серьёзный инсульт]. Это была решимость страстных фридайверов, противостоящих волне скептиков, которые сделали возможным то, что когда-то считалось невозможным! Давайте послушаем некоторых из самых выдающихся дайверов.

Вначале учёные и физиологи были убеждены, что на глубине более 30 метров (100 футов), лёгкие человека погибают. Они провели обширные исследования и выяснили всё, что могли, о том, как функционирует человеческий организм, и какое влияние

может оказывать огромное давление. Но фридайверы всё равно решили рискнуть, и сегодня они погружаются на глубину в семь раз большую изначально рекомендованной.

Мартина Амати, фридайвер, попыталась объяснить, каково это – принимать вызов этого экстремального вида спорта. Она сказала *The Conversation*: «В этом есть элемент спортивности, но в основном он ментальный. Вот что самое невероятное во фридайвинге. Дело не в ваших физических возможностях, а в ваших умственных способностях и тренировках.

Вам нужно отпустить всё, что вы знаете, и всё, что заставляет вас чувствовать себя хорошо или плохо. Так что это очень освобождающий процесс. В равной степени вам нужно полностью осознавать своё тело и то, где вы находитесь в данный момент».

Фридайвинг – один из первых видов подводного спорта. Ныряние на глубину и свободное плавание без маски и ласт существует уже очень давно. Традиционно люди ныряли ради еды, губок, кораллов и жемчуга. Фридайвинг пришёл в упадок только после того, как появились современ-

ные технологии и методы ловли рыбы и добычи жемчуга. Однако в древних культурах фридайвинг был невероятно распространён, и ныряльщик зачастую погружался на 50 метров на одном дыхании!

Сегодня фридайвинг является соревновательным видом спорта, а опытные дайверы могут продержаться под водой до 22 минут. Стиг Северинсен вошёл в Книгу рекордов Гиннесса в категории самый продолжительный фридайвинг подо льдом на одном вдохе!

Спортсмен Джеймс Нестор рассказал National Geographic: «Что-то удивительное происходит в ту самую секунду, когда мы опускаем лицо в воду. Наш сердечный ритм снижается примерно на 25 процентов. Кровь начинает устремляться от наших конечностей к центру. Ум входит в медитативное состояние. На глубине 70-90 метров частота сердечных сокращений некоторых дайверов составляет всего 14 ударов в минуту. Это примерно треть от показателя пациента, находящегося в коме. По мнению физиологов, сознание в этот момент не должно более поддерживаться. И все же, на такой глубине оно функционирует. Никто точно не знает, как».

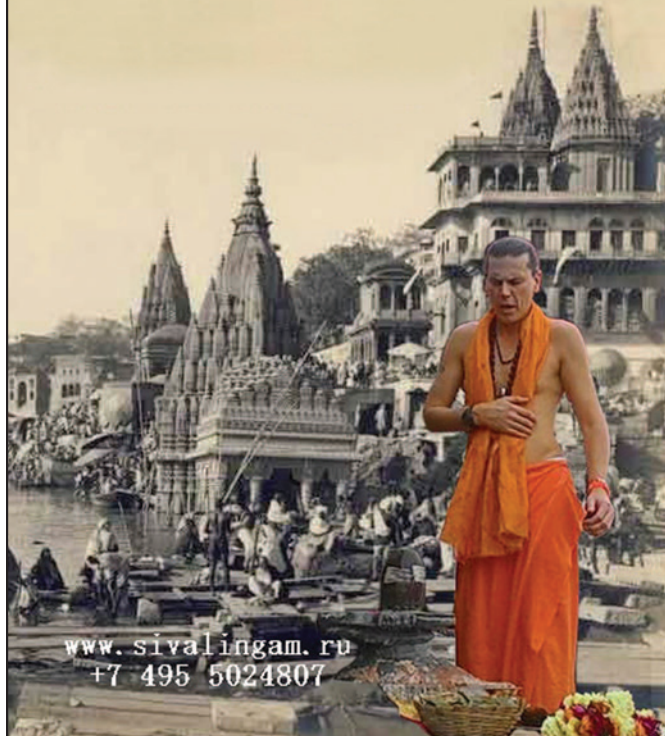
Фридайвер Джоди Фишер поделилась: «Когда вы занимаетесь глубоким погружением, вы можете видеть на 40 или 50 метров, и при этом не слышно ни звука. Единственное, что вы, вероятно, будете слышать, – это биение вашего сердца. Такое ощущение, что время остановилось».

OYSTER DIVING.COM



MAHASHIVARATRI 2023

varanasi - puri - bhubaneswar - konark



www.sivalingam.ru
+7 495 5024807

Подписка 2023



Индуизм сегодня

Онлайн подписка: у Издателя

www.hinduism.today/podpiska

Изучение санскрита
при Посольстве Индии

Эффективное изучение санскрита
по индийским учебным пособиям
и методикам в Культурном центре
имени Джавахарлала Неру
при Посольстве Индии в Москве

Изучение санскрита с нуля
(четырёхмесячный
интенсивный вводный /
Introductory курс).
Возможно включение
в текущие группы
не с нулевого уровня.

Все вопросы и запись
по тел. +7 909 915 01 09



ШОП108

магазин скорой духовной помощи



www.shop108.ru

Жизнь с Шивой

СОВРЕМЕННАЯ КУЛЬТУРА ИНДУИЗМА

Садгуру Шивайя Субрамуньясвами

Садгуру Шивайя Субрамуньясвами (1927–2001), лауреат престижной Премии мира ООН У Тана 2000 года за издание в течение двух десятилетий журнала «Индуизм сегодня», руководила духовной жизнью миллионов людей, обучая их древним знаниям Санатана Дхармы, чтобы они могли хорошо жить в трудных условиях современного мира.

- Как индуисты справляются с жестоким обращением в семье, зависимостью и разводом.
- Что такое ответственное использование телевидения, компьютеров и Интернета.
- Как индуисты устраивают браки. Как поддерживаются браки.
- Почему повседневные дисциплины так важны для духовности человека.

«Жизнь с Шивой» замечательна своей прямотой, глубиной своих поземных советов и непоколебимостью в оценке сложных проблем, с которыми сталкиваются люди на внутреннем пути в XXI веке. Это бесценный клад для любого дома и семьи.

Жизнь
с
Шивой
शिवेन सह
जीवनम्

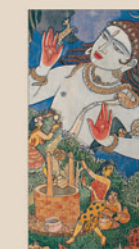
Жизнь с Шивой

СОВРЕМЕННАЯ КУЛЬТУРА ИНДУИЗМА

Садгуру Шивайя Субрамуньясвами



Садгуру Шивайя
Субрамуньясвами



The Master Course Trilogy
Yoga/Metaphysics/Religion



9 785604 333914
www.hinduism.today

МАСТЕР
КУРС
КНИГА
2

365 ежедневных уроков, основанных на древних ведических законах, раскрывающих правильное отношение к семье, браку, деньгам, современным технологиям, питанию, поклонению, карме и йоге, чтобы жить по-настоящему духовной жизнью.

Книга отвечает на вечные вопросы, стоящие перед человеком, указывает благородный путь дхармы, размышляет о проблемах, с которыми сталкивается в век быстро развивающихся цифровых технологий мир и в частности индуизм.

Следуя общей стилистике трилогии, книга включает 365 уроков-сатсангов, раскрывающих на основе древних ведических законов, «знания на все времена», правильное отношение к семье, браку, деньгам, питанию, поклонению, карме и йоге, чтобы жить по-настоящему полноценной, духовной жизнью. Книга учит о том, как видеть Шиву везде и в каждом, о познании Себя через себя, о работе со своей кармой, внутреннем личном Боге, о том, как жить с Шивой, следуя естественным законам бытия.

Тамилы назвали книгу «Жизнь с Шивой» «Тируккуралом XXI века»: в 365 афоризмах её «Нандинатха сутр» заключена доктрина праведной жизни индуиста.

Неиндуисты приняли её как мост из прошлого в настоящее, по которому можно идти к счастливому будущему.

Книга адресована прежде всего индуистам различных деноминаций, а также всем интересующимся индийской философией, религией и культурой.

ISBN 978-5-6043339-1-4

© Himalayan Academy, 2004

© Издательство «Индуизм сегодня», 2021

По вопросам приобретения книги:

Тел.: +7 (499) 340-5809

e-mail: letters@hinduism.today

www.hinduism.today

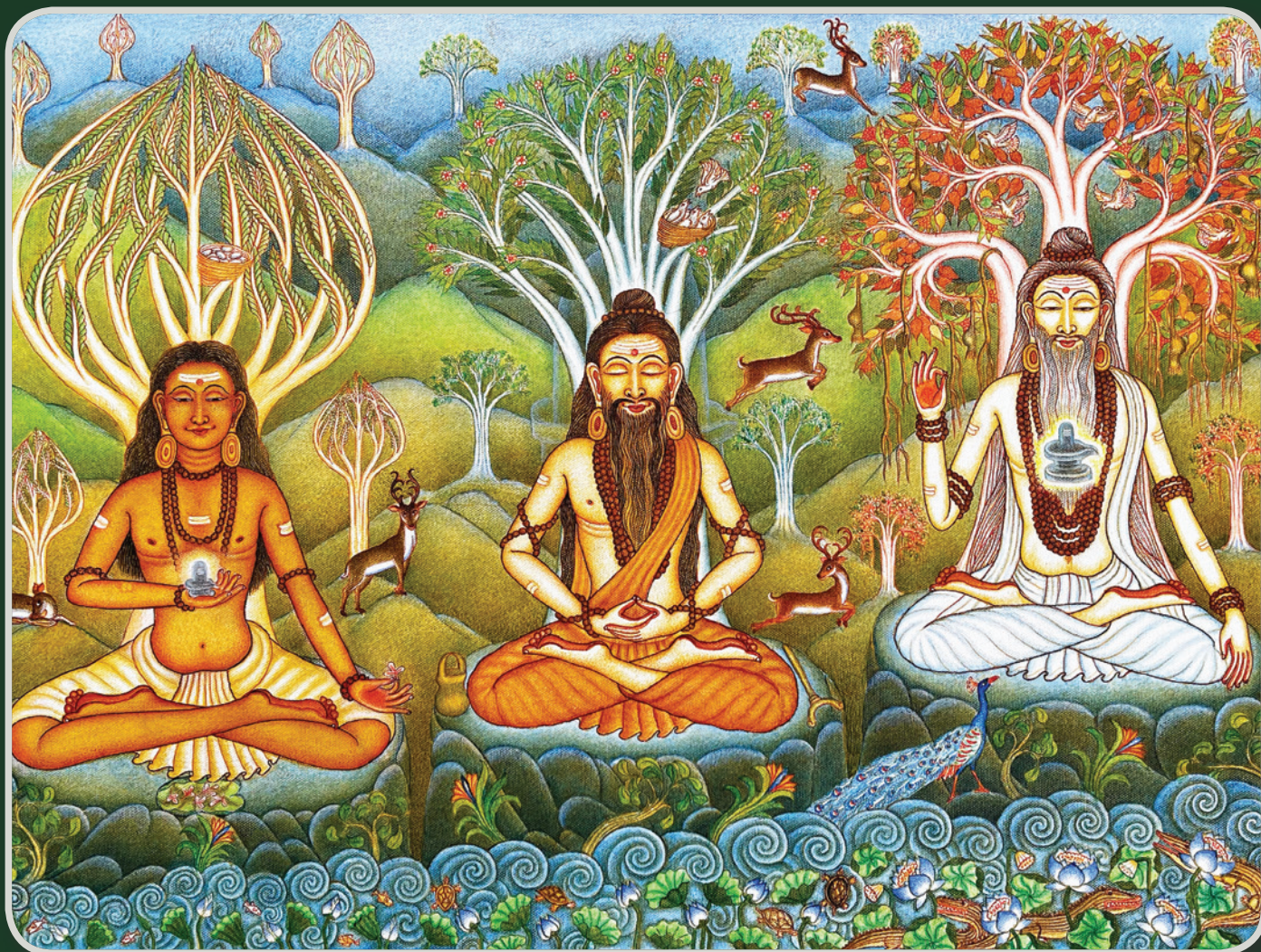


СОВРЕМЕННОСТЬ И ДХАРМА

ISSN 2658-7378
9 772658 737003

2 2 0 0 3

Иллюстрация «Йога сутр»



SURESH MUTHUKULAM

Так керальский муралист Суреш Мутхукулам изобразил три основные ступени йоги (*самьяма*), каждая из которых ведёт к последующей. Слева юный йог практикует *дхарану*, концентрацию. Он держит Шивалингам в своей руке, его глаза открыты, поскольку он стремится к непрерывной последовательности мыслей об объекте наблюдения. В центре мы видим йога с закрытыми глазами, он погружён в себя в *дхьяне*, или медитативном созерцании. Справа он изображён достигшим *самадхи*, единства с Шивой и всем сущим, которое символизирует Шивалингам в его сердце. Также художник отразил длительный процесс эволюции этих практик в ландшафте: от впервые распустившегося дерева до его полного цветения, от яиц и птенцов в гнезде до стаи порхающих птиц, от оленёнка до благородного оленя. Аналогичные изменения-преобразования происходят и в реке, и на её берегу, на переднем плане.