

Апрель/Май/Июнь, 2025 № 2 (31)

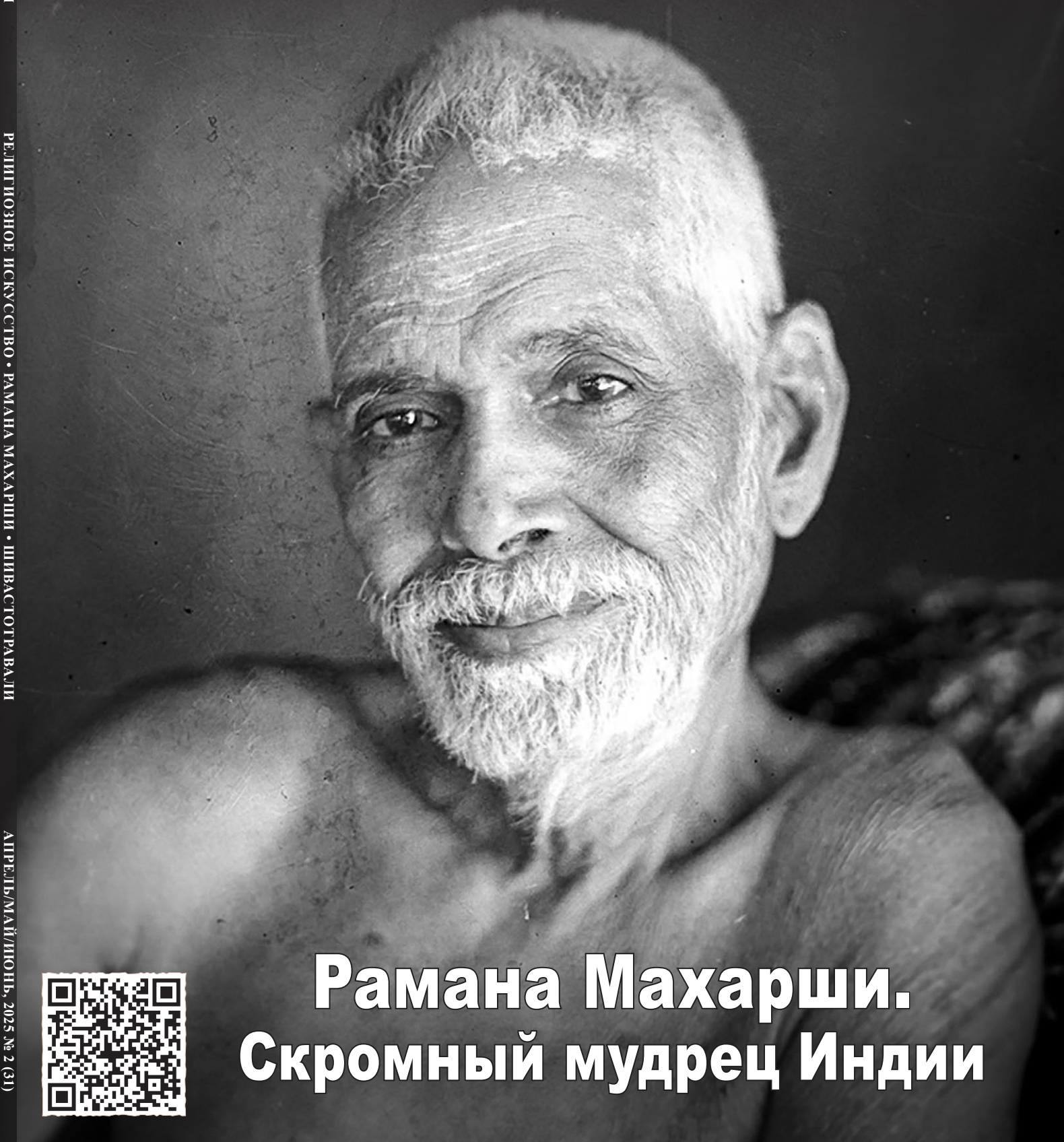
ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ

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

ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ

РЕЛИГИОЗНОЕ ИСКУССТВО • РАМАНА МАХАРШИ • ШИВАСТОТРАВАЛИ

АПРЕЛЬ/МАЙ/ИЮНЬ, 2025 № 2 (31)



**Рамана Махарши.
Скромный мудрец Индии**





(Обложка) Знаменитый мудрец Шри Рамана Махарши (1879–1950), герой нашего раздела «Образование» в этом выпуске; (вверху) мастер-резчик по дереву Мурти Сундарраджан из Каллакурочи, Индия, дорабатывает последние детали изысканного изображения Господа Ганеши.

Апрель/Май/Июнь 2025 года • Год Вишвавасу, 5127 по Индуистскому календарю

Bodhinatha Veylanswami

www.gurudeva.org

КРАТКИЕ ОБЗОРЫ

Всемирная Дхарма 6

ВЗГЛЯД

По моему мнению. Внутреннее равновесие, внешнее спокойствие 9

Стол издателя. Почитание пяти великих жизненных предписаний 10

Из упанишад. Путь к Высшему. Отрывок из «Майтри упанишад» 13

В МИРЕ

Специальный репортаж. Запечатляя божественное: религиозное искусство 14

Места силы. Последние обряды в Варанаси 26

Паломничество. Мой трудный путь к храму Кедарнатх: история писателя о вере и преодолении 46

СТИЛЬ ЖИЗНИ

Образование. Шри Рамана. Скромный мудрец Индии 30

Здоровье. Детское питание 73

НАША РУБРИКА

Переводы с санскрита. Вахромеева А. Н. Шивастотравали Утпаладевы (3, 4 часть) 50

Перевод с авадхи. М. Демченко. Шри Хануман Чалиса 54

Йога. Д. Демин. «Йога сутры» Патанджали для современного человека. Часть 5. Яма и нияма. Праптипакша бхаванам 62

Джьётиша. Д. Солнцев. Тайны Зодиака. Часть первая: тропический протозодиак 64

Нескучный санскрит. В. В. Леонченко. Нота «Фа» 70

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), January/February/March, 2025, Volume 47, No. 2. Satguru Sivaya Subramuniyaswami, Founder; Satguru Bodhinatha Veylanswami, Publisher; Paramacharya Sadasivanatha Palaniswami, Editor-in-Chief.

© 2025 Himalayan Academy, 107 Kaholalele road, Kapaa, Hawaii 96746-9304 USA. All rights reserved.

Контакты в России: Издательство «Хиндуизм тутэй», 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

© 2025 ООО «Хиндуизм тутэй», 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.)

Храм Кашивишванатхи, Варанаси

Тысячи верующих ежедневно приезжают поклониться в этот знаменитый храм одному из 12 Джьётирлингамов Шивы. События одного такого паломничества читайте на странице 26

Один из сохранившихся храмов. Древний храм Шивы был разрушен захватчиками в 1194 году, восстановлен в 1230 году, снова разрушен в XV веке, восстановлен в 16 веке, снова разрушен в 1669 году и восстановлен в современном виде в 1780 году. Фотография сделана в декабре 2021 года

ВСЕМИРНАЯ ДХАРМА

ИНДИЯ

Раскопки 300-летнего храма Шивы

Храм Нагешвары Свами в Перумаллападу, Индия, был вновь обнаружен спустя 80 лет после того, как его засыпало песком. Археологи считают, что этому сооружению около 200 лет, и оно было поглощено мощным наводнением в 1850 году. К 1940 году храм был полностью погребён под песком.

Археолог Рамасубба Редди из Смитсоновского института предполагает, что экстремальные погодные условия могли изменить русло реки Пенна, в результате чего песок переместился в сторону храма, который постепенно был засыпан. Существуют споры о том, сколько лет храму – 200 или 300.

Согласно сайту организации Древние истоки, храм был построен в честь Господа Нагешвары, одной из форм Бога Шивы.

Несмотря на то, что старшие поколения жителей Перумаллападу с ностальгией вспоминали о посещении храма до того, как он был погребён под слоем песка, потомки не предпринимали попыток его раскопать до недавнего времени. Во время пандемии Covid-19 многие люди вернулись в свои родные города. Старые истории о затерянном храме всплыли на поверхность, и около 35 человек, некоторые из которых были шахтёрами, решили провести раскопки и посмотреть, вымысел это или правда.

После того как группа амбициозных жителей деревни собрала достаточно денег для финансирования раскопок, работа закипела. Многие трудились бесплатно. Благодаря их самоотверженным усилиям было обнаружено главное святилище храма. Потребовался



Возрождение храма: макушка храма была обнаружена жителями города в 2020 году, когда они провели раскопки, услышав истории о затерянном храме.

целый день, чтобы просто обнажить вершину храма, указывающую на масштаб проекта.

Житель Перумаллападу Потугунта Варапрасад рассказал

«The New Indian Express»: «Теперь, когда группа молодых энтузиастов раскопала храм, мы планируем восстановить его, чтобы проводить там пуджу».

ТРИНИДАД И ТОБАГО

Спасение индийской культуры от исчезновения

Глобальные достижения не должны идти в ущерб культуре, считает Лина Ярна, защитница культурного наследия и преподаватель в школе танца «Парамджёти» в Тринидаде и Тобаго. Индийская культура – часть жизни Ярны, о чём она рассказала в интервью *Trinidad Express* в октябре 2024 года.

«Индийская культура всегда учила ахимсе (ненасилию) и дхарме (праведности), являющимися самыми важными предписаниями, которые нужно помнить и соблюдать в современном мире. Они подчёркивают, что все равны и должны проявлять доброту, потому что все мы – искры Божественного», – говорит она.

Привлечь новых учеников несложно, сложнее заставить их оставаться в классе и посвящать себя искусству, которое прекрасно смотрится на сцене, но требует многочасовой упорной и повторяющейся практики.

Ярна не просто обучает танцам своих 25 учеников. Она говорит, что важно научить их любить и ценить свою культуру, а не стыдиться её, чтобы дети не утратили культурные ценности из-за вестернизации.

«Моя работа заключается в том, чтобы адаптироваться к этому постоянно меняющемуся миру, привносить новые аспекты в свой танцевальный стиль, сохраняя при этом традиционные. Это также требует от меня регулярных, подробных бесед с девочками, в ходе которых я объясняю им аспекты нашей культуры, которые они, возможно, не до конца понимают или которым их никогда не учили».

Многие, если не все, ценности, привитые Ярной своим юным ученикам, были заложены в ней самой большой и дружной семьёй. В городе Дебе, где она выросла, уважение к старшим, религии, соседям и учителям было превыше всего. На втором



Танцовщица и наставница: Ярна делится со своими учениками страстью к жизни через танец и мотивационные беседы по душам.

месте стояло понимание ценности упорного труда, самопожертвования и помощи, а за ними следовали другие важные качества, такие как терпение и благодарность. Её домашняя жизнь и активное участие в таких мероприятиях, как Рамсила, по её словам, объединяющих сообщества и заставляющих молодёжь гордиться своей культурой, укрепили в ней решимость отстаивать индийскую культуру и сохранять её традиции.

Ярна очень серьёзно относится к своей роли. Она считает, что женщины являются носителями наших традиций и именно они могут гарантировать, что прекрасная индийская культура не исчезнет в будущем, а будет почитаться с большим уважением.

«Обращаюсь к другим женщинам: гордитесь тем, что вы есть, отстаивайте справедливость и будьте опорой для своих сестёр», – говорит Ярна.

США

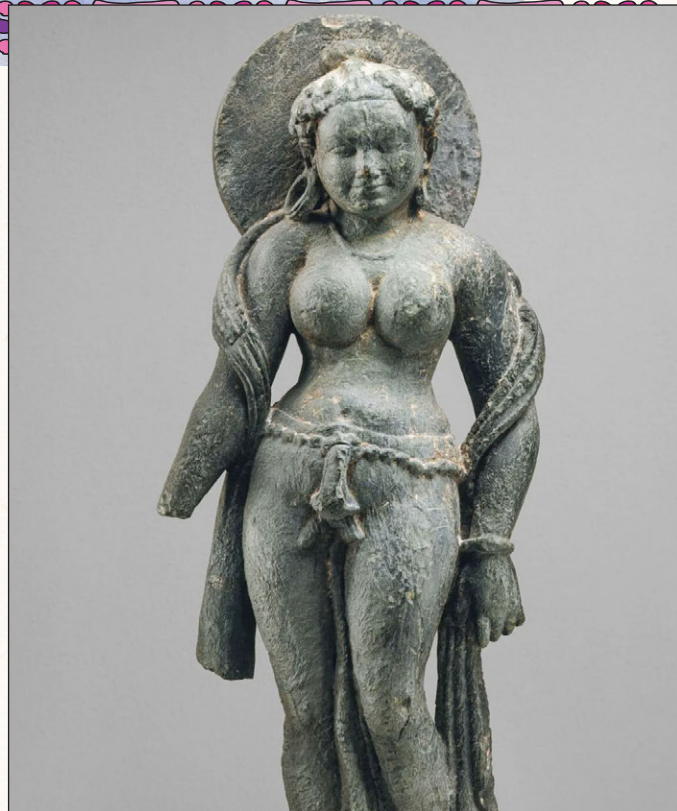
Индия вернула из США предметы старины на сумму 10 миллионов долларов

Страны Южной и Юго-Восточной Азии в настоящее время пытаются вернуть украденные у них предметы старины из западных стран. В конце 2024 года официальные лица в США объявили, что они вернули более 1400 предметов старины, вывезенных из Индии с начала репатриации несколько десятилетий назад. Их стоимость составляет 10 миллионов долларов США. Только с 2016 года было возвращено 578 артефактов.

По данным CNN, среди изъятых контрабандных товаров есть предметы, которые недавно выставились в нью-йоркском музее Метрополитен. Среди них – скульптура небесной танцовщицы из песчаника. Она была тайно вывезена из центральной Индии в Лондон, а затем незаконно продана одному из покровителей Метрополитена и передана в дар музею.

В пресс-релизе окружной прокуратуры Манхэттена в Нью-Йорке говорится, что возмещение ущерба стало результатом «нескольких текущих расследований» в отношении мародёрских группировок, в том числе тех, которыми руководили осуждённые торговцы произведениями искусства Нэнси Винер и Субхаш Капур. Капур был торговцем антиквариатом, приговорённым к десяти годам тюремного заключения за организацию многомиллионной мародёрской сети через свою нью-йоркскую галерею.

Примечательно, что в июле 2024 года США и Индия подписали соглашение о защите культурных ценностей путём предотвращения незаконной торговли и упрощения процесса возвращения украденных предметов старины в Индию.



Древнее божество: статуя Богини-матери Танесар была украдена из деревни в Раджастанх, Индия, в 1960-х годах и в итоге оказалась в музее Нью-Йорка.

ЮЖНАЯ АФРИКА

Храмы празднуют Тайпусам

Тайпусам – широко отмечаемый во всём мире праздник, во время которого индуисты поклоняются Богу Муругану. В Южной Африке это один из крупнейших праздников для индуистской общины. По традиции *кавади* – декорированное деревянное сооружение, часто включающее в себя сосуды для молока, – несут на плечах в качестве подношения Богу Муругану.

Согласно *South Coast Herald*, мероприятие в храме Умбанго Шри Шива Субраманияр в провинции Квазулу-Натал проходило со 2 по 16 февраля 2025 года.

Торжественное поднятие флага, запланированное на 2 февраля, ознаменовало начало десятидневного поста, предшествующего главному дню празднования Тайпусам.



Процессия: верующие тянут за собой колесницу с Божеством, в то время как другие несут кавади.

НИДЕРЛАНДЫ

В Нидерландах открылся первый балийский индуистский храм

В субботу, 30 ноября 2024 года, Посол Индонезии в Нидерландах Майерфас открыл первый в Нидерландах *пура* (балийский индуистский храм). Он расположен в городе Калленкоте, провинция Оверэйссел, согласно сайту www.tempo.co.

«Эта пура – не только место для проведения религиозных ритуалов балийских индуистов в Нидерландах и их окрестностях,

но и символ общей гордости, свидетельство решимости, гармонии, терпимости и духа единения», – сказал Майерфас, цитируя официальное заявление посольства Индонезии в Гааге.

Балийская община в Нидерландах, насчитывающая более 250 человек, давно хотела построить *пуру*, в которой они могли бы молиться и отмечать важные события.



Памятное событие: посол Индонезии Майерфас подписывает сертификат о разрешении на строительство нового храма в Калленкоте.

Мата Вайшно Дэви приветствует возросшее число паломников

Святыни Шри Мата Вайшно Дэви, расположенное в холмах Трикута, штат Джамму и Кашмир, Индия, в третий раз с 2022 года привлекло более девяти миллионов паломников, как сообщает сайт etvbharat.com. Генеральный директор совета по управлению святыней Аншул Гарг поделился этой важной новостью в соцсетях, подчеркнув неизменную преданность людей, приезжающих сюда со всего мира.

Эти цифры свидетельствуют о том, что святыня является одним из самых духовных мест

паломничества в Индии. Правление заявило, что оно приняло активные меры для улучшения условий и обеспечения более безопасного и комфортного духовного путешествия для паломников. Ожидается, что работы по благоустройству будут завершены в 2025 году.

Недавно Гарг опубликовал список проектов на 2025 год. Новый Вайшнави Бхаван – это комфортабельный гостиничный комплекс с семейными номерами. Свободный выход из толпы – это новый путь, призванный повысить безопасность и



Почитание: (сверху вниз) верующие терпеливо стоят в очереди, чтобы войти в храм и получить благословения; главные божества пещерного святилища.

управлять потоком людей. Всепогодный комплекс для ожидания в Даршине Дэоди – защитит верующих от неблагоприятных погодных условий, которые могут затруднить вход в святилище.

Это святилище имеет большое значение в индуистской мифологии и духовности. Мата Вайшно Дэви является воплощением Богини Дурги и символизирует божественную энергию (Шакти) этой Вселенной. История святилища восходит к древним временам, когда, по поверьям, Мата Вайшно Дэви жила на холмах

Трикута, совершая аскезы и медитируя.

Существует историческая связь между этим святилищем и «Махабхаратой». Считается, что Арджуна молился Мата Вайшно Дэви о победе в войне. Со временем святилище превратилось из малоизвестной пещеры в одно из самых популярных мест паломничества.

Святыня ежегодно привлекает миллионы паломников, предлагая им возможность насладиться благословениями Богини и ощутить связь с божественной природой холмов Трикута.

КРАТКО...

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ФОНД ЧИНМАЙ РАЗРАБОТАЛ сертификационную программу по оказанию духовной помощи индуистам (CHSC). Начиная с начала 2025 года, программа готовит специалистов по оказанию духовной помощи индуистам, или капелланов, которые будут оказывать духовную и эмоциональную поддержку индуистам в различных сферах. Студенты пройдут шесть основных курсов, а также посетят духовный семинар. Они получат прочную основу в области индуизма в целом и веданты в частности, а также укрепят свою собственную *садхану*.

ОКОЛО 80 ЖИТЕЛЕЙ НЬЮ-ЙОРКА СОБРАЛИСЬ НА Манхэттене в местном Обществе Веданты 12 января

2025 года, чтобы отпраздновать день рождения Свами Вивекананды. Свами, родившийся в Калькутте, Индия, в 1863 году, известен как первый гуру Америки. В 1894 году он основал Общество Веданты Нью-Йорка, первый ашрам на Западе, как сообщает сайт religionnews.com.

VAPS СТРОИТ ЕЩЁ ОДИН БОЛЬШОЙ КАМЕННЫЙ ХРАМ, на этот раз в Париже, во Франции. Сайт jagran.com сообщает, что строительство началось 4 июня 2024 года на месте, освящённом 36 лет назад покойным Шри Прамукхом Свами Махараджем символическим дождём из цветов. Строительство храма идёт быстрыми темпами, и ожидается, что оно будет завершено к 2026 году.

ЛОРЭН ПАУЭЛЛ ДЖОБС посетила Индию в январе 2025 года, чтобы принять участие в Махакумбхамеле, исполнив мечту своего покойного мужа Стива Джобса посетить этот грандиозный фестиваль. *The Economic Times* сообщает, что Стив Джобс, широко известный как основатель Apple, в феврале 1974 года написал письмо, в котором описал свой интерес к паломничеству на Кумбхамелу и дзен-буддизму. Джобс написал это письмо за два года до основания Apple. Позже, в 2021 году, письмо было продано на аукционе за 500 312 долларов США. Во время недавнего паломничества Лорэн приняла участие в ритуале омовения в Ганге. Там она получила индуистское имя Камала от своего гуру, Свами Кайлашананда Гири.

БЕРЕГ РЕКИ В АДЕЛАИДЕ, Австралия, был официально признан в 2024 году местом, где

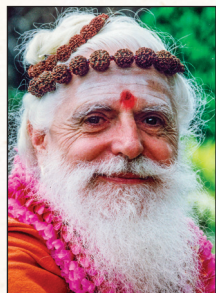
индуисты могут развеивать прах своих умерших близких. По данным сайта sbs.com.au, несколько лет назад к Раджендре Пандео, волонтеру Вишва Хинду Паришад в Австралии, обратился один из членов общины с идеей создать безопасное место для проведения водных церемоний для индуистов. Местный совет потратил 75 000 долларов США на строительство лестницы к реке для удобства доступа.

Новости
предоставлены

**HINDU PRESS
INTERNATIONAL**

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

ФОТО: (СВЕРХУ ВНИЗ): THE TRIBUNE INDIA;
WIKIMEDIA COMMONS



Журнал «Индуизм сегодня» был основан 5 января 1979 года признанным во всем мире ортодоксальным учителем и виднейшим проповедником индуизма Садгуру Шивайи Субрамуньясвами (1927-2001) на базе некоммерческой образовательной издательской деятельности Гималайской академии со следующими целями: 1. Содействие индуистской солидарности как «единству 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 Шивайи 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 Саравананатхасвами
Помощник редактора: Санньясин Тиллаинатхасвами
Менеджер подписки и распространения: Санньясин Шанмуганатхасвами
Менеджер по рекламе: Санньясин Каивальянатхасвами
Корреспонденты: Чудамани Шиварам, Бенгалуру; Лавина Мелвани, Нью-Йорк; Дев Радж Агарвал, Дехрадун; Никки Тхапа, Непал; Энн Петри, Франция/Индия, Клэр Буркерт, США/Непал. Редактор копирования: Чамунди Сабанатхан, Том Салинас. НРП: Чандра Шанкара. Консультанты: д-р С. П. Сабхаратнам Сивачарияр. Фото предоставили: Томас Л. Келли, фотоагентство Динодия, Дев Радж Агарвал, Дехрадун. Распространение: в США: New Leaf, подписные услуги EBSCO, WT Cox; в Европе: Publications Overseas, Служба подписки SWETS; в Малайзии: Datta Impexs; в Индии (Дели): Central News Agency Limited; на Маврикии: CODIP. Печать: Quad / Graphics, Мидленд, Мичиган.

Над русской версией журнала работали: Главный редактор и переводчик: Динанатха Бодхисвами; переводчица: Дмитриченко Елена, Калайогинатха; дизайн-макет, верстка: Синникова Ольга.

Внутреннее равновесие, внешнее спокойствие

Применение индуистской мудрости к многочисленным проблемам современных подростков

Аран Малхотра



Кто я? Почему я такой? Эти вопросы возникли у меня в раннем подростковом возрасте, когда я заметил, что моя личность отличается от моих сверстников. Я научился принимать то, что было вне моего контроля, и улучшать то, что мог. Я не чувствовал себя расстроенным или напряжённым, часто говоря себе: «Со мной всё в порядке, прямо сейчас». Я чувствовал спокойствие, уверенность и удовлетворённость – качества, к которым стремятся многие старшеклассники, но которые часто трудно достичь.

Современное конкурентное общество требует сосредоточенности, дисциплины и управления временем. Старшеклассники постоянно заняты уроками, кружками, домашними заданиями и надвигающимся давлением поступления в колледж. Многие чувствуют себя обязанными преуспевать – не только в учёбе, но и во внеклассной работе, часто занимаясь деятельностью, которая им не нравится, что приводит к выгоранию.

Социальные сети и давление сверстников усиливают стресс, поскольку подростки пытаются вписаться в общество, быть популярными и идти в ногу с тенденциями. Баланс между учёбой, отношениями и личными проблемами может привести к тревоге, разочарованию или депрессии. Многие подростки прибегают к отвлекающим факторам или вредным привычкам, чтобы справиться с ситуацией, но проблемы часто остаются скрытыми.

Старшие классы – это критический период для самопознания, но при этом легко потерять из виду личную идентичность и ценности. Наблюдая за своими сверстниками, я размышлял о своей способности принимать вызовы и не искать одобрения извне. Я задавался вопросом: как мне удалось развить в себе эту устойчивость?

Я думаю, что это началось с моего воспитания в религиозной индуистской семье. С трёхлетнего возраста меня поощряли ежедневно заниматься самоанализом в течение определённого количества минут, соответствующего моему возрасту, – практикой, которой я придерживаюсь до сих пор. Регулярные паломничества в индуистский монастырь Кауаи на Гавайях, где мои родители являлись официальными последователями, познакомили меня с философией индуизма и дисциплинированной жизнью монахов. Даже будучи ребёнком, я впитал эти учения, хотя в то время я не понимал их полностью.

Летом 2023 года я провёл месяц в индуистском монастыре Кауаи во время оди-

ночного паломничества. Живя среди монахов, я стал свидетелем их дисциплинированного, минималистичного образа жизни, основанного на таких индуистских принципах, как *дхарма* (долг), *карма* (воздаяние), *ахимса* (ненасилие) и *медитация*. Несмотря на строгий распорядок, монахи излучали позитив и спокойствие, являя собой пример подхода к жизни, сосредоточенного на душе.

За это время я осознал, насколько сильно повлияло на меня моё воспитание. Моя эмоциональная стабильность, сильные ценности и чёткий взгляд на жизнь проистекают из индуистских учений. Однако я увидел, что мне далеко до уровня осознанности монахов. Как объяснил один монах, молодые люди часто кажутся беспечными, но те, кто в раннем возрасте подвергается позитивному влиянию, по мере взросления, как правило, возвращаются к этим ценностям. Каждый находится на пути, учится и растёт в своём собственном темпе.

В монастыре я посещал занятия по индуистской философии, помогал с повседневными делами и изучал писания, такие как «Жизнь с Шивой» и «Слияние с Шивой» Садгуру Шивайи Субрамуньясвами. Это углубило моё понимание индуизма и его практического применения. Этот опыт принёс мне ни с чем не сравнимое чувство покоя и нужности. Я хотел бы, чтобы мои друзья, оставшиеся дома, почувствовали то же, что испытывал я.

Осенью 2023 года я основал в своей школе «Индуистский студенческий клуб», чтобы изучать индуистские ценности, отмечать праздники и повышать культурную осведомлённость. В 2024 году я запустил «Индуистские инструменты для подростков», блог и веб-сайт, в которых рассказывается о таких принципах индуизма, как *дхарма*, *карма* и *ахимса*, как инструментах для жизни. Такие практики, как йога и медитация, помогают студентам справляться со стрессом и находить цель.

«Индуистский студенческий клуб» и «Индуистские инструменты для подростков» (hindutoolsforteens.org) вдохновляют молодое поколение вести жизнь, основанную на ценностях, включающих любовь, честность и ненасилие, уважая при этом все религии. Я надеюсь вдохновить других на создание подобных клубов.

Аран Ом Малхотра, 17 лет, ученик 11-го класса средней школы из Чикаго, штат Иллинойс, проявляет большой интерес к индуистской философии, автомобилям и спорту.

Почитание пяти великих жизненных предписаний

Практические способы выражения дхармической благодарности Богу и богам, предкам, человечеству, природе и нашим Священным Писаниям и учителям

САДГУРУ БОДХИНАТХА ВЕЙЛАНСВАМИ

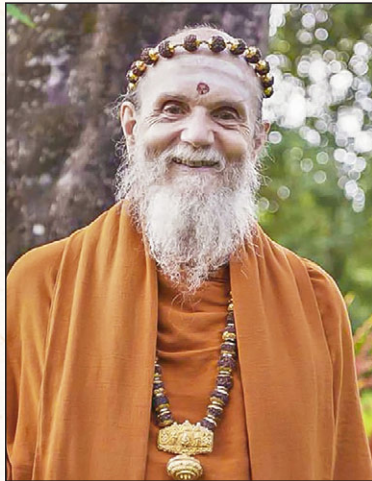
В нашем номере за январь 2025 года Джайендрапури Махасвамиджи писал о ведическом призыве к пяти великим обязанностям (*Панчамахаяджна*): *Дэва-яджне*, *Питри-яджне*, *Бхута-яджне*, *Манушья-яджне* и *Брахма-яджне*. Как отметил Свамиджи, общепринятый перевод *Панчамахаяджни* – «пять великих подношений». *Панчамахаяджна* – важное понятие, но, к сожалению, это распространённое описание её просто как пяти ежедневных подношений вызывает в уме образ ортодоксального индуиста, совершающего древний ритуал в своём домашнем святилище. Такой подход делает это понятие сложным для понимания индуистской молодёжью и детьми. В результате истинное значение яджн легко упускается из виду.

Видео на *YouTube** на эту тему предлагает описание, которое гораздо проще понять: эта практика почитает пять великих наставников, которые вносят свой вклад в то, чтобы сделать жизнь человека такой, какая она есть, и поэтому человек обязан с радостью воздать им должное в знак признательности.

Эту идею иллюстрирует очаровательная история о моём парамагуре, Йогасвами из Джафны, Шри-Ланка. Йогасвами организовал в своём ашраме грандиозную праздничную трапезу. Преданные пришли рано утром, чтобы начать готовить. Другие пришли, чтобы посидеть со Свами и спеть вместе с ним. Подошло время обеда, а он всё ещё пол от всего сердца, настолько поглощённый этим, что никто не хотел его беспокоить. Все терпеливо пели. Через несколько часов после того, как должен был быть подан обед, Йогасвами перестал петь и на некоторое время замолчал. Затем он попросил их спеть отрывки из Упанишад. В середине дня он попросил одиннадцать сильных мужчин выкопать глубокую квадратную яму в земле. Они вышли вперёд, и он указал место, где им следует копать. Наконец, незадолго до наступления сумерек яма была вырыта, и великий святой дал понять, что пора подавать еду. «Подойдите, дети, окружите эту яму», – сказал он и попросил аккуратно положить в неё рис и карри.

Затем он попросил последователей: «Возьмите одиннадцать лопат, насыпьте немного земли на это восхитительное блюдо и затем передайте свою лопату следующему человеку. Мы накормили нашу Мать-Землю, которая все эти годы так щедро делилась своим изобилием с этой большой общиной шиваитов. Теперь мы жертвуем эту *найведью* как драгоценный, искренний дар. Мать-Земля голодна. Она получает взамен немного, мы забираем всё. Пусть это станет символом для мира и для каждого из нас, что мы должны жертвовать тем, чего хотим больше всего». Йогасвами преподавал всем нам урок того, как важно с радостью отдавать в знак признательности за то, что было дано нам, – урок, который присутствующие никогда не забудут.

* Нарушает Российское законодательство.



Современная светская забота, разделяемая многими молодыми людьми, – защита окружающей среды для обеспечения будущих поколений доступом к здоровому, устойчивому миру и природным ресурсам – хорошо вписывается в *Бхута-яджну*.

Эта яджна подчёркивает уважение и защиту природы в виде других живых существ, растительности и прочих природных ресурсов и всех проявлений, одушевлённых или неодушевлённых, как погашение долга, который мы должны отдать, используя эти ресурсы для своего блага.

Участие семьи в таких мероприятиях является идеальным, поскольку даёт возможность привлечь внимание к *Бхута-яджне* и её отражению в приверженности индуизма защите окружающей среды. Дома *Бхута-яджну* можно практиковать, заботясь о животных, перерабатывая отходы и ухаживая за садом – каждое

действие подчёркивает важность самоотдачи природе и почитания взаимосвязи всего живого.

Далее, вот история, которая связана с *Манушья-яджной*. Когда я посещал *кумбахбхикшу* храма в Иллинойсе, меня принимал молодой человек, который преподавал в храме йогу. Он изучал труды моего гуру, Шивайи Субрамуньясвами, и наткнулся на утверждение моего гуру: «Мы должны выполнять свой долг перед нашим сообществом». Он спросил меня, что означает это утверждение, поскольку на самом деле понятия не имел, к чему оно относится. Я объяснил, что сообщество, в котором мы живём, подобно отдалённой части нашей семьи, и поэтому у нас есть долг перед ним, как и перед любым другим родственником. Нам нужно посвящать часть нашего времени и финансовых ресурсов решению общественных проблем, таких как обеспечение бедных продуктами питания и одеждой, организация волонтеров для внеклассных программ и так далее. Я добавил, что он мог бы предложить самому храму организовать программы социальной помощи для этой же цели.

Эта встреча показала мне, что даже молодому индуисту, серьёзно занимающемуся изучением Священных Писаний, может не хватать практического понимания традиционных индуистских концепций долга. Яджна, связанная с выполнением долга перед сообществом, называется *Манушья-яджн*, которая включает в себя акты гостеприимства, благотворительности и служения другим. Приглашать гостей, кормить голодных и помогать нуждающимся – всё это способы выражения этой яджны, укрепляющие идею социальной ответственности и сострадания к ближним.

Родители, естественно, стремятся к тому, чтобы их дети были настолько успешны в жизни, насколько это возможно, и это хорошо. К сожалению, некоторые родители-индуисты считают, что это пустая трата времени, отвлечение, когда их дети время от времени помогают в волонтерской работе. Это, конечно, противоречит концепции выполнения наших обязательств перед обществом. Поэтому



родители должны учить важности *Манушья-яджны*, поощряя детей регулярно уделять время помощи другим.

Что может быть лучше, чем проводить время всей семьёй по выходным, занимаясь карма-йогой в местном храме? Конечно, такие семейные мероприятия для сообщества всегда должны проводиться в возвышенном духе, без какого-либо чувства наказания или принуждения. Если храмовые мероприятия неудобны, то можно найти альтернативные

Панчамахаяджна. Художник показывает (сверху вниз), как люди благодарят облака за живительные дожди, кормят нуждающихся, раздают необходимую одежду бедным.

варианты, например, принять участие в раздаче продуктов питания или одежды.

Понимание и практика трёх оставшихся яджн прочно укоренились во многих индуистских семьях. *Дэва-яджна* соблюдается членами семьи, по крайней мере, предложением ежедневной молитвы, *арати* или *пуджи* в домашнем святилище Божеству своей линии. Это также может быть расширено до посещения местного храма раз в неделю, участия в главных праздниках и совершения паломничества в отдалённый храм раз в год. *Дэва-яджна* является выражением признательности за обильные благословения Божества.

Брахма-яджна – это проявление признательности за духовное знание, данное нам авторами наших писаний и учителями этих писаний. В дополнение к ежедневному чтению писаний, мы можем делиться этими наполненными мудростью текстами, по крайней мере, с нашими собственными детьми, если не более широко. Мой гуру часто подчёркивал важность обучения детей: «У нас есть одна обязанность, которую нужно выполнить, а именно передать нашу религию следующему поколению, следующему и следующему. И как мы это сделаем? Как это делается? Это делается путём того, что мы побуждаем детей запоминать заповеди наших писаний».

Питри-яджна – это выражение признательности нашим предкам за семейные традиции, которые они передали нам. Обычно это соблюдается посредством подношений *тарпаны* и ритуалов *шраддхи* в соответствии с обычаями, которым следует семья. Тарпана – это священный ритуал подношения воды, смешанной с семенами кунжута, ячменя или другими веществами, чтобы почтить предков. Он выполняется с намерением выразить благодарность, получить их благословения и обеспечить духовное благополучие ушедших душ.

Более широкий подход к *Питри-яджне* заключается в том, чтобы регулярно рассказывать детям истории о предках семьи, чтобы они лучше понимали её нарративы. Кроме того, благотворительное кормление, *аннадана*, может проводиться во имя предков. Парамагуре Йогасвами дал такое представление о подобных действиях: «Всё добро, совершаемое посредством благотворительности и раздачи милостыни во имя умерших, дойдёт до них. И они также помогут вам. Они придут и помогут вам во снах».

Панчамахаяджна глубоко укоренена в ведической и смрити традиции, формируя основу для этической жизни и духовного прогресса. Она воплощает целостное мировоззрение индуизма, связывая людей с богами, знанием писаний, предками, природой и обществом. Что необходимо, так это объяснить эти пять обязанностей таким образом, чтобы индуистская молодёжь и дети поняли, как они могут осмысленно интегрировать *Панчамахаяджну* в свою жизнь.

Любящий Ганеша

ОЧАРОВАТЕЛЬНЫЙ БОГ ИНДУИЗМА С ГОЛОВОЙ СЛОНА

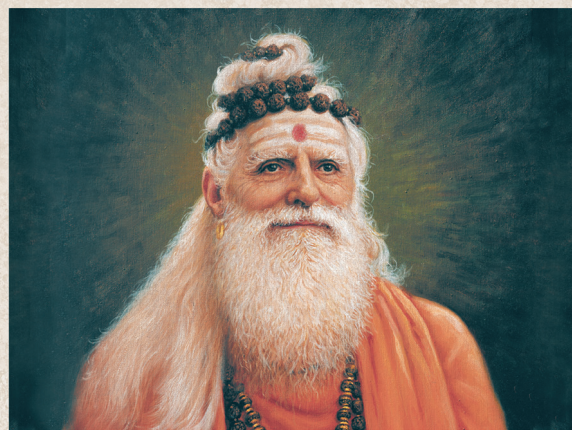
Садгуру Шивайя Субрамуниясвами

Богатая духовность Индии начинается с Ганеши. Даже самый строгий йог начинает своё внутреннее путешествие с обращения к этому Богу, который смягчает карму и направляет по пути дхармы. Он правит всеми нашими начинаниями, изменениями, решениями и проблемами – всегда рядом, когда это необходимо, никогда не остаётся в стороне. В этой книге индуистский учитель приглашает нас погрузиться во внутренний мир Ганapati, его обряды, мантры и священные символы, раскрывая сокровенные тайны Божества. «Любящий Ганеша» – одна из многочисленных работ Шивайя Субрамуниясвами (1927–2001), традиционного садгуру, который руководил глобальным индуистским возрождением в течение полувека, был назван Всемирным религиозным парламентом Нью-Дели Джагадгачарьей (мировым учителем) и избран одним из трёх президентов, представляющих Санатана Дхарму в Парламенте мировых религий в Чикаго в 1993 году.

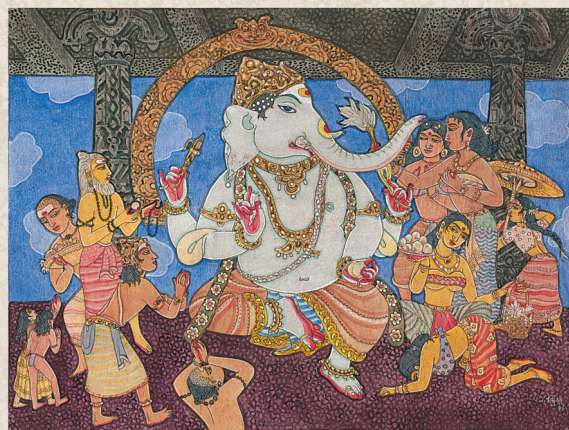


Любящий Ганеша

ОЧАРОВАТЕЛЬНЫЙ БОГ ИНДУИЗМА С ГОЛОВОЙ СЛОНА



Любящий Ганеша



The Siddha Collection
Yoga/Metaphysics/Religion



प्रेमवान् गणेशः



Богато иллюстрированная книга о благожелательном Владыке дхармы, устранителе препятствий, покровителе искусства и науки, почитаемом во многих культурах мира.

Садгуру Шивайя Субрамуниясвами

Вышел в свет очередной шедевр творчества Садгуру Шивайя Субрамуниясвами на русском языке, посвящённый Владыке дхармы, Устранителю препятствий, Покровителю искусства и науки, почитаемому во многих культурах мира, индуистскому Богу Ганеше.

Книга адресована широкому кругу интересующихся индийской философией, религией и культурой, а также для чтения в кругу семьи.

Благодарим всех участников проекта Краудфандинга по изданию этой замечательной книги и выражаем особую благодарность нашим спонсорам: Глебу Маркову и Николаю Оглоблину.

На русском языке книга «Любящий Ганеша» публикуется впервые.

ISBN 978-5-6043339-2-1

© Himalayan Academy, 2019

© Издательство «Индуизм сегодня», 2023

По вопросам приобретения книги:

Тел.: +7 (499) 340-5809

e-mail: letters@hinduism.today

www.hinduism.today



ИЗ УПАНИШАД

Путь к Высшему

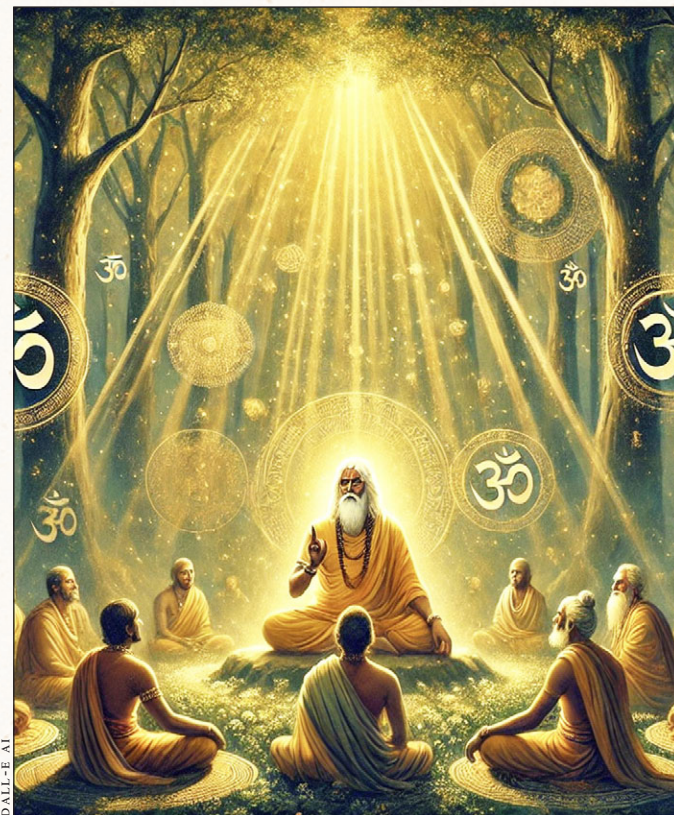
Преодоление телесности
посредством аскетизма и благодати

Отрывок из «Майтри упанишады», глава 4, стихи 1-6, в переводе С. Радхакришнана.

1. Группа валикхильев, аскетов, известных строгим целомудрием и дисциплиной, подошла к Праджapati Крату, своему учителю, и сказала: «Приветствуем тебя, уважаемый учитель. Пожалуйста, наставь нас. Ты наш проводник и путь к освобождению, и нет иного пути. Мы хотим знать: каков метод или правило, с помощью которого воплощённая душа (дживатман) (в тексте – бхутатман. – Прим. пер.), покинув это тело, достигает единения с истинным «Я» (Параматманом)?» Услышав это, Праджapati Крату так ответил им:

2. Это было объяснено в другом месте: подобно волнам в могучей реке, поступки и переживания прошлого не могут быть отменены. Подобно приливу океана, приход смерти не остановить, он неизбежен. Воплощённая душа связана, как хромой, попавший в оковы плодов своих добрых и злых поступков. Она подобна узнику, лишённому свободы и независимости. Оказавшись в царстве смерти, тот охвачен множеством страхов. Он словно опьянён иллюзией и мечется без цели, одержимый злым духом, пребывая в смятении. Это как укус огромной змеи – объекты чувств – звук, осязание и зрение – отравляют разум. Это состояние можно сравнить с пребыванием в крошечной тьме страсти и невежества. Это как наблюдать за трюками жонглёра-иллюзиониста или пребывать в иллюзорном сне. Подобно полой сердцевине бананового дерева, эти мирские объекты лишены истинной субстанции. Воплощённая душа подобна актёру, без конца меняющему свои одежды, создавая у зрителей иллюзию реальности. Поэтому было сказано: «Звук, осязание и тому подобное бесполезны для человека, стремящегося к освобождению». Когда воплощённая душа привязывается к ним, она забывает о своём высшем состоянии и своей истинной природе».

3. Однако есть противоядие от страданий воплощённой души: овладение знанием Вед и усердное исполнение своих обязанностей. Каждый человек должен следовать обязанностям той стадии жизни (ашраму), к которой он принадлежит, – это путь, предписанный его дхармой. Другие занятия подобны ветвям, отходящим от центрального ствола дерева. Следуя своим обязанностям, человек восходит к освобождению; пренебрегая ими, – спускается вниз. Обязанности, изложенные в Ведах, являются истинным руководством для человека. Нарушать их – значит отклониться от пути, ведущего к освобождению. Если кто-то утверждает, что человек, практикующий аскетизм, не принадлежит ни к какой стадии жизни, это неверно. Однако, не практикующий аскетизм, не достигнет успеха ни в познании своего «Я», ни в совершенстве своих дел. Ибо, как было сказано: «Аскезой (тапасом) достигается благо (самтвa); от блага возникает понимание; пониманием достигается «Я». Осознавший «Я» (Атман), более не возвращается в круговорот рождений и смертей.



4. Тот, кто достиг знания Брахмана, сказал: «Брахман есть». Другой, очищенный аскезой, заявил: «Это врата Брахмана». Ещё один, глубоко погруженный в медитацию, заявил: «Ом – это проявленное величие Брахмана». Таким образом, Брахман постигается посредством триады: знания, аскезы и медитации. Тот, кто практикует эту триаду, превосходит Брахму (Хираньягарбху, космического творца) и достигает высшей Божественности, которая находится за пределами богов. Тот, кто знает Брахмана и поклоняется ему с помощью этих трёх, обретает вечное счастье, неизмеримое и свободное от страданий. Освобождённый от всего, что прежде связывало его и причиняло страдания, возникший тела достигает полного единения с истинным «Я».

5. Тогда валикхильи спросили: «Почтенный, ты – наш учитель. Твои наставления прочно закрепились в наших умах. Теперь разреши ещё один вопрос: огонь, воздух, солнце, время, дыхание, пища, Брахма, Рудра, Вишну – одни медитируют на одно, другие на другое. Кто из них лучший, на что нам медитировать? Праджapati Крату так ответил им:

6. Всё это лишь главные формы Всевышнего, бессмертного, бестелесного Брахмана. Каждый из нас, преданный одной из этих форм, наслаждается его аспектом в своём мире. Ибо сказано: «Вся эта вселенная есть Брахман». Различные формы – огонь, воздух, солнце и так далее – являются его главными проявлениями. Человек медитирует на них, поклоняется им и в конечном итоге превосходит их. Благодаря этой практике он поднимается всё выше и выше в мирах. А с наступлением всеобщего растворения (конца), достигает единства с Верховным Пурушей, Вечным «Я».

САРВЕПАЛЛИ РАДХАКРИШНАН (1888–1975) – индийский философ и государственный деятель, первый вице-президент Индии (1952–1962) и второй президент (1962–1967). Он имел докторские степени в области естественных наук, философии и теологии.

Запечатляя божественное

Древние ремёсла Индии, процветающие по сей день, захватывающе рассказывают о творчестве и религиозном рвении людей. Гравировка по камню, литьё металла, резьба по дереву, лепка из глины и игра на древних музыкальных инструментах — давайте познакомимся с живыми историями традиционных представителей этих пяти видов искусств из Тамилнаду.

Текст Падмы Кришнан, Фотографии Энн Петри

Камень



Ванналах истории, когда наши предки хотели выразить себя, они обращались к самому долговечному средству, которое было у них под рукой, — к камню. От примитивных наскальных рисунков древние люди перешли к резьбе по камню. Они выбирали камни за их исключительную прочность, и этот выбор на протяжении тысячелетий сохранял их вклад в наше общее наследие.

В богатстве индийской мозаики резьба по камню породила великолепную храмовую архитектуру, которая является свидетельством изобретательности и преданности её разнообразного населения. Такие чудеса, как храм Кайласанатха в Эллоре, храмы Кхаджурахо в Мадхья-Прадеше и храм Брихадишвары в Танджавуре, — это не просто сооружения. Это живые истории, заставшие в камне. В Индии также находится множество каменных астрономических обсерваторий. В обсерватории Джайпура, построенной в 1700-х годах, находятся самые большие в мире солнечные часы, которые до сих пор функционируют.

Обширные ландшафты Индии предлагают мастерам широкий выбор камней для создания магии неподвластной времени. В штате Раджастан мрамор занимал центральное место в зодчестве, благодаря чему появилась знаменитая решётчатая конструкция в джайнских храмах Дилвара в Маунт Абу. С XVI века Агра и Раджастан были центрами мраморной инкрустации. В южных штатах Тамилнаду, Карнатака и Андхра-Прадеш изобилие гранита породило великолепные храмовые комплексы, такие как храм Минакши в Мадуре, Неллайанпар в Тирунелвели и высеченные в скальной породе сооружения Махабалипурама, украшенные величественными колоннами и колоссальными монолитными статуями. Точно так же наличие базальта в Телангане сыграло ключевую роль в создании изысканных скульптур в храме Рамаппы.

В то время как впечатляющие соборы Запада продолжают восхищать нас и по сей день, мастерство, с которым создавались эти великолепные сооружения, пришло в упадок. Однако в Индии древние формы искусства и ремёсел демонстрируют историческую преемственность и в наше время, поскольку они тесно связаны с живыми религиозными традициями. Скульпторы, вырезающие изображения божеств и храмы из камня, считают сохранение своего богатого наследия священным долгом. По мере распространения индуизма за пределами Индии мастера по камню используют свои традиционные навыки для строительства храмов в стиле Чола даже в таких отдалённых местах, как Гавайи.

В наши дни традиционный индийский скульптор следует тем же правилам, которые применялись при строительстве грандиозных храмов в эпоху правления династий Чола, Пандья или Чалукья. Он использует те же инструменты, что и скульпторы прошлого, — молоток и долото. Мастер-резчик интуитивно обращается с долотом

Мастер вырезает последние штрихи на мурти богини в новом храме в Тамилнаду.

и молотком, отказываясь от использования станков на последних стадиях вырезания мурти божества. Он настолько погружается в работу, что мурти божества, которое он вырезает, иногда открывается ему. Один из художников, с которым мы беседовали для этой статьи, Шива, сказал, что у него был опыт общения с Божественной Матерью, когда он вырезал голову богини Амман. Преданность делу таких мастеров направляет *прапанча-шакти*, космическую энергию, в мурти, делая её доступной для верующих, посещающих храмы.

Четыре этапа создания скульптуры божества

Скульптура божества (мурти) изготавливается в несколько этапов. Ожидается, что каменные мурти прослужат 3000 лет, поэтому скульпторы уделяют пристальное внимание каждому этапу, помня о своём наследии. Резьба по камню – это физически и психологически тяжёлая работа. Даже малейшая ошибка может свести на нет всю работу, что приведёт к потере ценных ресурсов и труда.

Выбор камня: резчики выбирают камни в зависимости от его качества и размера мурти. Они используют традиционные методы, такие как визуальный осмотр, проверка по звуку и с помощью воды, чтобы определить, какие камни лучше всего подходят для резьбы. Камни, которые издают чистый звук при ударе и не оставляют водяные следы при высыхании после смачивания, лучше всего подходят для резьбы. Водяные следы указывают на скрытые трещины, и камень может легко сломаться во время работы или вскоре после неё. В штате Тамилнаду резчики по камню делают камни на три типа: мужские, женские и нейтральные.

Камни женского типа хорошо подходят для вырезания изображений божеств, потому что они податливы и хорошо держат форму. После того как в карьере найден подходящий камень, его обрезают до нужного размера и перевозят. В старину перед вырезанием камня проводили пуджу, чтобы отколотый кусок сохранил свою жизненную энергию.

Резьба: создание скульптур божеств – сложный и трудоёмкий процесс. На первом этапе камень вымачивают в воде в течение нескольких дней, чтобы размягчить его. Затем проводится пуджа, чтобы получить благословение выбранного бога или богини. После этого скульптор по памяти, основываясь на древних текстах, рисует на камне изображение божества. Большинство современных мастеров используют электроинструменты для придания мурти грубой формы, но мелкие детали всегда вырезаются вручную.

Обработка: после того как изображение божества полностью вырезано, мурти натирают кунжутным маслом, чтобы придать блеск. Для более тёмных оттенков используется смесь жжёной кокосовой скорлупы и кунжутного масла. Глаза божества имеют большое значение. Их закрывают тканью до кумбхабхишекама и открывают только после освящения мурти в храме.

Освящение: когда мурти попадает в храм, её устанавливают после сложной пуджи. Традиционно её погружают в воду, зерно и монеты на 48 дней перед кумбхабхишкой. Если мурти заменяет сломанное, энергия предыдущей мурти передаётся миниатюрной копии, сделанной из фигового дерева. Копия остаётся заряженной энергией благодаря чтению мантр и пуджам до тех пор, пока не будет установлена замена.

Во время творческого процесса всегда присутствует мастер-резчик. Он выбирает камень, следит за резкой, по памяти рисует изображение и аккуратно обрабатывает его, чтобы раскрыть скрытого в нём Бога. Работа с камнем требует множества навыков. Скульпторы должны хорошо чувствовать масштаб и пропорции, а также знать мифологию и иконографию. Каждому индуистскому богу поклоняются в бесчисленном множестве форм, и скульптор должен знать каждую из этих форм в деталях.

Древние резчики по камню демонстрировали своё мастерство, создавая массивные колонны, грандиозные храмовые комплексы и изысканные мурти. Их удивительные работы можно увидеть на крышах и колоннах больших храмов в Мадуре, Тируваннамалае, Чидамбараме, Тируваруре, Тирувакарае, Тируварангу и Тирунелвели. В каждом из этих храмов есть величественные залы, известные как Айирам каал мандапам («зал тысячи колонн»), отличающиеся своим дизайном. На колоннах изображены мифологические сюжеты и повседневная жизнь простых людей. Они также эффективно снижают уровень шума.

Поющие камни

Древние скульпторы умели так обрабатывать камень, что он начинал петь. Да, талантливый скульптор мог выбрать подходящий камень и вырезать его так, что при ударе каменные колонны издавали мелодичные звуки. Мы можем послушать музыкальные колонны в храмах Тируперунтурай, Сучиндрама, Тирунелвели и Алвартирунагари в штате Тамилнаду, а также в Хампи, штат Карнатака, и Лепакши, штат Телангана. Спустя столетия

после создания они поражают посетителей звуками классической индийской музыки. В былые времена музыканты настраивали свои инструменты с помощью этих колонн.

Монолитные чудеса

Индия может похвастаться колоссальными статуями и храмами, высеченными в скалах по всей стране. Храм Кайласанатха в пещерах Эллары, высеченный в скале примерно 1200 лет назад, является архитектурным чудом. Точно так же высеченные в скалах храмы Масрур в Химачал-Прадеше, известные как Химачалская Эллора, являются монолитными храмами. Они посвящены Шиве, Вишну, Брахме, Дурге и Солнцу.

В штате Карнатака находятся пять массивных монолитных статуй джайнского тиртханкары Бахубали, в том числе колоссальная 17-метровая статуя Гоматешвары в Шраванабелаголе. Этот гранитный монолит был одной из самых высоких статуй в древнем мире. В Бавангадже в Мадхья-Прадеше находится вторая по величине в мире монолитная статуя Ришабхадэвы, высеченная из горы в XII веке. Её высота составляет 26 метров.

Мастерство в вырезании массивных монолитов сохранилось и по сей день. Недавно в Аллагадде, штат Андхра-Прадеш, из цельного камня была вырезана статуя Ханумана высотой 10 метров, которую перевезли в храм Ситха Рамасами в Керале. В штате Тамилнаду был высечен ещё один колоссальный монолит – впечатляющая статуя Вишварупы Маха Вишну высотой 20 метров. Это гигантское творение весом в ошеломляющие 300 тонн было установлено в храме Котхандарамасвами в Бангалоре. Подобные современные чудеса служат убедительным

доказательством исторической преемственности таланта в резьбе по монолитам.

Знания и навыки обычно передаются из поколения в поколение в семьях ремесленников по мужской линии. В то время как следующее поколение в традиционной семье ремесленников может выбрать другую профессию, многие учебные заведения сейчас предлагают профессиональные курсы по традиционному ремёслам, привлекая новые таланты к этим древним профессиям. Стоит отметить, что студенты часто продолжают обучение у традиционных скульпторов, чтобы отточить своё мастерство.

Растущий интерес к изделиям ручной работы увеличил спрос на резные изделия из камня для декора и приготовления пищи. Ремесленная промышленность является основным источником занятости в неорганизованном секторе Индии, а индийские ремесленные изделия пользуются спросом во всём мире. Религиозные праздники, такие как Наваратри, Ганешчатуртхи и Дивали, поддерживают древние ремёсла, поскольку люди покупают мурти, кукол и лампы для их празднования. Кроме того, устойчивый спрос на таких мастеров, как Шива, поддерживается строительством новых храмов по всему миру и реставрацией храмов в Индии. Эти мастера будут и дальше играть ключевую роль в том, чтобы в грядущие годы делать бесформенное Божественное доступным и понятным для верующих, подобно тому, как это делали их предшественники, вырезавшие скульптуры из камня тысячи лет назад.



(По часовой стрелке с левого края) рабочие выбирают подходящие камни в карьере; мастер-ремесленник Мани Велумани переносит рисунок яли на гранитную глыбу; скульптор шилпи вырезает фигуру яли, который представляет собой нечто среднее между львом и слоном; готовое изображение яли.



Фазы проявления



Металл



Наследие индийских мастеров по металлу восходит к 3000 году до н. э., о чём свидетельствуют реликвии ручной работы, найденные по всему субконтиненту, такие как статуя «танцующей девушки» из цивилизации долины Инда. Эта знаменитая бронзовая фигура демонстрирует раннее мастерство в технике литья по восковой модели, которую до сих пор практикуют индийские ремесленники. В последующие столетия мастера по металлу создали Железную колонну в Дели, прозванную «нержавеющим чудом». Этот 1600-летний страж продолжает интриговать экспертов своей удивительной устойчивостью к ржавчине.

Помимо того, что древняя Индия умела работать с железом, она также преуспела в производстве и экспорте стали. В тиглях Южной Индии выплавлялась сталь «вутц». Вутц, название которого происходит от тамильского «уруку» или «укку», был важнейшим сырьём для легендарных дамасских мечей.

Индийцы также умели создавать сплавы. Бронза, сплав меди и олова, на протяжении веков широко использовалась в религиозных изделиях из металла. В древних текстах упоминается точный состав для создания *панчалокси* или *панчадхату* – сплава из пяти металлов: золота, серебра, меди, цинка и железа. Другой сплав, *аштадхату*, состоит из восьми металлов: золота, серебра, меди, цинка, свинца, олова, железа и ртути. Каждый металл ассоциируется с каким-либо положительным качеством: золото – с чистотой, же-

лезо – с мужеством и т. д. Когда-то из золота и серебра делали великолепные колесницы.

Свамималай, гора богов

Бронзовое литьё, когда-то широко распространённое по всему тамильскому региону, сейчас практикуется только в Кумбаконаме и близлежащем Свамималае, а также в нескольких центрах вокруг Куддалора и Танджавура. Свамималай, в наши дни – центр этого древнего ремесла, стал синонимом бронзовых икон. Город расположен на берегу реки Кавери, где, согласно мифологии, изначальный звук Ом был явлен Господу Шиве. Его не по годам развитым сыном Господом Муруганом. Свамималай также является одним из шести мест пребывания Муругана.

Здесь ритмичный звон металла переносит нас в IX век, когда правили великие Чолы. Во время их долгого правления (с IX по XIII век) процветали искусство и культура. Они построили великолепные храмы, многие из которых, например, храм Брихадешвара в Танджавуре, функционируют до сих пор. Бронзовщики собирались вместе, чтобы отлить мурти и необходимые атрибуты для великих храмов по приказу правителей Чола, таких как царь Раджа Раджа, царь Раджендра и царица Сембиян Махадэви. Благодаря постоянному покровительству королевской семьи, наличию аллювиального песка и подходящей для их творений погодных условий, ремесленники селились у рек. На протяжении веков они стояли на страже, охраняя наследие, пережившее правящие династии. Местные жители с гордостью говорят: «Наше искусство так же старо, как священная гора».

Зародышем чудесных бронзовых творений является восковое изображение желаемой иконы. В прошлом его делали из пчелиного воска; в наши дни используют смесь смолы и воска. В *Шилпа-шастрах* упоминается метод литья по восковой модели. Вос-

ковую модель покрывают глиной, образуя форму, известную как *кару*, или «утроба». Эту форму укрепляют обугленной шелухой, солью, хлопком и металлической проволокой, а затем оставляют сохнуть на солнце.

На следующем этапе металл для мурти расплавляют до 1200 градусов по Цельсию в тигле, который топят дровами и брикетами из коровьего или козьего навоза. Воск плавят и сливают из формы, а опытные литейщики вручную заливают расплавленный металл в пустую форму. Металл принимает нужный вид по мере заполнения формы. После остывания глиняную форму разбивают, чтобы извлечь грубую бронзовую мурти. Затем её очищают с помощью пепла от костра.

Мелкие детали, выражения лиц и орнаменты вырезаются вручную. Глаза (*нетра*) вырезаются на последнем этапе; мурти становится священной и почитаемой после церемонии «открытия глаз». Мурти, рождённые таким образом, в конце концов устанавливаются на богато украшенные платформы. Перед тем как иконы покидают мастерские, проводится пуджа.

Свамималайские *стханапати* подчёркивают уникальность своего ремесла. Это однократное литьё: мурти отливается целиком и один раз, в отличие от метода Морадабада, при котором формы используются повторно, а руки и ноги отливаются отдельно и соединяются пайкой. Мастер Суреш Субраманиан говорит: «Использовать свои знания и творческий подход, чтобы вызвать улыбку на лицах моих заказчиков, и видеть их удовлетворение, когда они держат статую в руках, – это для меня огромное удовольствие и радость».

Этот трудоёмкий и опасный процесс занимает от нескольких недель до нескольких лет, в зависимости от размера и сложности мурти. Храмовые мурти пропорциональны размеру храма и главной иконы, *мулава-ра*. Мурти обычно цельные, но *ваханы*, та-

кие как Нанди или Лев, и колесницы являются полыми.

Изменения с течением времени

Древнее ремесло, передававшееся из поколения в поколение на протяжении тысячелетий, со временем претерпело изменения. Когда-то *стханапати* демонстрировали свои восковые модели в деревнях, и община оценивала их мастерство, прежде чем приступить к работе с драгоценными металлами. Такая строгая критика, которая больше не практикуется, сводила к минимуму количество производственных отходов и обеспечивала соблюдение традиций. Точно так же глина из муравейников и земля, которую топтали слоны или свиньи, ранее выбираемые за их текстуру и символическую чистоту, уступили место более быстросохнущим и дешёвым гипсовым формам. Огонь в печах тоже изменился: вместо дров используют газ или масло. Но мурти, отливаемые для поклонения в храмах и домах, по-прежнему формируются прежде из смеси пчелиного воска и смолы с аллювиальной почвой.

В качестве традиционных мер длины использовались кокосовые листья, размеченные по системе «тхала» (расстояние от макушки до подбородка). Некоторые *стханапати* сейчас используют ленты, но древняя иконография и пропорции остаются священными.

Ремесленники из Свамималае везут свои работы в столицу штата для получения экспортной сертификации от представителей ASI (Археологической службы Индии), которые ежемесячно приезжают туда из столицы страны. Этот процесс, призванный защищать предметы старины, стал сдерживающим фактором для покупателей и обузой для ремесленников, вызывая ненужные задержки, рост цен и даже потерю заказов. Они уже много лет просят создать местный

центр сертификации, чтобы облегчить внешнюю торговлю.

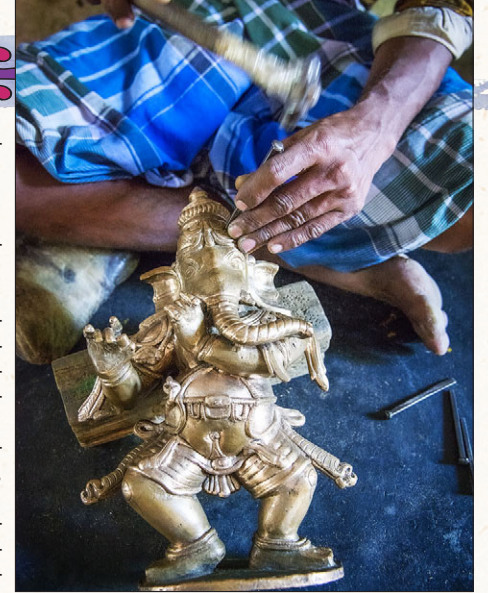
Иконографические мурти

Правители Чола были ревностными приверженцами Шивы. Во время их долгого и славного правления шиваизм процветал; они строили многочисленные храмы и покровительствовали ремесленникам и поэтам, воспевавшим Шиву. Вдохновлённые образами из поэм бхакти и королевской поддержкой, ранние изделия из металла эпохи Чола в основном изображали мурти Шивы, а позже стали включать в себя изображения Дэви, Ганеши и Муругана.

Танцующий Шива, Натараджа, стал популярным мотивом наряду со скульптурами поэтов-шиваитов. На редком изображении Шива предстаёт в образе Бхикшатаны, обнажённого аскета. Со временем появились едва заметные стилистические изменения. Ранние образы отличались минимальным декором, в то время как в более поздние периоды появились замысловатые орнаменты и детализированная одежда. По мере распространения вайшнавизма стали появляться образы Вишну, Лакшми и Кришны, но Натараджа и Ардханарешвара сохранили своё доминирующее положение.

Глядя в будущее

Это древнее ремесло сталкивается с тремя проблемами: ростом цен, дешёвыми подделками и изменениями в персонализированном поклонении. Поклонение мурти, которое когда-то было краеугольным камнем веры, сталкивается с социальными преобразованиями. Недавно моя подруга размышляла о судьбе мурти Кришны, которому её мать горячо поклоняется в традиции бхакти. Господа кормят, купают, наряжают в роскошные одежды и укладывают спать с песнями на ночь. Моя подруга и другие члены её семьи



склоняются к неритуалистическому пути и никогда не будут заботиться о семейной мурти так, как это делает их мать. В то время как старые мурти могут найти другого почитателя, можно задаться вопросом, как будущие поколения будут поддерживать индивидуальные формы поклонения образам богов. Тем временем мурти божеств стали популярны в качестве декоративного реквизита. Это стимулирует спрос, но некоторые ремесленники считают, что это принижает их священное искусство, основанное на поклонении.

Рост цен на металлы привёл к снижению местного спроса, а более дешёвые имитации, произведённые на станках, ещё больше усложнили положение индийских ремесленников на международном рынке. Маркировка с указанием географического происхождения является большим подспорьем. Она также обеспечивает защиту от подделок и помогает ремесленникам объединяться в кооперативы для обучения, повышения осведомлённости и привлечения капитала. Инициативы неправительственных организаций и правительства способствуют расширению рынка и внедрению технологических инноваций. Однако для выживания ремёсел и их мастеров крайне важно, чтобы этот рост не приводил к снижению ценности традиционного мастерства.

Несмотря на трудности, ремесленники сохраняют своё искусство. Наши интервью с мастерами по металлу выявили у них глубокое чувство ответственности и стремление к тому, чтобы их неподвластные времени изделия продолжали вдохновлять грядущие поколения. Эту преданность разделяют и те, кто не является потомственными ремесленниками. Всех их объединяет глубокая признательность за возможность оставить после себя непреходящее наследие. Это чувство священного долга придаёт им решимости в сохранении своего ремесла. Как поэтично выразил один из них: «Индия – это искусство; искусство – это Индия. Пока мы здесь, искусство будет существовать. Пока существует искусство, будет существовать и Индия». Их ремесло, выкованное в огне и вылепленное в земле, запечатлено в их душах и в душе их земли. Будем надеяться, что оно переживёт эпоху искусственного интеллекта, 3D-печати и добычи полезных ископаемых на Луне.

Из воска в литую бронзу



(По часовой стрелке сверху слева) Размягчение воска; формирование кисти руки в мудру; помещение восковой мурти в глиняную форму; нагревание формы для её затвердевания.



(Против часовой стрелки с левого края) заливка расплавленного металла в пустую форму после выплавки воска; мастер Суреш Субраманиан соскабливает остатки глины с мурти; завершающая обработка и полировка мурти Ганеши.

Дерево



В Индии деревьям оказывают глубокое почтение, считая их обителью божественных существ. Священные рощи, которые когда-то были неотъемлемой частью каждой деревни, служили убежищем для старых деревьев. В древних храмах часто можно увидеть *стхала-врикшам* – дерево, под которым медитировал какой-нибудь известный мудрец или где впервые появилось божество. Эти деревья тщательно охраняются, воплощая глубокую связь между географией Индии, религиозными традициями и духовностью.

Почтение к деревьям естественным образом проникло в богатое наследие индийской резьбы по дереву. Это проверенное временем ремесло развивалось на протяжении веков, формируясь под влиянием различных культур и видов древесины, что привело к появлению множества региональных стилей и техник. От замысловатых поделок из Раджастхана до скульптур в натуральную величину из Тамилнаду и резных изделий из орехового дерева в Кашмире – каждый кусок древесины рассказывает уникальную региональную историю.

Древняя родословная

Потомственные резчики по дереву в Индии ведут свою родословную от божественного зодчего Вишвакармы, которого призывают в начале работы над резьбой по дереву, изображающей божеств, колесницы и другие священные реликвии, а также при строительстве домов. Семейные навыки передаются из поколения в поколение в мастерских, заваленных опилками и стружкой. Ремесленник

Субараян, у которого мы взяли интервью для этой статьи, вспоминает, как началось его обучение, когда ему было около семи лет. Он и мальчишки его возраста из его семьи днём изучали инструменты, деревья и резьбу по дереву, а по вечерам учились рисовать. Он сетует на то, что повсеместное распространение фотоаппаратов привело к резкому сокращению времени, которое люди в наши дни тратят на оттачивание своих навыков рисования. Поскольку нынешнее поколение получает формальное образование, обучение ремеслу в наши дни отличается от того, каким оно было раньше. Даже ремесленники из традиционных семей начинают свою карьеру в более позднем возрасте. В отличие от резьбы по камню, женщины более активно участвуют в создании священных предметов из дерева.

Священные предметы

Религиозная резьба по дереву включает в себя широкий спектр предметов, используемых для поклонения и храмовых праздников. От величественных храмовых скульптур до изящных статуэток божеств, колесниц, искусно вырезанных личных святилищ и транспортных средств для божеств – усердная работа ремесленников проявляется во множестве форм и образов.

Резные двери стоят на страже у входов в храм, на их прочных рамах изображены божества и мифические события. Эти огромные двери – не просто входы, а порталы в миры, где легенды и реальность переплетаются, как лозы, создавая духовный резонанс с каменными стенами и скульптурами внутри храма. Массивные деревянные храмовые колесницы сами по себе являются чудом.

Изделия из дерева играют важную роль в личном поклонении в индуизме. В соответствии с ритуалами поклонения мурти, верующие создают в своих домах специальные места для поклонения с резными деревянными платформами, небольшими святилищами,

личными алтарями и мурти. В прошлом деревянные предметы были частью повседневной жизни в индийских семьях. Даже сегодня в традиционно построенных домах на деревянных рамах над входными дверями можно увидеть изображения Гаджалакшми. Священные символы, такие как цветок лотоса, трезубец и раковина, тщательно вырезаются на колоннах домов и храмов, и каждый символ имеет духовное значение.

Вырезая деревянную мурти

Резчики по дереву обладают обширными знаниями о местных породах деревьев, которые передавались из поколения в поколение устно. Деревья тщательно отбираются в зависимости от их предназначения. Обычно используются такие породы, как палисандр, тик, саман, ним, джекфрут, сандал, орех, инжир и многие другие.

Деревянная скульптура создаётся в три этапа: грубая обработка, детальная проработка и полировка. Создание священных мурти начинается с пуджи, которую проводит мастер-резчик. Он просит благословения у божества, которому посвящена скульптура, а также у Вишвакармы и семейного бога или богини заказчика. Это дань древним верованиям, согласно которым акт творения священен.

Грубая обработка: на первом этапе, при грубой обработке, бревну придают форму, близкую к задуманной скульптуре. Резчик использует стамески, топоры, молотки и другие инструменты, чтобы удалить лишний материал и выявить грубые контуры задуманной формы. Процесс, называемый *джадитту*, имеет решающее значение, поскольку он закладывает основу для последующих этапов резьбы, на которых вырезаются детали и более тонкие элементы. Во время резьбы по дереву поётся *дхьяна-шлока* Божества, чтобы призвать Его сущность.

Детальная проработка: когда появляется грубая форма, начинается второй

этап – создание скульптуры. С помощью стамесок, долот и деревянных молотков мозолистые руки ремесленников умело создают замысловатые детали. Из дерева появляется Божество – не просто скульптура, а сосуд духовности.

Полировка: на этом этапе мурти натирают до блеска, а затем, при желании, раскрашивают. Женщины вносят значительный вклад в полировку и раскрашивание деревянных мурти. С помощью наждачной бумаги и ручных инструментов они снимают с дерева последний слой, и скульптуры оживают, становясь яркими воплощениями преданности и творческого союза.

После пуджи готовая скульптура передаётся заказчику. Ремесленники выражают благодарность Божественному за завершение работы, просят благословения для нового владельца и прощаются со своим творением. Эта ритуальная передача помогает мастеру-резчику и его команде отпустить своё творение и отвлечься от напряжённой, почти медитативной работы.

Переосмысление будущего

Ремесленники работают в командах, и каждый из них играет важную роль в превращении куска дерева в предмет поклонения. На создание скульптуры может уйти от недели до шести месяцев, в зависимости от её сложности. В небольших мастерских работает до десяти ремесленников, а их зарплата составляет от 10 до 18 долларов США в день. Некоторые ремесленники приветствуют распространение станков с ЧПУ (числовым программным управлением), которые снижают затраты и увеличивают производительность. Они считают, что благодаря станкам деревянные изделия станут доступными для обычных людей. Окончательная отделка, полировка и покрытие краской или лаком всегда выполняются вручную. Скульптуры божеств, предназначенные для поклонения в храмах или домах, полностью изготавливаются вручную в качестве священного долга.

Массовая вырубка лесов стала серьёзной проблемой для обеспечения ремесленников местной древесиной. Теперь Индия импортирует древесину, что приводит к росту цен. Несмотря на трудности, с которыми сталкиваются традиционные ремёсла в условиях модернизации и вырубки местных деревьев, индийское религиозное ремесло, связанное с деревом, продолжает процветать благодаря преданности делу опытных ремесленников и усилиям по сохранению традиций. Например, правительство штата Одиша в рамках специального проекта выращивает разновидности деревьев, из которых делают колесницу Джаганнатха, чтобы удовлетворить ежегодный спрос.

Усилия по продвижению и сохранению этого ремесла включают в себя проведение ярмарок и выставок, а также образовательные программы. Правительства центральных и региональных органов власти награждают ремесленников, признавая их талант. Это очень поднимает моральный дух художников, трудящихся в своих мастерских. Многие из них кропотливо работают над своими шедеврами месяцами, чтобы продемонстрировать свои таланты.

Нынешнее поколение резчиков по дереву разбирается в технологиях и использует цифровые средства для продажи и продвижения своих изделий по всему миру. Вооружившись смартфонами, эти молодые люди управляют базовыми веб-сайтами, ведут аккаунты в социальных сетях и оперативно реагируют на запросы, поступающие через страницы в соцсетях. Ещё один способ продвижения – рекомендации из уст в уста в сообществах экспатов и в приложениях для обмена мгновенными сообщениями. Увлечённые резчики по дереву делятся своими знаниями и демонстрируют свои работы на каналах YouTube*,

* Нарушает законы РФ.

привлекая значительную аудиторию и формируя клиентскую базу. В то время как небольшие мурти и предметы для пуджи также продаются в качестве декоративных изделий на онлайн-платформах, персонализированные страницы в соцсетях, по-видимому, привлекают больше клиентов. Сын ремесленника Субараяна Гири Дхаран, отвечающий за ведение онлайн-бизнеса, упоминает, что они получают больше продаж через публикации в социальных сетях, чем через свои веб-сайты. Видеозвонки и платёжные шлюзы успешно сократили разрыв между традиционными резчиками по дереву, работающими в небольших городах и деревнях, и их заказчиками в отдалённых местах.

В наши дни художники переосмысливают традиции. Они создают современные образы, отражающие текущие реалии, сохраняя при этом суть древнего вида искусства. На дорогах Индии можно встретить мурти Господа Ганеши с ноутбуком или в очках. Эти новаторские работы попадают в галереи, на выставки и в частные коллекции. Они ещё не добрались до храмов, но, возможно, это произойдёт в ближайшие годы. Хранители этого древнего ремесла адаптируются к меняющемуся миру, находя альтернативные материалы, осваивая технологии и расширяя свой кругозор. Гармоничное сочетание древних знаний и современного мышления поддерживает традиции.



(Слева направо) Мастер Субараян рисует Ганешу на куске дерева, позади него – готовая Богиня; Субараян начинает резьбу, чтобы превратить двухмерный рисунок в трёхмерное мурти; божество-хранитель; детальная резьба изображения птицы; полировка скульптуры Ганеши; внук Субараяна играет в резчика по дереву.



Терракота



Земля была средством художественного самовыражения с древних времён. Запечённая или обожжённая земля, называемая терракотой, является популярным материалом для создания скульптур, табличек и других предметов поклонения во многих цивилизациях. В Индии ремесленники до сих пор создают божества из запечённой земли, напоминающие статуэтки из реликвий долины Инда. Терракотовые статуэтки играют ключевую роль в сельских ритуалах в богатом культурным разнообразием штате Тамилнаду. Археологические находки терракотовых горшков, статуэток и т. д. в Ариккамеду, Урайиуре и Тирукампулиуре в этом штате свидетельствуют о давности данной традиции. Это архаичное искусство до сих пор живо в центрах производства терракоты, таких как Виллианур, Мадурай, Тиручираппалли и Коимбатор. Мы изучили ремесло, практикуемое в Виллиануре.

Значение в Тамилнаду

На сельских дорогах в Южной Индии возле рисовых полей, прудов, на берегах рек и на границах деревень возвышаются большие фигуры ярко раскрашенных местных божеств. Вооружённые мечами, мачете, трезубцами, серпами и кнутами, они готовы уничтожить любого врага, пытающегося причинить вред тем, кто находится под их защитой. Эти терракотовые фигурки тесно связаны с местной культурой и уходят корнями в поклонение предкам. Традиция создания

терракотовых фигурок для защиты и процветания сохраняется и в наше время.

В прошлом существовало множество местных божеств, но в настоящее время регулярно поклоняются лишь некоторым из них. Среди них наиболее известны Айянар и Мариамман. Их статуи можно увидеть у подножия священных гор и храмов, и к ним обращаются за благословением перед входом в священные места, которые они охраняют. В деревнях Тамилнаду на ежегодных фестивалях под названием «Кутирай Эдуппу» или «Пурави Эдуппу» Господу Айянару приносят в жертву огромных терракотовых лошадей, теперь называемых лошадьми Айянара. Люди приносят эти вотивные подношения в знак благодарности за исполненные желания, а общины приносят их для процветания и защиты от бедствий.

Терракотовые изделия Виллианура

Река Санкарапарани протекает через город Виллианур; местные жители считают её священной. На берегу реки расположено множество древних храмов, а ил на дне реки богат медью, алюминием и железом. Прочность почвы позволяет создавать здесь большие терракотовые изделия. Благодаря реке, почве и мастерству местных жителей терракотовые изделия из Виллианура получили выданную правительством маркировку с географическим указанием.

Мы встретились с известным художником В. К. Мунусами в его мастерской, недалеко от старого храма Шивы. Его заразительная энергия и страсть ощутимы. В. К. Мунусами – художник в 23-м поколении в роду талантливых мастеров терракоты. Его родители, Кришан Патхар и Мангалакшми, также удостоенные наград художники, дожили до 100 лет; их портреты украшают стены его мастерской. Его жена и дочери специализируются на создании глиняных миниатюр, а сын проходит обучение на степень магистра изящных искусств

в Лондоне. Мунусами говорит, что ему нравилось лепить лошадей с самого детства. Он мечтает продолжать создавать всё более высоких лошадей и другие скульптуры до конца своих дней, до 100 лет, как его родители.

Создание терракотовых предметов может быть формой религиозного ритуала или медитации, связывающей художника с Божественным. Мунусами сравнивает создание терракотовой мурти с *лайя* («слияние») йогой: «Это требует терпения и концентрации, и вы должны постоянно держать в уме образ Бога, которого вы создаёте. Тогда ваши руки будут двигаться сами». Он говорит, что пять элементов, *панча бхута*, должны сотрудничать с вами и благословлять процесс; только тогда будет возможно создать скульптуру из глины. По мере того как мы разбираем процесс, взаимодействие с элементами становится очевидным.

Элементы скульптуры

Земля. Ил собирают с берегов реки. Берут три вида почвы с её дна; каждая из них имеет заметные отличия. Почву просеивают, чтобы удалить мелкие камни, и смешивают с опилками, рисовой шелухой и соломой. В старину добавляли слоновий навоз. Смесь ферментируется в течение пятнадцати дней.

Вода. В глину добавляют воду. На местном диалекте это называется «манну митхитал». Мужчины разминают комкующуюся грязь, чтобы сделать её гладкой и податливой, как тесто, которое замешивают вручную для приготовления идеальной буханки хлеба.

Из грязи в фигуру. Подготовленной глине вручную придают желаемую форму. В некоторых местах используются гончарные круги. В Виллиануре ремесленники используют технику скручивания и сдавливания, которая напоминает о строительстве здания, вырастающего из земли сантиметр за сантиметром. Более крупные фигуры лепят по частям и

собирают во время установки. Это облегчает транспортировку. Предыдущие поколения художников разбивали лагерь возле храмов, когда строили большие статуи, и отправлялись туда, куда вела их работа.

Сушка на воздухе. Небольшие статуэтки, украшения и лампы оставляют сохнуть естественным образом. Более крупные статуи сушат и обжигают.

Огонь и воздух. Крупные фигурки обжигают на открытом огне, чтобы укрепить и стабилизировать их. Для обжига используют поленья тамариндовых деревьев, коровий навоз, кокосовые скорлупки и листья. Обжиг имеет решающее значение: перегрев может привести к разрушению фигурок, а недостаточный нагрев делает их хрупкими.

Воздух и эфир. Под открытым небом аккуратно извлекают обожжённые скульптуры и оставляют остывать на открытом пространстве. «Перемешивание глины – физически утомительная работа. На следующий день мы ничего не можем делать», – говорит Мунусами. Он и его команда приготовили 100 тонн глины, чтобы сделать 8-метровые терракотовые статуэтки Челлиамман и других местных божеств в Тирувачиуре. Это своего рода рекорд. Но в наши дни ему трудно найти рабочих. Он считает, что разработка машины для выполнения манну *митхитала* может упростить процесс, сократив время и трудозатраты. Однако это нововведение также вызовет вопросы о его влиянии на традиционные ремесленные практики.

«Мы наблюдаем. И мы делаем», – говорит Мунусами. Символы каждого бога и богини, их оружие, выражения лиц и позы запоминаются с детства. Эстетика и пропорции интуитивно понятны. «Я не изучал это в школе. Я учился, наблюдая за скульптурами в храмах, за тем, как люди их создают», – он с любовью вспоминает, как в детстве наблюдал за своим отцом и лепил миниатюрные фигурки из глины. Он хочет

передать детям эту магию ручного труда. На его занятиях они играют с глиной и делают игрушки и свистульки. В его мастерской инструменты самые простые, и для создания форм из горстки глины нужны большие навыки. «Только пальцы, руки и палочка – это полностью ручная работа», – с гордостью говорит он.

Пока мы наблюдаем, Мунусами ловко орудует своими руками. За несколько минут кусок глины превращается в лицо, а когда он раскатывает и прилепляет к нему немного глины, получается человек с усами. В следующие несколько секунд у лица появляются два выступающих зуба, и оно становится свирепым; так рождается полубог. Миниатюрные фигурки изготавливаются непосредственно из глины. Благодаря их экономичности и портативности они создаются в больших количествах. Головы Будды и политических деятелей, таких как Махатма Ганди и Амбедкар, пользуются спросом. Во время таких фестивалей, как Ганешчатуртхи, очень востребованы статуи Винайки. Такой сезонный спрос является основным источником дохода для традиционных гончаров.

Разжигая пламя познания

Речь Мунусами изобилует цитатами из произведений тамильских святых поэтов Аувайяра и Тируваллуvara, которые сформулировали правила для телесной и духовной жизни. Их философия подчёркивает важность распространения знаний, что вдохновляет его свободно и страстно делиться своим опытом в области ремесла и местной культуры. Он обучил тысячи студентов, преподавателей и безработных молодых людей в Индии и по всему миру. Он считает, что традиционные ремёсла Индии могут стать отличным источником занятости.

Он сотрудничал с племенами Кота, живущими на холмах Нилгири в штате Тамилнаду, чтобы сделать их керамику коммерчески

жизнеспособной. Он регулярно работает с женскими группами взаимопомощи, обучая их. Он подчёркивает необходимость самостоятельности, изучения новых техник и реагирования на новые возможности. Он также работает с брасом, стеклопластиком и другими материалами, используя формы. Он надеется, что его сын познакомит его с современными техниками и сможет превратить Виллианур в центр обучения и производства терракотовой керамики.

Как и в случае с резьбой по дереву, усилия по популяризации и сохранению этого ремесла включают в себя проведение ярмарок, выставок и образовательные программы. Правительства центральных и региональных органов власти награждают ремесленников. Это очень поднимает боевой дух мастеров, многие из которых месяцами кропотливо работают над своими шедеврами, чтобы продемонстрировать свои таланты.

Проблемы и будущее

Урбанизация создаёт серьёзные проблемы для сохранения местных культурных традиций, таких как ежегодное обновление лошадей Айянара, которые когда-то были важной частью деревенской жизни. Цементные мурти быстро вытесняют глиняные. Мунусами утверждает: «Это заблуждение, что цемент служит дольше. Терракотовые фигурки служат тысячи лет, а цемент начинает разрушаться через семь лет». Ремесленники сталкиваются с трудностями при поиске сырья и квалифицированной рабочей силы. Растущая обеспокоенность по поводу добычи ила из рек и прудов привела к введению ограничений. Традиционно гончары имели наследственные права на участки деревенских угодий, где они могли добывать глину, но меняющееся отношение к владению землёй и взглядам на общие ресурсы ставит это под сомнение. В результате основное сырьё стало дефицитным и дорогостоящим.

Вечные творения, созданные из земли



(Слева) Мастер-ремесленник В.К. Мунусами создает новую фигуру; (внизу) иногда используется гончарный круг; (справа) двухметровые терракотовые лошади Айянара из Тамилнаду в музее Анандграм Санскрити в Дели.



Музыка



Богов часто изображают с инструментами: Кришну с флейтой, Шиву с барабаном и бычьим рогом, Сарасвати с виной, Ганешу с барабаном, Шакти с ручным барабаном в виде песочных часов и Вишну с раковиной. Каждый инструмент символизирует оттенок божественности, и мистики интерпретируют их музыку как уровни сознания. Кайлай Ватхьям, или Шива Ватхьям, – это ансамбль древних инструментов, которым более 2000 лет и на которых до сих пор играют в храмах Шивы, преимущественно в Южной Индии. На них играют во время всевозможных религиозных мероприятий: фестивалей, освящений, процессий, а также всякий раз, когда поют «Дэварам» или «Тирувасахам».

Мифы связывают эти инструменты с Господом Шивой: брахматалам, цимбалы, были подарены Шивой Брахме. Панчамуга Ватхьям, барабан с пятью сторонами, символизирует пять ликов Шивы. Рудра-вина была изобретена Раваной, который играл на ней, чтобы умиловить Шиву. Шива разбил барабан-песочные часы, удкай, чтобы создать барабан-рамку, парай. Он подарил святому Самбандару тиручиннам, латунный духовой инструмент. Бычий рог, Его любимый инструмент, украшает Его бедро.

Типы инструментов

В ансамбле Кайлай Ватхьям используют три основные категории инструментов: мембранофоны, латунные ударные и латунные духовые инструменты. Две другие группы – это струнные и раковины.

Мембранофоны (барабаны). Около 200 видов уникальных барабанов составляют основу древней тамильской музыки. Бочкообразные, песочные и каркасные барабаны играют важную роль. Игра на барабанах – занятие не для слабонервных. Во время игры большие барабаны Кайлай Ватхьям привязывают к плечам музыкантов, и они могут быть тяжёлыми. Гуру Вамадэван Джанардан говорит: «Игра на тхимилай (барабане в форме песочных часов, на котором играют пальцами) изнурительна». Пальцы опухают, и потом нельзя носить кольца». Но это его любимый инструмент!

В наши дни вместо шкур часто используют пластик, хотя Косайнагаран Шивакумар, известный гуру Кайлай Ватхьям из Ченнаи, возглавляющий группу Косайнагаран, настаивает на использовании шкур животных: «Из пластика мы получаем только звучание, но не музыку, не *натхам*».

Латунные ударные. Цимбалы, гонги и колокольчики добавляют ансамблю ритмические акценты и металлические тона. Чем тяжелее цимбалы, тем лучше звук. Студентка Ашвини любит играть на цимбалах, которые весят три килограмма: «Это как тренировка. Конечно, на следующий день болят руки. Но мне нравится сильный резонирующий звук».

Латунные духовые. Естественные гармоники создают латунные духовые инструменты – горны, арханчные трубы и рожки, а также конхи и тарай, представляющие собой

длинные латунные трубки с круглыми основаниями, такие инструменты, как тиручиннам, кутта-тарай и недун-тарай, создают величественные звуки, которые можно услышать за два километра.

В этих инструментах нет отверстий или клапанов для управления потоком воздуха. Для извлечения различных нот требуется невероятное мастерство и контроль дыхания. На них играют, двигая губами. Шива Каникавел говорит: «Играть на недун-тарай и кутта-тарай сложно. Через несколько минут нам приходится останавливаться». В оркестре музыканты по очереди исполняют непрерывную мелодию.

Струнные. Яаль и вина упоминаются святой Караикаль Аммеяр в её древних стихах, но они не являются частью Кайлай Ватхьям, поскольку издаваемый ими мягкий звук делает их непригодными для процессий.

Инструменты из морских раковин. В повсеместно распространённую раковину трубят, чтобы привлечь внимание богов и дэвов. Шивакумар отмечает, что она используется в трёх обрядах посвящения: «Во-первых, в младенчестве новорождённого кормят молочком и мёдом через маленькую раковину; во-вторых, в раковину играют на свадьбах; в-третьих, в неё трубят на похоронах». В раковину дуют по-разному в зависимости от случая: держат её боком, чтобы объявить о войне, направляют вниз на похоронах и вверх на храмовых мероприятиях.

Практические проблемы

Транспортировка и хранение инструментов – непростая задача. Некоторые из них очень большие, и все они хрупкие. Даже небольшая вмятина на металле или разрыв

мембраны барабана могут привести к серьёзным последствиям. Поэтому для их хранения требуется много места. Артисты часто дарят их своим ученикам, чтобы не носить с места на место.

Музыка ансамбля Кайлай Ватхьям смелая и величественная; она возвещает всему миру о прибытии царей и богов. Исполнение её в городе может вызвать возражения, поскольку она громкая и кажется агрессивной для некоторых слушателей. Сивакумар говорит: «Со временем мы перестали слушать громкие звуки (*валлисаи*), как раньше, будь то звук слоновьей трубы или барабанов; они больше не являются частью нашей жизни». Громкие звуки Кайлай Ватхьям могли заставить даже раненого солдата подняться и сражаться. В них была жизнь. Этот звук был жизнью. Это был Бог. Мы стали слишком слабы и не можем выносить такие звуки. Ваш сосед будет жаловаться, если вы будете играть дома».

Храмы как хранители

Из литературы известно, что в древней тамильской земле существовали сотни музыкальных инструментов. В период правления Чола количество инструментов Кайлай Ватхьям сократилось до 70, и в наши дни используется лишь около тридцати. Из этих инструментов в храмах играют только на пяти-семи.

В каждом древнем храме Тамилнаду есть главный музыкальный инструмент, на котором играют во время выполнения священных ритуалов, таких как пуджа, процессии и на праздниках. Например, в храмах Чидамбарам и Тируварур играют на суда-матхаламе – большой версии мриданги. А в храме Экамбарешвар в Канчипураме играют на рожке тарай. Ритуальные музыкальные представления в храмах имеют строгую структуру, и звуки

инструментов сообщают тем, кто находится снаружи, о том, что происходит внутри. По мере продвижения процессии божества музыка меняется соответствующим образом.

Путешествие музыкантов

Для музыкантов исполнение Кайлай Ватхьям – это больше, чем просто музыка; это духовное путешествие. Для посвящённых в шиваизм музыка – это божественное подношение Шиве и способ познать Его. Каждый музыкант, с которым мы говорили, мог рассказать увлекательную историю. Сивакумар был обычным офисным работником, пока тридцать лет назад не услышал Ватхьям в Тирувайяру. В тот святой день музыка побудила его снять рубашку, намазать себя священным пеплом и танцевать. Его путь в мир сакральной музыки привёл его в разные места, где он учился и стал преданным последователем Шивы. В 2008 году он уволился с работы после смерти своего гуру и посвятил себя игре и распространению древней тамильской музыки.

Чтобы прикоснуться к какому-либо из инструментов, нужно стать почитателем Шивы, а это значит носить рудракшу, наносить святой пепел на шестнадцать частей тела, стать вегетарианцем и дважды в день совершать пуджу Шивалингаму. Многие артисты стали более серьёзно относиться к своей духовной жизни после посвящения в шиваизм. Их пути к музыке были различными. Некоторых увлекло чтение «Дэварам» и «Тирувасахам», в то время как других поразила музыка в храмах, и они захотели играть.

Шанти, женщина средних лет, была очарована храмовой музыкой четыре года назад: «Когда я впервые услышала её, я стала рабыней этого звука. Я просто хотела играть на тех инструментах, на которых играли они».

Она нашла своего гуру, Вамадэвана Джанардана, в Читхалапете, недалеко от Ченнаи. Теперь она выступает с ним в храмах. Ашвини изучала священные тексты, когда училась в колледже, и услышала о программе музыкального обучения. Она записалась в группу и теперь играет уже восемь лет.

Будь то сама музыка или связь с Шивой через музыку, музыканты были очарованы и воспринимают это как божественную волю. Они просто подчинились ей. Опытные музыканты не делают различий между музыкой и Шивой. Шива приходит к ним через музыку, а они достигают Шиву посредством своей музыки.

ОБ АВТОРАХ



Падма Кришнан – независимый журналист, живущий в Индии. Сертифицированный преподаватель хатха-йоги, она увлечена исследованием общих черт древних мистических традиций.

Энн Петри – французский фотограф, специализирующаяся на аборигенных культурах. Кочевой образ жизни ведёт её повсюду: от шаманов в Амазонии до индуистских священников в Индии. Она увлечена людьми, которые сохраняют свои верования и традиции.



Первобытные инструменты богов

(От крайнего слева до крайнего справа) Коллекция инструментов ансамбля Кайлай Ватхьям. Звуки Ватхьяма просты и из-за физических пределов их сложно гармонично сочетать с другими инструментами, что ограничивает сферу их использования; группа Косайнагаран (Сивакумар в синей рубашке) со своими инструментами, включая Панчамуга Ватхьям, барабан с пятью гранями, представляющий пять ликов Бога Шивы; игра на двух латунных трубах одновременно; звучные удары в цимбалы; игра на бочкообразных барабанах в храме.





МЕСТА СИЛЫ

Последние обряды для дедушки

Через год после его ухода моя семья отправилась в Варанаси, чтобы посетить знаменитый храм Вишванатхи и торжественно погрузить его прах в Гангу

КРАТХУ ШАНКАРАНАРАЯНАН

Прошлой зимой моя семья отправилась в Индию в священный город Варанаси. Это была важная для нас поездка, потому что она совпала с первой годовщиной ухода моего дедушки. Кроме того, мои двоюродные сёстры из США впервые посетили Индию. После почти 24-часового перелёта из Хьюстона мы добрались до нашей первой остановки в Индии: Ченнаи, штат Тамилнад, где разместились у моего дедушки по материнской линии. Мы с нетерпением ждали поездки в Каши, как называют Варанаси. Мы вылетели из Ченнаи около полудня и через несколько часов приземлились в священном городе. Эта часть поездки была важна для меня, потому что я впервые посетил место за пределами Тамилнаду. Я не мог сдержать восторга.

Мои первые впечатления от города были незабываемыми, потому что я никогда рань-

ше не видел ничего подобного. Город разительно отличался от всех городов Южной Индии. Толкотня и суета Варанаси постоянно будоражили мои чувства. Было шумно. Повсюду были люди. Но город каким-то образом сохранял духовную атмосферу практически повсеместно. Я видел паломников со всего мира, и для меня, приехавшего из США, это был уникальный опыт. Разноцветные муралы с изображениями богов и богинь украшали стены каждого переулочка и забора. На каждой фреске присутствовали элементы индуистской культуры. Это напомнило мне настенную роспись в Ченнаи, изображавшую предметы из всех областей тамильской культуры.

Вскоре после приземления в городе я воссоединился со своими двоюродными сёстрами, Авой и Люси, и бабушкой по отцовской линии, которую я зову Патти. После встречи с остальными членами моей семьи мы взя-

ли такси и поехали к нашей первой остановке – храму Каши Вишванатхи, одному из самых культовых храмов в мире. Я был в восторге от посещения настолько священного места. Чтобы попасть внутрь храма, нужно было пройти долгую процедуру, включающую проверку документов и досмотр, почти как в аэропорту. Войдя внутрь, я был поражён тем, как он выглядит изнутри. За последние несколько лет в храме произошли значительные изменения: была проведена масштабная реконструкция, которая превратила его из небольшого мандира в выдающееся место поклонения, каким он является сегодня.

Моя бабушка вспоминала времена, когда храм был «размером с нашу гостиную» и едва вмещал всех пришедших паломников. Узнав об этих масштабных реконструкциях, я спросил у разных людей, что они думают об этом проекте. Наш гид Молуджи сказал:



Последние обряды: (слева) родители автора подносят рисовые шарики перед погружением в Гангу праха его дедушки в первую годовщину ухода; (справа) массовые кремации проходят на знаменитом Маникарника гхате.

«Я очень рад, что этот храм стал более заметным в Каши и получил заслуженное признание». В Каши обязательно нужен гид, особенно если вы не из Северной Индии. Как я уже упоминал, Каши – шумное место с большим количеством людей. Здесь очень тесно, и многие храмы спрятаны в переулках, вдали от главной дороги, поэтому не местным людям сложно найти их, и требуется проводник.

По сравнению со многими южноиндийскими храмами, которые я посетил, этот мандир был гораздо более просторным внутри. Храм содержался в отличном состоянии, и в нём не было ни мусора, ни даже пыли! Белоснежные мраморные полы приветствовали меня в обители Шивы, и я не мог сдержать восторга. Мы посетили каждый золотой мандапам, посвящённый отдельному божеству, и всякий раз получали благословение богов и богинь. Мои двоюродные сёстры были особенно поражены, поскольку они впервые посетили Индию и заявили, что никогда раньше не видели ничего подобного. Это был уникальный опыт для всех нас, позволивший сменить обстановку и взглянуть на вещи по-новому. После посещения храма Каши Вишванатхи мы вернулись в наш отель и провели там остаток дня.

На второй день нашего путешествия в Каши было запланировано больше всего событий. Мы начали день рано утром, соблюдали пост и направились к

Хануман-гхату на реке Ганга. Хануман-гхат и его окрестности отличаются от других гхатов большим количеством южноиндийских элементов, что контрастирует с преобладающим североиндийским влиянием в этом регионе. По мере того как мы приближались к дому священника, местность вокруг меня становилась всё более знакомой: стиль храмов напоминал храмы Южной Индии, и я слышал, как говорят на тамильском. Первым делом, которое мы запланировали на сегодня, были долгожданные погребальные обряды для моего покойного дедушки. Это было эмоционально напряжённое время для всей моей семьи, поскольку оно ознаменовало предание праха Таты Ганге и его последний

погребальный обряд. Мы совершили длительную церемонию *карьям* со священником в его доме, которая заняла около четырёх часов, а затем направились к Ганге, чтобы развеять его прах. Путь от дома священника был эмоциональным, мы много говорили и обнимались. Добравшись до Ганги, мы сели в лодку вместе со священником и начали ритуал кормления предков *тиндапрадамам*, во время которого моя мать скатывала рисовые шарики и затем мы опускали их в воду в качестве подношения моему дедушке. После того как эти рисовые шарики были опущены в священную Гангу, мы приготовились к последней части ритуала на лодке – развеять его прах над рекой. Пока мой отец и священник читали защитные мантры, мой дядя высыпал прах в реку. Это был печальный момент для всех нас, но он принёс моей семье столь необходимое успокоение. Мы разделили наши слезы, но мысль о том, что наш Тата в лучшем мире среди наших предков, утешила нас всех.

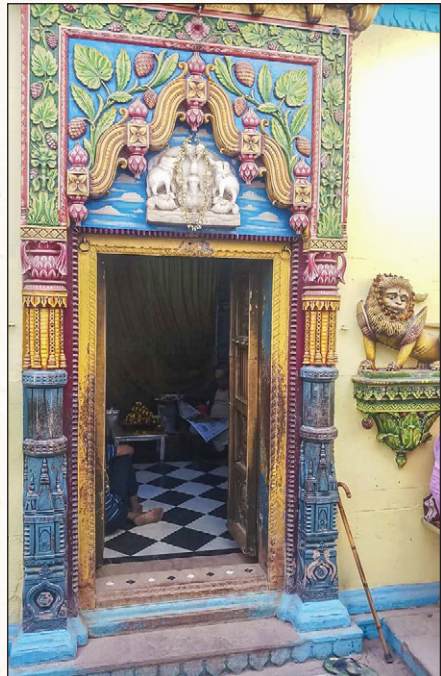
Вскоре после этого мы достигли кремационного гхата Маникарника. Проплывая мимо этого гхата, мы с двоюродными сёстрами увидели нечто необычное. В западном мире смерть воспринимается как сугубо интимное дело семьи, и люди предлагают поддержку тем, кто переживает утрату. Когда мой дедушка ушёл в Нидерландах, мы провели его похороны и поминки с друзьями и родственниками в этом районе. Мероприятие, которое мы устроили для моего дедушки, было скромным, и люди предпочли оставить нас с семьёй в покое в это непро-



Семейное паломничество: (слева направо) отец Кришнан, тётя Барбара, бабушка Кокила, мать Айшварья, брат Сатвик, автор Кратум, двоюродные сёстры Ава и Люси и дядя Мурали в отеле.



SEBASTIAN CASTELLIER/SIPA/NEWSCOM



WIKIPEDIA

Храмы Каши: (по часовой стрелке сверху) верующие, предлагающие воду из Ганги; вход в храм Вишалакши; священник, поклоняющийся Шивалингаму в храме Каши Вишванатхи; толпы людей окружают храм в ожидании даршана; в узком переулке у входа в храм Калабхайравы.

стое для нас время. Многие члены семьи моего дедушки не смогли присутствовать из-за того, что живут в Индии.

Это резко контрастировало с погребальной традицией в Индии, где смерть рассматривается как ещё одна часть жизни наряду с рождением. Люди здесь относятся к похоронам не только как к церемонии прощания, но и как к празднованию жизни! Саху, умахённые *вибхути* и с длинными дредами, медитировали на ступенях гхата, пока семьи оплакивали и кремировали тела своих близких. Воздух наполнялся специфическим запахом, который разбавлялся свежим утренним бризом, создавая общую обновляющую атмосферу. Мы с двоюродными сёстрами пришли к единому мнению, что у всех нас было какое-то тревожное чувство, когда мы проплывали мимо этого места. Может быть, дело было в том, что мы всё ещё переживали потерю нашего дедушки, или в том, что, видя, как другие оплакивают своих родственников, мы впадали в уныние, но в целом у нас было странное чувство, которое мы не могли объяснить. Несмотря на это, у всех нас осталось горестно-сладкое чувство. Вид саху, медитирующих на берегах Ганги, напомнил мне о духовности и святости места. Эта энергия воодушевила меня и помогла обрести истинное спокойствие, напомнив, что никто не может избежать круговорота жизни и смерти.

После этого лодка причалила прямо к тому месту, откуда мы начали свой путь, и мы пригото-

вились принять омовение в реке. В это время года Ганга была ледяной, но местные жители всё равно приходили и купались в ней. Из-за низкой температуры в городе было не так много паломников, что позволило нам более спокойно искупаться в реке. Я быстро переоделся и наблюдал, как мои отец, мать и брат без труда зашли в реку. Однако я сильно недооценил реальную температуру воды и думал, что она будет намного теплее, чем на самом деле. В Хьюстоне, откуда я приехал, температура воды в большинстве водоёмов, в которых я плаваю, составляет не менее 27 градусов, поэтому, когда я впервые вошёл в реку, это был настоящий шок. Сначала я медленно вошёл в воду, но вскоре понял, насколько она холодная. Я тут же выбежал из воды, как сказала моя двоюродная сестра, «крича, как ребёнок». Преодолев перво-

начальный страх, я осмелился снова войти в реку и быстро погрузился в обитель Богини Ганги. Вода в реке была холодной, но она согревала меня каким-то внутренним удовлетворением. Я погружался с головой три раза, и каждый раз сделать это было легче, чем в предыдущий.

После того как я вышел из реки, мне стало ясно, насколько плохо люди за ней ухаживают. Очень жаль, что паломники со всей Земли приезжают, чтобы получить благословение Богини Ганги, но всё равно оставляют повсюду мусор, как будто это ничего не значит. Я решил, что так не должно быть, и вместе со своими двоюродными сёстрами собрал в небольшой мешок мусор из реки, чтобы правильно его утилизировать. Надеюсь, однажды мы увидим Индию, в которой Ганга будет такой чистой, какой она заслуживает и какой должна быть по праву. Из-за этого открытия я решил спросить у людей, которые купались в реке, что они об этом думают. Я спросил пожилую женщину по имени

Гаятри, и она ответила: «Ужасно, как люди обращаются с Гангой. Верующие приезжают со всей Индии и совершают различные обряды, получая благословение Богини. Вместо того чтобы убирать за собой, они выбрасывают весь мусор с лодок в воду, загрязняя местную экосистему. Стало настолько плохо, что вы почти не видите рыбу и её обитателей, которые когда-то населяли эту местность. Как люди могут думать, что это нормально?» После общения с ней мы отправились обратно в отель, чтобы отдохнуть перед запланированными мероприятиями на оставшуюся часть дня.



DINODIA PICTURE AGENCY



HINDUSTAN TIMES/SIPA USA/NEWSCOM

Следующими нашими остановками на карте Варанаси были несколько небольших храмов в этом районе, начиная с храма Калабхайравы. Как любитель животных, я с нетерпением ждал посещения этого храма, потому что Калабхайрава (одна из форм Шивы, чьей ваханой, или ездовым животным, является собака) всегда был одним из моих любимых богов. Я так сильно его люблю, что даже назвал свою собаку в его честь – Бхайравы.

Храм расположен в самом сердце древнего города Каши. Дорога туда была совсем не такой, как в храме Каши Вишванатхи, куда было легко добраться, но вокруг было много охраны. Чтобы попасть в храм Калабхайравы, нужно было пройти через множество узких и переполненных переулков, прежде чем увидеть вход в мандир. С моей бабушкой это было непросто, но милостью Шивы и ниспосланного нам Богом водителя рикши мы успели вовремя. И этот храм сильно отличался от всего, что я когда-либо видел. Он отличался от больших храмов Южной Индии, которые я посетил до приезда в Каши.

Прогулка по многочисленным переулкам стала для меня новым опытом, но мои нью-йоркские родственники испытывали ностальгию. Это напомнило им о тех временах, когда они ходили по Манхэттену и другим многолюдным районам города. Преодолев весь этот хаос, мы добрались до храма, а затем долго стояли в очереди, чтобы войти, и наконец я смог увидеть моего любимого Калабхайраву.

Храм оказался небольшим и до отказа заполненным верующими. Мы совершили парикраму и получили благословение Калабхайравы, после чего приняли участие в довольно необычном ритуале. По периметру храма стоят жрецы, которые, прежде чем дать вам бусину рудракши (священную для



HINDUSTAN TIMES/SIPA USA/NEWSCOM

Шивы), слегка ударят вас по спине. Когда я приехал, мне об этом не сказали, так что сначала я немного удивился. Священник, постучав вас по спине, очень туго завязывает бусину на вашей руке. Эта практика проводится для того, чтобы буквально «выбить» все плохие предзнаменования и энергии, которые могут на вас воздействовать. Хотя мне было немного больно, я был рад узнать, что вся плохая энергия была из меня выбита.

Следующим в нашем списке был храм Вишалакши, представляющий уникальное сочетание архитектурного стиля Северной и Южной Индии, что отражает историю происхождения храма. Несмотря на то, что географически он расположен в Северной Индии, он был построен тамиллами и является одним из самых важных храмов для тамильской общины в Каши. Три главные богини, которым поклоняются тамилы, – это Минакши (главный храм которой находится в Мадуре), Камакши (главный храм которой находится в Канчипураме) и Вишалакши здесь, в Каши. Каждый из них является одним из 51 храма почитаемых в индуизме Шакти Питх.

Храм сливается с окружающей местностью, выделяясь только аркой у входа. Войдя внутрь, я сразу заметил здесь тамильское влияние. Меня встретила красивая и яркая арка со множеством символов, которые можно увидеть в Тамилнаду. Она напомнила мне о гопурамах, башнях, возвышающихся над входом в любой храм региона.

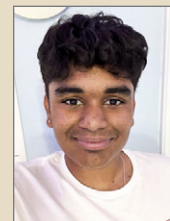
Мы выполнили обычные действия, которые совершают в каждом храме, в том числе положили деньги в ящик для пожертвований и получили благословение Богини. Кроме того, моя мама

смогла поговорить со священником и получила для нас возможность вместе с моими двоюродными сёстрами помочь совершить *абхишеку*, священное омовение, Вишалакши.

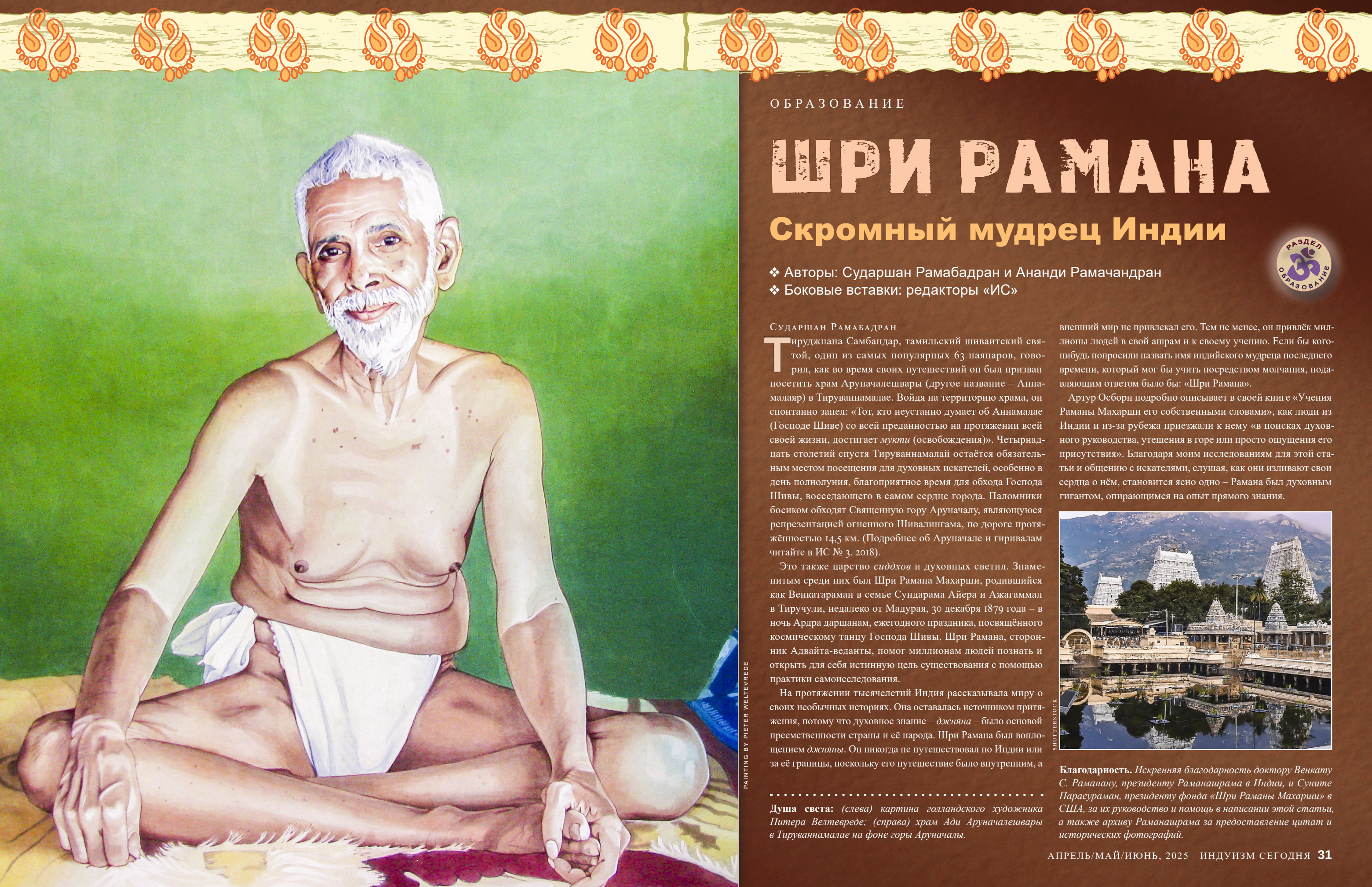
Это действительно позволило связать воедино всю нашу поездку для меня и моих двоюродных сестёр, потому что большую часть времени мы просто наблюдали за тем, как священники выполняют ритуалы, и принимали благословения. После *абхишеки* я почувствовал себя гораздо более удовлетворённым всем происходящим, что позволило мне по-настоящему принять благословения моей любимой Вишалакши. Мы закончили наш день ужином в ресторане возле Ганги и, наконец, вернулись в отель, чтобы отдохнуть.

Хотя мой визит в Каши был недолгим, это была одна из самых насыщенных и весёлых поездок в моей жизни. Я смог сблизиться со своими двоюродными сёстрами и разделить с ними это особенное путешествие. За время нашего визита мы много плакали и смеялись, а также увидели столько всего интересного. Это была долгожданная смена обстановки после зелёной, влажной и полной кокосовых пальм Южной Индии. Я каждый день благодарю Бога за то, что смог посетить этот священный город в Индии и испытать то, что я испытал, и с нетерпением жду следующего визита.

ОБ АВТОРЕ



Кратху Шанкаранараянан учится в 10-м классе средней школы Ридж-Пойнт в Миссури-Сити, штат Техас. Ему нравится участвовать в политических дебатах, заниматься волонтерством и изучать новые языки и культуру.



ОБРАЗОВАНИЕ

ШРИ РАМАНА

Скромный мудрец Индии

- ❖ Авторы: Сударшан Рамабадран и Ананди Рамачандрани
- ❖ Боковые вставки: редакторы «ИС»



Сударшан Рамабадран

Тируджнана Самбандар, тамильский шиваитский святой, один из самых популярных 63 наяноров, говорил, как во время своих путешествий он был призван посетить храм Аруначалешвары (другое название – Аннамалай) в Тируваннамалае. Войдя на территорию храма, он спонтанно зашел: «Тот, кто неустанно думает об Аннамалае (Господе Шиве) со всей преданностью на протяжении всей своей жизни, достигает *мукти* (освобождения)». Четырнадцать столетий спустя Тируваннамалай остаётся обязательным местом посещения для духовных искателей, особенно в день полнолуния, благоприятное время для обхода Господа Шивы, восседающего в самом сердце города. Паломники босиком обходят Священную гору Аруначалу, являющуюся репрезентацией огненного Шивалингама, по дороге протяжённостью 14,5 км. (Подробнее об Аруначале и гиривалам читайте в ИС № 3. 2018).

Это также царство *сиддхов* и духовных светил. Знаменитым среди них был Шри Рамана Махарши, родившийся как Венкатараман в семье Сундарамы Айера и Ажагаммал в Тиручули, недалеко от Мадурая, 30 декабря 1879 года – в ночь Ардра даршанам, ежегодного праздника, посвящённого космическому танцу Господа Шивы. Шри Рамана, сторонник Адвайта-веданты, помог миллионам людей познать и открыть для себя истинную цель существования с помощью практики самоисследования.

На протяжении тысячелетий Индия рассказывала миру о своих необычных историях. Она оставалась источником притяжения, потому что духовное знание – *джняна* – было основой преемственности страны и её народа. Шри Рамана был воплощением *джняны*. Он никогда не путешествовал по Индии или за её границы, поскольку его путешествие было внутренним, а

внешний мир не привлекал его. Тем не менее, он привлёк миллионы людей в свой ашрам и к своему учению. Если бы кто-нибудь попросил назвать имя индийского мудреца последнего времени, который мог бы учить посредством молчания, подавляющим ответом было бы: «Шри Рамана».

Артур Осборн подробно описывает в своей книге «Учения Раманы Махарши его собственными словами», как люди из Индии и из-за рубежа приезжали к нему «в поисках духовного руководства, утешения в горе или просто ощущения его присутствия». Благодаря моим исследованиям для этой статьи и общению с искателями, слушая, как они изливают свои сердца о нём, становится ясно одно – Рамана был духовным гигантом, опирающимся на опыт прямого знания.



Благодарность. Искренняя благодарность доктору Венкату С. Раманану, президенту Раманаширама в Индии, и Суните Парасураман, президенту фонда «Шри Раманы Махарши» в США, за их руководство и помощь в написании этой статьи, а также архиву Раманаширама за предоставление цитат и исторических фотографий.

.....
Душа света: (слева) картина голландского художника Питера Велтевреде; (справа) храм Ади Аруначалешвары в Тируваннамалае на фоне горы Аруначалы.



Жизнь под открытым небом: (по часовой стрелке слева направо) большую часть своей жизни Рамана сидел на открытом внутреннем дворе, когда тысячи посетителей приходили за его благословениями; самая ранняя его фотография, сделанная в 1902 году, когда ему было 22 года; встреча с Йогасвами из Шри-Ланки, во время которой не было произнесено ни единого слова.

с мощными электрическими лампами, проливающими прохладный милостивый свет на каждого, кто предстал перед ним».

Рядом с Бхагаваном

Рамана не путешествовал; те, кто желал мудрости, должны были приехать к Аруначале, как это сделал когда-то сам Рамана. Существует множество историй об этих визитах. Однажды великий тамильский святой Йогасвами из Джафны, Шри-Ланка, приехал навестить Раману. Они сидели вместе на полу в течение получаса. Никто из них не произнёс ни слова. Позже, в Джафне, Йогасвами ответил на вопросы своим любопытствующим последователям о той встрече: «Мы сказали друг другу всё, что нужно было сказать».

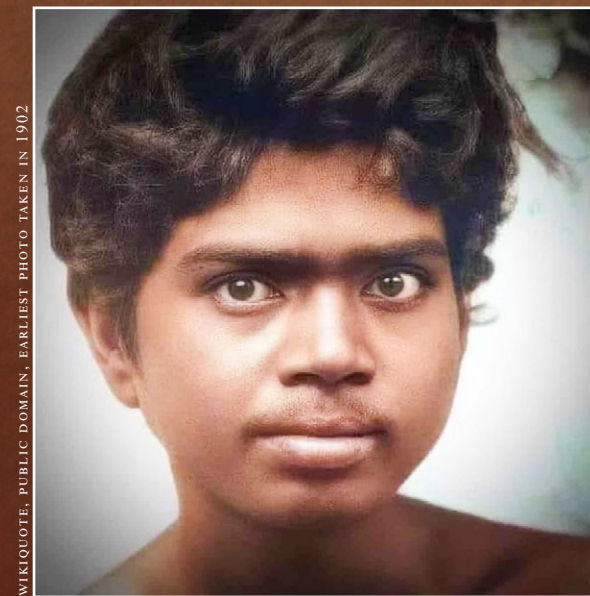
Не все посетители были столь просвещёнными. Однажды на специально арендованном автобусе приехала из Ченнаи большая команда последователей, чтобы потребовать полной отставки руководства ашрама и введения новой системы управления. Они вошли в зал и сели перед муни («молчальником»). Он не сказал ни слова, а они не осмеливались начать разговор. В конце концов, разочарованные, они покинули зал и вернулись ни с чем в Ченнаи. После этого Бхагаван шутливо заметил: «Интересно, зачем они приезжали? Чтобы изменить себя или ашрам?»

Английский писатель и драматург Сомерсет Моэм отправился навестить Шри Раману в 1936 году. Войдя в ашрам после утомительного путешествия, он потерял сознание. Его отнесли в хижину, где он оставался без сознания. Когда он открыл глаза, то увидел Рамана Махарши. «Он держался естественно и в то же время с достоинством. Его выражение лица было весёлым, улыбчивым и вежливым. Его глаза с доброжелательностью остановились на моём лице. Его тело было абсолютно неподвижным. Он улыбнулся и сказал: “Молчание – это тоже разговор”». Знаменитая книга Сомерсета Моэма «Лезвие бритвы» – это история искателя, который находит такого садгуру.

Шри Рамана был полностью сосредоточен на происходящем, его ум был внимателен к каждой детали, когда он гулял, ел или гладил корову. О его материнской натуре ходили легенды, основанные на его заботе о посетителях, например, на том, что он отказывался есть, пока не подадут еду пришедшим. Посетители отмечали его бережливость, говорили, что он наклонялся, чтобы достать хотя бы крошечку риса, и отмечали его почти армейскую пунктуальность.

Среди многих паломников, посетивших его, был Дилип Кумар Рой (известный индийский музыкант, певец, поэт и йогин. – Прим. ред.), который спрашивал о необходимости гуру, поскольку о Рамане часто говорили, что у него не было гуру. «В какое-то время у меня мог быть гуру, – ответил Рамана. – Гуру – это Бог или Самость. Сначала человек молится Богу об исполнении своих желаний. Затем приходит время, когда он молится о Самом Боге. И Бог является ему в той или иной форме, человеческой или нечеловеческой, чтобы направлять его как гуру в ответ на его молитву».

Как-то, когда Махарши всё ещё хранил молчание, Шивапракшам Пиллай, весьма учёный муж, спросил его: «Какова природа сознания?» И Рамана написал на своей грифельной доске: «Это сат чит ананда (бытие, сознание, блаженство), в котором нет даже следа мысли “я”. Это также называется “мауна” (“тишина”) или “атма” (“Я”). Это единственное, что есть. Если троица мира, эго и Бога рассматривается как отдельные сущности, то сохраняется иллюзия,



Учение в двух словах

Учение Раманы Махарши, представленное Артуром Осборном, основано на глубокой простоте самоисследования (*атма-вичара*) как прямого пути к самореализации. В основе его философии лежит идея о том, что истинное Я (Атман) – это вечное, чистое сознание, находящееся за пределами ума и тела. Осознание этого Я – конечная цель жизни, растворение иллюзорного чувства индивидуальности (эго), которое есть причина страдания.

Метод самоисследования основан на ответе на вопрос: «Кто я?» Когда возникают мысли, следует проследить их путь до источника – «я»-мысли или эго. Настойчиво подвергая сомнению природу этого «я», «я» в конечном итоге растворяется, открывая Я как чистое сознание. Этот метод позволяет избежать сложных ритуалов, интеллектуальных споров и аскетических практик, предлагая прямой и доступный путь к освобождению.

Рамана подчёркивал, что эго, или ложное чувство индивидуальности, является корнем всего невежества. Ум, отождествляемый с телом и внешними объектами, создаёт двойственность, такую как субъект и объект, которые затемняют вездесущую реальность «Я». Освобождение (мокша) наступает, когда ум перестаёт проецировать эти иллюзии и пребывает в своём источнике – Самости, Я. Он описал это состояние как «безмолвие» (*мауна*), бессловесное осознание, превосходящее интеллектуальное понимание.

Осборн подчёркивает, что для Раманы мир, тело и ум не являются в конечном счёте реальными, а являются преходящими проявлениями единой реальности – чистого сознания. Мир, по-видимому, существует только благодаря уму, который сам по себе является отражением Я. Когда ум спокоен, мир видится таким, какой он есть: проекцией, подобной сну.

Часть 1. Биография мудреца (1879–1950)

Ананди Рамачандран, Ченнаи

Однажды в детстве я спросил своего отца: «Живут ли сегодня риши, такие как Агастья, Вишвамитра и Вашиштха? Можем ли мы встретить их живущими в лесах?» Мой отец отнёсся к моему вопросу серьёзно. «Рамакришна Парамохамса был великим мудрецом, жившим в недавние времена и видевшим Дэви. Он жил в Калькутте, его учеником был Свами Вивекананда. Ты должен почитать о них. Великий мудрец Рамана Махарши живёт сегодня в Тируваннамалае. Он – *дживанмукта*, достигший свободы от перерождений».

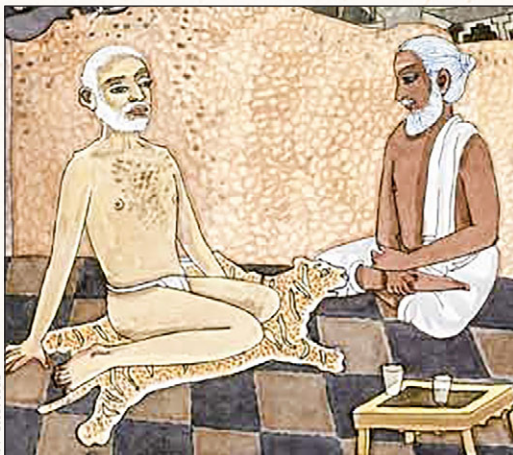
Через несколько дней мы отправились в Тируваннамалай (в 160 километрах к юго-западу от Ченнаи) и получили даршан, священное видение Раманы Махарши. Я помню, что это был будний день, и лишь смутно помню ашрам и людей, что мы встретили.

Много лет спустя, в 1992 году, в Тронхейме, Норвегия, я отправился навестить подругу, и она познакомила меня со своей подругой Сол. Когда я вошел в дом Сол на берегу фиорда, я увидел умиротворённые глаза, смотревшие на меня сверху вниз, и почувствовал трепет. Это была фотография Бхагавана. Сол была предан ему, как и многие неиндийцы, которых я встречал в Европе.

Тогда я пожалел, что не получил даршан Шри Раманы Махарши ещё раз, когда стал старше. Рамана достиг махасамадхи 14 апреля 1950 года. В момент, когда он оставил своё тело, свидетели увидели яркую падающую звезду, движущуюся к Аруначале, Священной горе над его ашрамом. Я мог бы много раз посещать святого, но молодые люди часто не придают значения духовным устремлениям, и такая возможность была упущена навсегда.

В чем заключалось его послание? Оно очень простое. Он сказал: «Познай себя». Прочтите множество его книг на английском и тамильском языках. Снова и снова звучит одно и то же послание: «Познай себя!». Он учил: «Осознанное блаженство наступает, когда человек пребывает в своей Самости, Я, спрашивая: “В чём истинный смысл Я?” Это блаженство спонтанно, неразруσιμο и безгранично». Его метод называется *атма-вичара*, исследование своего Я.

Последователи считали его воплощением сострадания. Один из них как-то сказал: «Самая поразительная черта физического облика Махарши, на которую должен обратить внимание даже случайный посетитель, – это его всегда сияющие глаза. Их можно было сравнить





подобно проявлению серебра в перламутре. Бог, это и мир на самом деле являются Шивасварупой (формой Шивы) или Атмасварупой (формой души)». Рамана объяснял: «У просветлённого человека это лишь кажущееся. Он наслаждается непрерывным трансцендентным опытом. Его это безраздно: оно подобно остову сгоревшей верёвки – хотя оно и имеет форму, оно бесполезно, чтобы хоть что-то связать».

Осознание в детстве

Венкатараман Айер (так звали Раману в детстве) был таким же, как и любой другой мальчик. Что в нём жило никто не знал. Он ходил в школу, играл с друзьями, плавал в деревенском водоёме и непременно побеждал в любых соревнованиях или играх. Он также был набожным. Часто ходил в храм Тирупаранкундрам и совершал прадакшину со своим одноклассником-мусульманином по имени Саб Джан. «Божьи творения одинаковы, в них нет различий. Бог один, кажущиеся различия в Боге созданы людьми», – говорил он своему другу-мусульманину.

В детстве Рамана был склонен к естественно глубокому сну. Он вспоминал: «Мальчики не смели прикасаться ко мне, когда я бодрствовал, но если у них были какие-то обиды на меня, они приходили, когда я спал, и уносили, куда им заблагорассудится, колотили меня или разрисовывали мне лицо углём, а потом клали обратно, и я ничего не знал о случившемся, пока они сами не рассказывали мне об этой шутке на следующее утро. Отец Раманы умер, когда ему было 12 лет, что поставило семью в тяжёлое положение.

В июле 1896 года, в возрасте 16 лет, Венкатараман, оставшись один в своём доме, был охвачен страхом смерти. Он вспоминает:

«Шок заставил мой ум обратиться внутрь, и я мысленно сказал себе: “Вот пришла смерть. Что это значит?” Я инсценировал наступление смерти. Я лежал, вытянув руки и ноги, как будто наступило трупное окоченение. “Ну что ж, – сказал я себе, – это тело мертво. Его отнесут на шамшан, сожгут и превратят в пепел”. Но буду ли я мёртв со смертью этого тела? Является ли это тело мной?» Внезапно страх смерти исчез, и Рамана погрузился в Себя. Жизнь Венкатарамана изменилась. Позже он назвал свой опыт смерти *акрама мукти*, «внезапное освобождение».

Три дня спустя он посетил великий храм Шивы Аруначалешвара в Тируваннамалае, у подножия Аруначалы, и вошёл в состояние транса, в близлежащей пещере. С каждым днём его аскезы усиливались. Его медитация была настолько глубокой, настолько изолированной от сознания тела, что муравьи проели его кожу: шрамы от этого можно было наблюдать на протяжении всей его жизни. Почти год спустя его нашёл дядя Неллайпанно. Венкатараман не хотел ни говорить, ни слышать, что ему говорили. Неллайпанн уведомил об этом мать мальчика, которая вскоре прибыла, чтобы заботиться о сыне. Поначалу Венкатараман отверг это предложение, но позже ей и её младшему сыну разрешено остаться.

Наиболее традиционным последователям не понравилось, что мать и брат Бхагавана жили с ним. Однажды Шешадри Свамигал, святой из Тируваннамала, пошутил по этому поводу, назвав Раману домохозяином. В Индии индуисты верят, что отказ от семейной жизни является первым шагом в поисках истины Я. Поэтому многие посчитали странным, что мать йогина жила в его ашраме. До сего дня руководство ашрамом остаётся за семьёй Раманы.



Священный город: (по часовой стрелке слева) вид с высоты птичьего полёта на знаменитый храм Аннамалаяр (он же Аруначалешвар), один из Панчабхута храмов (храмов пяти первоэлементов) Бога Шивы; Скандаирам, где Рамана жил в течение многих лет во время своей садханы, до того как был основан Раманаирам; инойская марка, увековечивающая память о его жизни.

Когда умерла его мать, Рамана сказал: «Она не ушла. Она соединилась с Самостью». Для неё было построено святилище самадхи, вокруг которого со временем вырос ашрам, ставший центром паломничества для последователей со всего мира.

Обитель покоя

И сегодня этот ашрам не является заброшенным местом. У ворот стоят авторикши, готовые отвезти любого почитателя, куда он пожелает. Неподаляку есть почтовое отделение, где обрабатывают многочисленную почту, которую ашрам получает и отправляет ежедневно. Когда Рамана был жив, ему приходили письма, адресованные просто «Махарши, Индия». Когда я вхожу на территорию ашрама, я ощущаю всепроникающую атмосферу покоя, шанти. Служебные помещения находятся справа. Мы проходим прямо в большой зал, где несколько женщин собирают цветочные гирлянды и тихо разговаривают. Входит немка с маленькой девочкой. Другие женщины приветствуют девочку улыбками и дарят ей несколько цветов. Та в восторге.

Одна из женщин рассказала мне, что эта женщина из Германии переехала поближе к ашраму, потому что хочет, чтобы её маленькая дочь росла в такой атмосфере. Ей повезло. Ребёнок впитает ценности мира, поклонения и медитации. Ей, должно быть, всего шесть лет, но она нежная и кажется такой довольной для своего возраста.

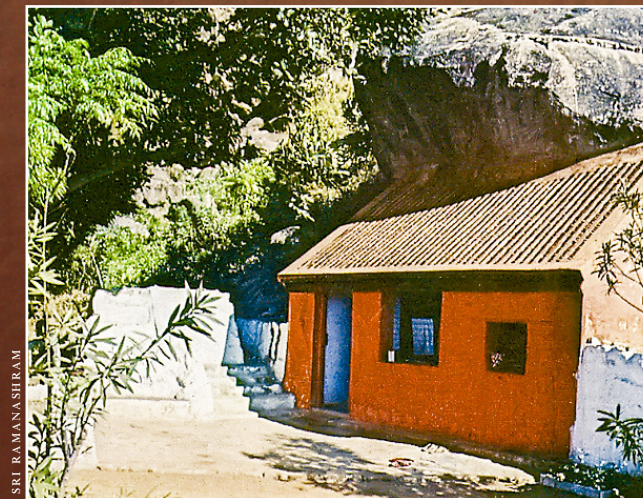
Они проводят пуджу для Махарши, хотя Рамана не верил в ритуалы. Он не был сторонником ортодоксальных традиций и насмехался над своей матерью, что та следовала им даже в вопросах еды. Например, она не употребляла в пищу лук, потому что это не саттвичный продукт. Бхагаван подшучивал над ней: «Осторожно с луком! Это большое препятствие для мокши».

«Реализация – это не приобретение чего-то нового. Это не новая способность. Это всего лишь ликвидация всякого камуфляжа».

На заднем дворе цветут цветы. Мы заходим в зал, где Рамана Махарши давал даршан своим почитателям. В последние годы своей жизни он хотел быть доступным для всех. Здесь царит гробовая тишина. Люди сидят на полу с закрытыми глазами. Нелегко контролировать свой ум, но в этом зале все кажется спокойными, и на их лицах отражается умиротворение.

Много цветов

Рамана не оставил официального преемника, но его учением сегодня руководствуются тысячи людей по всему миру. Некоторые читают его книги и посещают ашрам; другие следуют за учителем, который увековечивает мудрость Раманы. «Чему не суждено случиться, не случится. Что должно случиться, случится, несмотря на любые попытки это предотвратить. Здесь нет сомнений. Поэтому лучший выход – хранить молчание», – записал как-то на своей доске Рамана.



Хронология

Путешествие Бхагавана Шри Раманы Махарши в «Скандашрам» стало важной главой в его жизни, полной духовного отречения. История начинается с того, как в возрасте 16 лет Венкатарамана пережил глубокий «околосмертный» опыт в Мадуре. Это пробуждение вдохновило его покинуть семейный очаг и отправиться на священную гору Аруначала в Тируваннамалае в 1896 году.

В течение следующих нескольких лет Рамана погружался в интенсивную медитацию, первоначально проживая в зале с «Тысячью колоннами» и у Паталалингешвары на территории храма Аруначалешварар. Его садхана в это время была настолько глубокой, что он забывал о физических потребностях, сидя в тишине, погружённый в Себя. Из храма Рамана со временем перебрался в пещеры Аруначалы, включая пещеру Вирупакша, которая стала его домом на 16 лет (1900-1916). Эта пещера, названная в честь святого XIII века, обеспечивала Рамане уединение для медитации и привлекала все большее число последователей, искавших его руководства.

В 1916 году он переехал в Скандашрам, небольшое каменное жилище отшельника (см. фото выше), расположенное выше на горе Аруначала, названное в честь Сканды (имя господина Муругана). В Скандашраме к нему присоединилась его мать, Алагаммал, которая оторвалась от мирской жизни, чтобы служить сыну. Здесь учение Раманы расцвело, и ашрам стал центром для ищущих, сочетая в себе безмятежную красоту Аруначалы с простотой присутствия Раманы.

Алагаммаль скончалась в 1922 году, и её самадхи было обустроено у подножия Аруначалы. После смерти матери Рамана переехал на место, где находилось её святилище, которое позже стало Раманашрамом, что означало окончание его пребывания в Скандашраме. Сегодня это скромное сооружение остаётся уединённым местом паломничества. К нему ведёт крутая тропа, позволяющая заглянуть в суровую раннюю жизнь Раманы Махарши, всецело отданную созерцанию, и в наследие, которое он оставил духовным искателям.



Часть 2. Философия Раманы: будь таким, какой ты есть

Автор: Сударшан Рамабадран

Вопрос, который заинтересовал Шри Раману в детстве и побудил его отправиться в глубокое внутреннее путешествие, был: «кто я?» («наан йяр» на тамильском). Сегодня, если бы кто-то попытался найти информацию о Рамане Махарши в Интернете, этот вопрос часто сопровождал бы его имя.

Шри Рамана не предлагал новую философию. Вместо этого он продолжил наследие Шри Веда Вьясы, Ади Шанкарачарьи и множества других риши, помогая ищущим реализовать свой духовный потенциал. Когда Бхагавана спросили, совпадает ли его учение с учением Шанкары, он ответил: «Учение Бхагавана является выражением его собственного опыта и реализации. Кто-то находит, что оно совпадает с учением Шри Шанкары». Здесь уместно упомянуть, что Шри Рамана ссылаясь на «Вивекачудамани» Ади Шанкары, когда давал определение «Я».

В ответ на вопрос последователя о том, почему самоисследование само по себе может считаться прямым путём к реализации, Шри Рамана сказал: «Потому что другие пути, кроме самоисследования, предполагают сохранение ума как инструмента для следования ему, а значит, без ума его пройти невозможно. Это может принимать различные и более утончённые формы на разных этапах практики, но оно никогда не уничтожается. Попытка уничтожить это или ум методами, отличными от самоисследования, подобна вору, который становится полицейским, чтобы поймать вора, которым является он сам.

Только самоисследование может раскрыть истину о том, что ни эго, ни ум на самом деле не существуют, что позволит человеку осознать чистое, недифференцированное бытие Я, или Абсолюта». Об этом говорится в основополагающей биографии Артура Осборна «Рамана Махарши и путь самопознания», где автор объясняет, что самоисследование, к которому призывал Шри Рамана, отличается от того, что рекомендуют психологи, поскольку истинное самоисследование направлено на то, чтобы проникнуть «за пределы ума, к Я, из которого оно возникает».

Путь к Себе

Шри Рамана ясно дал понять, что избавление от эго имеет решающее значение для раскрытия священного, духовного «я». Многие искатели, объясняющие его учение, подчёркивают, что он хотел, чтобы они поверили в то, что нет «другого». Он имеет в виду не миллиард «я», а одно «Я», являющееся основой всего творения. Он призывал ищущих искать глубоко в себе и устранять представление о неправильных мыслях и поступках, независимо от того, связаны ли они с нашими физическими телами на грубом уровне или с нашими мыслями на тонком.

При беглом ознакомлении с трудами Раманы Махарши и его общением с последователями можно сделать вывод, что его учение не основывалось на какой-либо конкретной философии, но очевидно,

Почитание мудреца: (слева) на этой фотографии, появившейся в журнале Life в 1950 году, шиваитские священники предлагают Бхагавану поднос с подношениями, испрашивая благословения; (справа) Рамана с тилакой священного пепла на лбу.

что оно соответствует Адвайта-веданте. Несмотря на это, он искренне поклонялся Богу как Шиве и питал глубокую симпатию к шайва-сиддханте святого Таюманавара и 63 наянаров.

По словам Шри Раманы, самоосознание присуще искателям. «Состояние, которое мы называем реализацией, – это просто быть самим собой, ничего не знать и ничем не становиться. Реализованный человек – единственный свет ума, что есть и было всегда. Он не может описать это состояние. Он может быть только Тем. Мы говорим о «самореализации» за неимением лучшего термина».

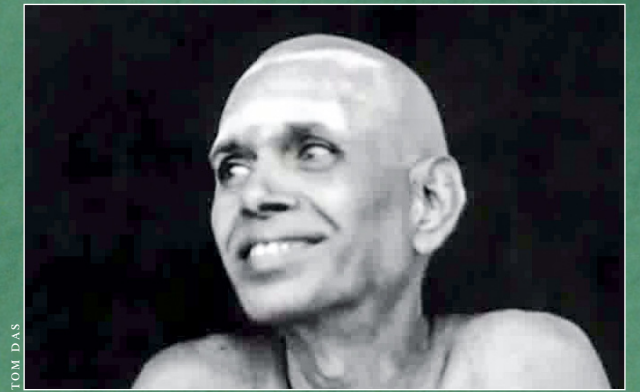
Рамана говорил: «Атман [Высшее Я] осознаётся с помощью *мрута манаса* (мёртвого ума), т. е. ума, лишённого мыслей и обращённого вовнутрь. Тогда ум видит свой собственный источник и становится Им. Но это не то же самое, когда субъект воспринимает объект. Когда в комнате темно, необходима лампа для освещения и глаза для восприятия предметов. Но когда солнце встаёт, нет необходимости в лампе, предметы видны и так; а чтобы увидеть солнце, не нужна лампа, достаточно обратить свой взор к самосветящемуся солнцу. Аналогично с умом. Чтобы увидеть объекты, необходим отражённый свет ума. Чтобы увидеть Сердце, достаточно обратиться к нему свой ум. Тогда ум теряет себя, и Сердце сияет» (Беседы со Шри Раманой Махарши, Мунагала С. Венкатарамья, беседа № 99, 19 ноября 1935 г.).

По словам Дэвида Годмана, одного из известных биографов Махарши и его учения, Рамана постоянно призывал ищущих и последователей задуматься над двумя вопросами: «Что это за существо внутри вас, которое осознаёт ваши мысли? Кто это внутри вас, утверждающий, что воспринимает объекты вне вас?» Гудман объясняет, что Шри Рамана не хочет, чтобы мы пришли к какому-то окончательному выводу; скорее, он хочет, чтобы мы отождествились с этим состоянием сознания посредством глубокого самоисследования. Это понимание необходимо для переживания настоящего счастья.

Доктор Венкат С. Раманан, президент Шри Раманашрама, в беседе со мной объяснил важность *джняна марги*, познания Себя, как единственной цели философии Адвайта-веданты. «Джняна марга – это прямой путь. Он выдержал проверку временем и вечен. Однако самореализация возможна только через искреннюю практику, хотя это и самый простой путь. Многие последователи и зрелые искатели Шри Раманы Махарши испытали на себе пребывание в «Я», но это осознание приходит только с практикой». Доктор Венкат объяснил, что идея самопознания находит сильный отклик в современном мире, что подтверждается значительным ростом числа приверженцев Шри Раманы даже в странах Ближнего Востока и Китае, без какой-либо евангелизации.

Спрашивайте внутри

Согласно Веданте, существует пять оболочек (*коша*), которые покрывают наше «Я». На санскрите они известны как *аннамая коша* (оболочка пищи), *пранамая коша* (оболочка жизненной энергии), *маномая коша* (оболочка ума), *виджнянамайя коша* (оболочка знания или мудрости) и *анандамайя коша* (оболочка блаженства). Шри Рамана учит, что необходимо не только распознавать эти оболочки, но и избавляться от них. Конечная цель – понять, что «Я», которое мы стремимся обнаружить, является основополагающей Реальностью, основой всего сущего. Согласно Шри Рамане, самоисследование – это «единственное безошибочное средство, единственный прямой путь к осознанию безусловного, абсолютного существа, которым вы на самом деле являетесь».



Бхагаван о бхакти

Хотя большинство историков относят Раману к адвайта-ведантистам, его особая привязанность к тамильским наянарам и песням Таюманавара, а также строительство им храма Шивы в Раманашраме указывают на то, что он ближе к адвайта-сиддхантинам. Этот термин обозначает недвойственную интерпретацию шайва-сиддханти, выраженную в древнем «Тирумантираме» Риши Тирумупара, форме монистического теизма, которая подчёркивает единство индивидуальной души (*дживы*) со Всевышним (Шивой).

«Бхакти – мать джняны. Глубокая преданность искателя в конечном итоге приводит его на путь самоисследования и мудрости» (Беседы со Шри Раманой Махарши, беседа 272).

«Целью любого религиозного поклонения является сосредоточение ума на Божественном. *Мурти* – это не просто камень; он олицетворяет Божественное присутствие, и поклонение может вывести человека за пределы формы к бесформенному Я» («День за днём с Бхагаваном», запись от 7-3-1946).

«Бхакти не отличается от *мукти*. Бхакти – это бытие Я. Человек всегда есть это. Он осознаёт это с помощью тех средств, которые использует. Что такое бхакти? Думать о Боге. Это означает, что преобладает только одна мысль, исключаяющая все остальные, поэтому бхакта – это *джняни*, с той лишь разницей, что в случае *джняни* эго растворяется в Я, а в случае бхакты эго сохраняется (Беседы со Шри Раманой Махарши, беседа 28).

«В процессе вашего поклонения оно становится глубоким и интенсивным, и тогда ум полностью погружается в Единое Существо, которое находится за пределами имени и формы. Это и есть осознание Себя, Я. Путь преданности (*бхакти марга*) или путь знания (*джняна марга*) в конечном итоге ведут к одной и той же цели – освобождению» (День за днём с Бхагаваном, 11-11-1946).

Сунита Парашураман, президент «Наследия Шри Рамана Махарши», зарегистрированной некоммерческой организации в Соединенных Штатах Америки (также бывший финансовый директор Meta [Facebook]*), объяснила значение основных учений Шри Раманы: «Адвайта веданта утверждает, что *ахамкара*, или эго, является основной причиной того, что мы забываем о своём истинном “Я”, Атмане. Бхагаван преподносит это учение в форме самоисследования, делая упор на прослеживании эго до осмысления “Я”. Это мощный инструмент. В противном случае *ахамкара* представляется расплывчатой концепцией: мы можем понимать теорию, но нам трудно применить её на практике и превзойти эго. Дав нам ключ к разгадке, проследив источник “я”, Бхагаван переносит высочайшую философию в сферу личного опыта». 20 лет назад Сунита была вдохновлена трудами Шри Рамана Махарши, и сегодня её семья глубоко увлечена его учением и жизнью.

Артур Осборн отмечает, что, хотя Рамана подчёркивал самореализацию как единственную цель, он также выделял другие средства духовного прогресса, включая *сатсанг*, который глубоко поощряется в индуистской культуре. Шри Рамана разделял взгляды Шри Ади Шанкары относительно важности общения с другими искателями и мудрецами и призывал своих последователей дорожить такими связями. Шанкара писал: «В обществе мудрых и добрых людей возникает непривязанность; из непривязанности проистекает свобода от заблуждений; там, где есть свобода от заблуждений, есть пребывание в самопознании, ведущей к освобождению при жизни» («Бхаджа Говиндам», стих 1).

Шри Рамана также пропагандировал практику пранаямы, но только под надлежащим руководством гуру. Он учил, что все формы

* Организация, признанная экстремистской в РФ.

Ашрам сегодня: (по часовой стрелке слева направо) в Зале самадхи шиваитские священники предлагают молоко Шивалингаму, за которым находится бронзовое мурти Раманы; территория ашрама с его несколькими зданиями и храмами.

контроля дыхания являются средством контроля ума, конечной целью которого является погружение внутрь себя.

Сохранение молчания было синонимом Шри Раманы. Во многих историях рассказывается о том, как святые того времени встречались со Шри Раманой, не обменявшись ни единым словом. Когда после встречи их спрашивали о сути их бесед, они отвечали, что было сказано всё, что нужно было сказать. Такова была сила тишины в присутствии этих мастеров. Что касается диеты, Шри Рамана рекомендовал искателям саттвичную, вегетарианскую и не острую пищу. При этом он не делился с поваром своими предпочтениями и ел всё, что готовилось для его посетителей. О джапе он говорил, что мысленная джапа предпочтительнее словесной.

Махарши был приверженцем бхакти-йоги и карма-йоги до тех пор, пока они не побуждали искателя отклоняться от пути самоисследования. Сунита вспоминала:

«Следуя пути Бхагавана, который ненавязчиво сочетал самоисследование с карма-йогой, я смогла выполнять свои обязанности с наибольшей эффективностью — как мать, жена, дочь дома и финансовый директор на работе. Секрет, которому учил Бхагаван, заключается в том, чтобы не отождествлять себя ни с одной из этих ролей и просто исполнять их, как актёры в пьесе». «Мне поручали управлять миллиардами долларов во всех корпорациях, в которых я работала, и я часто вспоминала пример Бхагавана о кассире, который эффективно обращается с большими суммами денег без эмоциональной

Сорок сутр мудреца

По скромной просьбе Шри Муруганара, ревностного почитателя, Шри Рамана Махарши изложил суть своего учения на поэтическом тамильском языке. Ниже приведены десять стихов, выбранных из этого исторического труда и предающих суть его философии. Считается, что английские переводы были составлены сэром Артуром Осборном.

(взято из sriramanamaharishi.com)

Стих 2. Все религии провозглашают три основы: мир, душу и Бога, но только одна Реальность проявляет Себя как эти три. Можно сказать: «Этих три, действительно, три» только до тех пор, пока существует эго. Поэтому, пребывать в своём Бытии, где «я» или эго мертво, — это совершенное Состояние.

Стих 3. «Мир реален» — «нет, это всего лишь иллюзорная видимость». «Мир обладает сознанием» — «нет». «Мир есть счастье» — «нет». Какой смысл так рассуждать? Познавший своё «Я» теряет все представления о единстве или двойственности, о себе и эго, присущие объективному взгляду.

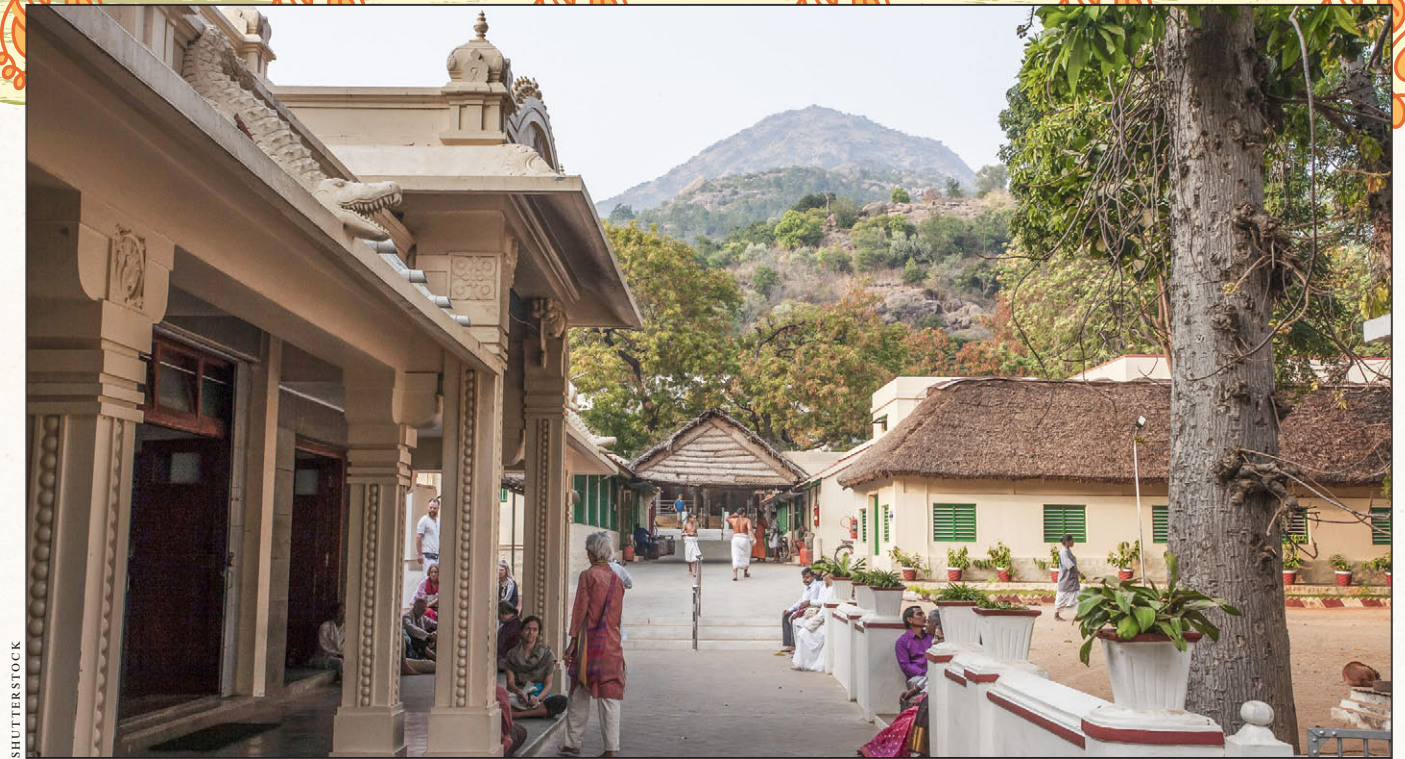
Стих 6. Мир есть не что иное, как воплощение объектов, воспринимаемых пятью органами чувств. Поскольку посредством этих пяти органов чувств единый ум воспринимает мир, мир есть не что иное, как ум. Может ли существовать мир отдельно от ума?

Стих 7. Хотя мир и знание о нём возникают и исчезают одновременно, только благодаря знанию мир становится видимым. То Совершенство, в котором мир и знание о нём возникают и исчезают, и которое сияет без восхода и заката, является единственной Реальностью.

Стих 14. Если есть первое лицо, «я», то будут также существовать второе и третье лица, «ты» и «он». Исследуя природу «я», мы придём к выводу, что «я» исчезает. Вместе с этим исчезают «ты» и «он». Оставшееся состояние, которое сияет как Абсолютное Бытие, есть естественное состояние человека, его Самость, Я.

Стих 24. Это безжизненное (джада) тело не говорит «Я». Реальность-Сознание не проявляется в нём. Между ними, ограниченное размерами тела, возникает нечто, называемое «я» (личность). Именно это известно как *чит-джада-грантхи* (узел между сознательным и бессознательным),

SHUTTERSTOCK



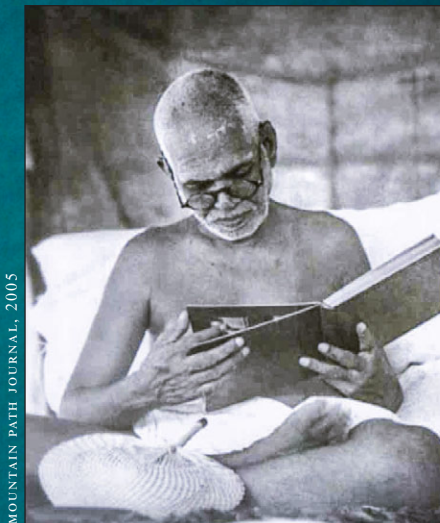
вовлеченности, чтобы объяснить, как следует выполнять работу беспристрастно. Такое отношение помогает мне наслаждаться работой и выполнять её хорошо», — сказала она.

Мудрец из Тируваннамала в значительной степени преодолел все туманные формулировки Веданты. Именно эта радикальная простота привела многих к его стопам. Он предостерегал их, чтобы они не терялись в учёбе, не увлекались театром Божественного, а просто присутствовали и наблюдали. Немногие, если таковые вообще были, кто также безжалостно подытожили суть пути к просветлению.

Шри Рамана Махарши дал чёткие наставления о карме и судьбе, подчеркнув, что, хотя судьба (*праарабдха карма*) влияет на

тело и ум, истинное «Я» остаётся незатронутым. «Выясните, для кого имеет значение судьба или свободная воля. Пока вы находитесь в теле, карма всегда будет влиять на вас. Но посмотрите, находитесь ли вы в теле. Осознайте Себя. Тогда судьба не будет вас беспокоить» (Беседы со Шри Раманой Махарши, беседа 427).

Махарши хотел, чтобы всё человечество, независимо от касты, вероисповедания или религии, достигло наивысшего, и не призывал никого отречься от жизни. Когда последователи спрашивали его, в чём цель самореализации, он тут же отвечал: «Самореализация — это конечная цель, и она сама по себе является целью».



MOUNTAIN PATH JOURNAL, 2005

Since the Supreme Being is the Substance (Substratum?) and the world is an appearance of It, imposed on Him (by the mind), He alone is real, not the world by any means.

Действительно, эго — это всё. Поэтому единственный способ освободиться от всего — это ответить на вопрос, что есть это эго.

Стих 27. Состояние, в котором «я» не возникает, есть состояние бытия, именуемое «То». Без поиска этого Состояния, в котором «я» не возникает, и достижения Его, как можно достичь собственно его исчезновения, когда «я» более не возрождается? Без этого достижения как можно пребывать в своём истинном состоянии, в котором ты есть То?

Мастер сознания: (слева) Рамана был заядлым читателем, особенно Священных Писаний и писем от почитателей; (справа) редкий образец почерка Бхагавана на английском языке.

Стих 30. Если человек задаётся вопросом «кто я?» в уме, индивидуальное «я» оказывается в замешательстве, как только достигает Сердца, и Реальность немедленно спонтанно проявляется как «Я — Я». Хотя она и проявляется как «Я», это не эго, а Совершенное Существо, Абсолютное «Я».

Стих 33. Нелепо говорить «я не реализовал Себя, Я» или «я осознал Себя, Я»: разве существуют два «я», одно из которых может быть объектом реализации другого? Истина, подтверждённая опытом, в том, что существует только одно «Я».

Часть 3. Влияние и наследие

Сударшан Рамабадран

Глубокие слова Шри Раманы Махарши, «жемчужины Веданты», продолжают звучать и по сей день. На мой взгляд, одной из главных причин этого является то, что он был доступен всем. Сегодня, с помощью физических и цифровых носителей, его учение сохраняется и передаётся ищущим, которые получают вдохновение для реализации своего истинного потенциала. Он оказал влияние на многих выдающихся деятелей индийской общественно-политической сферы, а также духовных лидеров и киноактёров. Люди в Индии и во всем мире восприняли принципы Адвайта-веданты благодаря его учению.

Шри Раманашрам

Основным учреждением, сохраняющим наследие Раманы и позволяющим миллионам искателей увидеть риши, является Шри Раманашрам в Тируваннамалае. Основанный в 1922 году, он остаётся важным руководством для духовных искателей, идущих по пути самопознания. Читая рассказы последователей, мы обнаруживаем общую веру в то, что присутствие Бхагавана продолжает пронизывать ашрам, направляя искателей даже сегодня. Я лично убедился в этом во время визита в 2018 году в сопровождении молодёжи из разных районов Тамилнаду.

Несмотря на то, что я посещал центр много раз, чтение о том, как строился каждый корпус, зал, библиотека или *гошала* (коровник), вызывает у меня эмоциональное волнение. Всё здесь отражает видение Шри Раманы, и хозяева продолжают поддерживать его наследие с большой заботой, чуткостью и уважением. Благодаря их усилиям бесчисленное множество искателей получили доступ к учению мудреца и к пути самореализации. Входя в это священное пространство, человек естественным образом погружается в тишину.

Даршан: встреча с мудрецом

Пол Брантон, британский философ и журналист, описал свою встречу со Шри Раманой Махарши в своей книге «Поиск в тайной Индии».

«В этом человеке есть что-то такое, что притягивает моё внимание, как магнит притягивает стальные опилки. Я не могу отвести от него взгляда. Я начинаю осознавать тихие, не поддающиеся сопротивлению изменения, происходящие в моём сознании. Один за другим вопросы, которые я подготовил с такой тщательностью, отпадают сами собой. Теперь уже неважно, ответит он на них или нет. Моё сердце бьётся немного быстрее, моё дыхание замедляется. Мои мысли успокаиваются. Я знаю, что нахожусь в присутствии необыкновенного человека. Это единственное чувство, которое приходит ко мне».

Мерседес де Акоста, американская поэтесса и драматург, посетила Шри Раману Махарши в 1938 году.

«Когда я впервые увидела его, он сидел на диване в позе лотоса. Это был стройный, прекрасно сложенный человек с самым безмятежным лицом, которое я когда-либо видела. Его глаза были большими и сияющими. Я вошла в зал и села рядом с другими посетителями. Долгое время никто не произносил ни слова. Воцарилась глубокая тишина. Затем Махарши обратил свой взор на меня. Это был странный, безличный взгляд, как будто он смотрел сквозь меня, а не на меня. И все же я чувствовала огромную силу его присутствия».

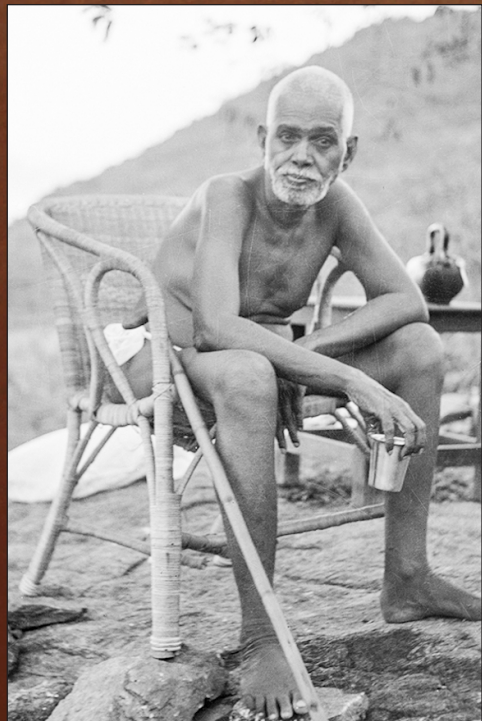
Кажется, что мудрец находится рядом, приглашая нас отправиться в путешествие к Себе, посредством самоисследования.

Сюда съезжаются искатели из Индии и из-за рубежа. Кто-то приезжает на день-два, некоторые остаются подольше. Ашрам предлагает размещение в 200 номерах, включая саттвичную пищу для питания тела и питания ума посредством учения. Вы много потеряете, если не посетите архив ашрама, в котором хранится большая коллекция предметов быта, которыми пользовался Рамана, и записи о его общении с посетителями. Также не забудьте ознакомиться с расписанием мероприятий, духовных событий и концертов музыки Карнатик в зале.

В 2023 году исполнилось 100 лет с момента основания Шри Раманашрама, который начинался как хижина с соломенной крышей и возводился в течение десятилетий преданными последователями. 19 мая 1922 года скончалась его мать, Алагаммал. Её тело было предано земле у подножия холма Аруначала в соответствии с традиционными обрядами, описанными в «Тирумантираме» Тирумалара. Над её могилой было воздвигнуто скромное святилище. В декабре того же года Рамана переехал из Скандашрама в скромную хижину рядом со святилищем, ознаменовав начало строительства ашрама. Вокруг него начали собираться приверженцы, что привело к строительству крытых соломой хижин для размещения растущего числа прихожан. К 1924 году были построены ещё две хижины – одна напротив самадхи матери, а другая с северной стороны.

В 1928 году был построен Старый зал как резиденция Махарши и центральное место для распространения его учения, медитации и общения с последователями. После его смерти в 1950 году ашрам расширился, включив в себя Зал самадхи, Новый зал (для собраний), столовую, Веда Патасалу, помещения для посетителей и т. д.

Управление ашрамом осуществлял младший брат Шри Раманы, Ниранджанананда Свами, вплоть до своей смерти в 1953 году. Затем



SHUTTERSTOCK



SRI RAMANASHRAM

руководство перешло к Т.Н. Венкатраману, а затем к его сыну, В.С. Раманану. В 2020 году доктор Венкат С. Раманан, сын В. С. Рамана-на, продолжил это наследие на посту президента ашрама.

Зал для медитации (он же Зал самадхи, Самадхи холл) – это духовное сердце Шри Раманашрама. В его центре находится святилище Самадхи Махарши. Самадхи холл – это безмятежное пространство для медитации, размышлений, тишины, пуджи Бхагавану и других духовных практик. Зал открыт ежедневно с 17:00 до 12:30 и с 14:00 до 19:00.

Ещё одно священное место – храм Матрубхутешварар, посвящённый матери Махарши. Первоначально это было простое святилище, возведённое на месте самадхи Алагаммалы в 1922 году, позже оно было расширено под руководством Бхагавана и освящено (кумбха-хишкой) 17 марта 1949 года в его присутствии.

Сева в ашраме

Веда Патасала была основана в 1934 году для обучения Кришна яджурведе, предлагая молодым священнослужителям ежегодный сертификационный курс. Благодаря Нараяна севе ашрам ежегодно предлагает 700 000 обедов, а медицинский диспансер обеспечивает качественное медицинское обслуживание для всех нуждающихся. Помимо этого центр отремонтировал различные храмы в Тируваннамалае и его окрестностях, в том числе большой храм Аруначалешвары, меньший и более старый храм Ади Аруначалешвары, храм Пачаимман и храм Дурги. Традиционные праздники, организуемые и отмечаемые в ашраме, включают Видья хому, Самватсара абхишеку и Картигай дипам.

С любовью в *гошале* ашрам заботится о 200 коровах, включая быков-производителей, тёлок, телят и дойных коров различных индийских пород, таких как дхарпакар, сингхи и кир. Молоко, которое они дают, питает жителей и гостей ашрама. В 2017 году был открыт приют для коров, «вышедших на пенсию». Кроме того, в память о любви Шри Раманы к животным, ашрам стал приютом для обезьян, коз, белок и других животных, которые чувствуют здесь себя свободно.

* Продукты Meta, экстремистской организации, запрещённой в РФ.

** Нарушает закон РФ.

Жизнь в одиночестве, жизнь совместная: (по часовой стрелке сверху) старейшины общины и их ученики собираются вокруг молодого садху Раманы (сидит в центре), чтобы сфотографироваться в ашраме; Рамана любил совершать прогулки по окрестностям, чтобы побыть в одиночестве.

Глобальные центры

Интеллектуальное наследие Шри Раманы сохраняется в грантхалайе (библиотеке) ашрама, содержащей 30 000 томов на разных языках. Сюда входят труды и учение Бхагавана, биографии и воспоминания, статьи и эссе, аудио- и видеозаписи, фотографии и произведения искусства, а также множество ресурсов, доступных в Интернете. Доктор Раманан объяснил: «В рамках наших важных усилий по служению Шри Рамане мы перевели 12–15 его самых значимых книг почти на все основные мировые и индийские языки». Здесь хранятся книги из личной коллекции мудреца, такие как «Сканда махапурана» и «Шива махапурана».

Ашрам обращается к ищущим по всему миру через знаменитый электронный бюллетень «Сарангати» и ежеквартальный журнал «Горная тропа» (также доступный в виде приложения). Искатели по всему миру связаны через социальные сети, такие как Facebook*, Instagram* и YouTube**. По официальным данным, у ашрама 50 000 подписчиков на Facebook* и один миллион цифровых подписчиков на 11 индийских языках. Приложение Paayana предоставляет выбор мантр для последователей, которые можно петь где угодно и когда угодно. Также есть круглосуточная онлайн-радиостанция «Голос Аруначалы».

Основными центрами за пределами Тируваннамалае являются «Рамана Сатчидананда мандали» в Мумбаи (основан в 1923 году); «Рамана Кендрас» в Нью-Дели, Хайдарабаде и Ченнаи; и ашрам «Аруначала» в Нью-Йорке. Мысли Шри Раманы распространяются по всему миру, имея около 100 центров в 65 странах, включая США, Швейцарию, Маврикий, Японию, Францию, Испанию и Восточную Европу. Доктор Раманан объяснил, что группы, заинтересованные в создании вспомогательного центра, подтверждают свою приверженность продвижению учения и соблюдают определённые правила, такие как поддержание от сбора средств. После согласования ссылки на эти центры размещаются на веб-сайте Шри Раманашрама. У каких-то из них есть



свои помещения, в каких-то проводятся лишь неформальные собрания приверженцев по выходным и праздничным дням. Глобальные сатсанги, Джаянти, День Арадханы или День Пришествия организуются для объединения последователей по всему миру.

Сунита Парашураман возглавляет Центр наследия Шри Рамана Махарши в Соединенных Штатах Америки, некоммерческую организацию, которая также поддерживает инициативы Шри Рамана в Индии. Сунита рассказала: «Доктор Венкат Раманан вернулся в Индию в 2020 году, чтобы занять пост президента Шри Рамана ашрама, и попросил меня создать здесь некоммерческое подразделение для поддержки ашрама. Я с радостью приняла это предложение. Служение Бхагавану и его ашраму – величайшее призвание моей жизни».

Наследие и влияние

В декабре 2024 года режиссёр Бомбей Чанакья запустил веб-сериал под названием «Махарши». Эпизоды охватывают не только прошлое, но и рассказывают о нынешнем глобальном влиянии Шри Раманы. Сериал транслируется каждое воскресенье на телеканале «Шри Шанкара ТВ», а также на каналах автора на YouTube** и Facebook*. Также на YouTube** доступны документальные фильмы о Шри Рамане Махарши, набравшие миллионы просмотров. Один из них – «Джняни», который настоятельно рекомендует посмотреть вся моя семья.

Многие известные люди черпали вдохновение у Шри Раманы Махарши. Среди известных деятелей кино – знаменитости Раджиникантх и Илаяраджа, которые публично признали его духовное влияние на их личную и профессиональную жизнь. Благотворительность Раджиникантха в Тируваннамалае и смиренная преданность Илаяраджи во время посещения ашрама отражают их почтение. Другие знаменитости, такие как борец за свободу Субрамания Бхарати, бывший премьер-министр Индира Ганди и министр внутренних дел Индии Амит Шах, также были глубоко затронуты влиянием Рамана Махарши.

Среди первых последователей Махарши были майор Чедвик, ветеран Первой мировой войны, зороастрийка миссис Талейархан, С. С. Коэн из Ирака и доктор Хафиз Сайед из Персии. Как отмечал Артур Осборн приезжали также гости из Америки, Франции, Германии, Голландии, Чехословакии, Польши и других стран. Среди них был Морис Фридман, польский еврей, принявший индуизм, и полицейский Ф. Х. Хамфрис.

Среди индийских последователей Шри Раманы были Шивапракаш Пиллай, сотрудник налогового департамента округа Южный Аркот, учитель Натеша Мудальяр, Муруганар и Ганапати Шастри, также известный как Ганапати Муни. Шри Рамана называл его Кавьяканта, что означает буквально «тот, у кого в горле [родится] поэзия». Именно он впервые назвал Раману «Бхагаван Шри Рамана Махарши».

Рам Мохан отметил в памятном сувенире к столетию ашрама, что «среди выдающихся посетителей были такие махатмы, как Шри Шанкарачарья из Пури, Парамаханса Йогананда, Свами Шивананда, Свами Чинмаянанда, Шри Йоги Лакшман Джу и Шри Чидбхавананда, а также многие другие». Было приятно узнать, что влияние Шри Раманы продолжает формировать наследие Адвайта-веданты через многих ачарьев разных духовных линий преемственности.

Публикации

Доктор С. Радхакришнан, бывший вице-президент Индии, написал в своём кратком предисловии к книге Артура Осборна «Биография мудреца»: «Шри Рамана Махарши даёт нам представление о религии,

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

- ❖ **Шри Рамана ашрам:** официальный сайт ашрама, на котором представлены его учения, сочинения, фотографии и подробности о деятельности ашрама. www.gururamana.org
- ❖ **«Кто я»:** вопросы и ответы об учении Рамана Махарши (pdf). www.bit.ly/WhoAmlRamana
- ❖ **Канал ашрама на YouTube**:** www.youtube.com/@SriRamanasramam
- ❖ **Книга Артура Осборна:** «Рамана Махарши и путь самопознания» – широко доступна в Интернете
- ❖ **Документальный фильм, снятый «Аруначала ашрамом»:** полная биография Раманы и фото конца 1940-х годов. bit.ly/RamanaDocumentaryArunachala
- ❖ **Центр наследия Шри Раманы Махарши в США:** веб-сайт: www.srmh.org

* Продукты Мета, экстремистской организации, запрещённой в РФ.
** Нарушает закон РФ.

Пуджа и ведическое обучение: (слева) ученики Веда Патасалы поют в Зале самадхи во время одной из ежедневных пудж Шивалингаму, которые проводятся в 6:45, 9:00 и 17:00; (справа) Рамана в традиционном облачении садху, ангавастрам, идуций по тропе с тростью и камандалом для воды.

основанной на индийских священных писаниях, которая по своей сути духовна, но при этом не перестаёт быть одновременно нравственной и рациональной». Осборн, британский приверженец, основатель и редактор журнала «Горная тропа» (Mountain Path), автор четырёх книг о Шри Рамане. Помимо «Биографии мудреца» это: «Учение Бхагавана Шри Рамана Махарши его собственными словами», «Моя жизнь и поиски» (автобиография Раманы, написанная на тамильском языке и переведённая на английский) и «Собрание сочинений Шри Рамана Махарши». Книги Осборна продолжают служить путеводителями в мир глубочайшего видения мудреца и его миссии.

И кто может забыть Пола Брантона и его знаменитую книгу «Поиски в тайной Индии»? «Нью-Йорк таймс» написала в рецензии на книгу: «В Махарши – Великом мудреце, что живёт в герметичном уединении в скромном жилище у подножия Святого Маяка, прошедшего прежде шесть лет в пещере этой горы, мистер Брантон нашёл то, что искал – святейшего из святых людей».

Правительство Индии выпустило почтовые марки в честь молчаливого мудреца. Первая из них была представлена президентом В.В. Гири 14 апреля 1971 года. В 1998 году президент К. Р. Нараянан выпустил марку, посвящённую 48-й годовщине махасамадхи Шри Раманы. В 2014 году к джаянти (дню рождения) Махарши генеральный почтмейстер Ченнаи ввёл специальный почтовый штемпель для гашения с логотипом Рамана ашрама и текстом на деванагари и латинице.

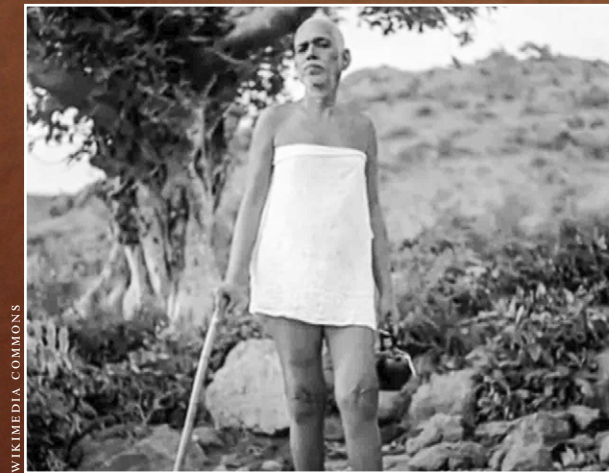
Заключение

Простым, но глубоким вопросом «Кто я?» в этом нестабильном мире, где продолжаются масштабные войны, его послание о единстве необходимо внимательно читать, перечитывать и понимать. Из своего уединённого горного убежища он подготовил тысячи послов этого единства. Это был мудрец, который никогда не просил нас чему-либо учиться или делать что-либо, кроме как осознать Себя. Тамильское выражение summa iru («просто будь») наиболее точно описывает его жизнь. Не может быть лучшей данью уважения этому вдохновляющему мудрецу, чем применять это на практике в нашей повседневной жизни, выполняя свои обязанности. Мы не должны ошибочно думать, что послание Раманы актуально только для отрёкшихся. Оно применимо ко всем и сейчас более актуально, чем когда-либо.

ОБ АВТОРЕ



Сударшан Рамабадран, писатель, политический эксперт и исследователь, является выпускником Университета Южной Калифорнии в Лос-Анджелесе. В 2017 г. закончил программу «Профессиональный научный сотрудник по вопросам управления и общества в Южной и Центральной Азии», проводимую Государственным департаментом США. В 2013 г. написал книгу «Эффективное управление: глас народа», опубликованную правительством штата Гуджарат. В 2021 г. стал соавтором книги «Создатели современной истории далитов», опубликованной издательством Penguin Random House в Индии.



Великий уход мудреца

В 1947 году, в возрасте 68 лет, Рамана Махарши страдал от рака. Когда врачи предложили ампутировать ему левую руку над большой опухолью, Рамана ответил с улыбкой: «Нет причин для беспокойства. Тело само по себе является болезнью. Пусть у него будет свой естественный конец. Зачем его калечить? Достаточно будет простой повязки на поражённой части». Тем не менее, было сделано две операции по удалению опухоли, но она появилась снова, размером с кокосовый орех. Были испробованы традиционные методы лечения, а также гомеопатия, но болезнь не поддавалась лечению. Мудрец, в высшей степени равнодушный к страданиям, оставался невозмутимым. Он сидел как зритель, наблюдая, как болезнь истощает тело; его глаза сияли так же ярко, как и всегда, и его благодать изливалась на все существа. Многие приходили попрощаться с учителем. В этой традиции считается особым благословением находиться рядом с реализованной душой в момент, когда он или она покидает тело. Рамана настоял на том, чтобы на его даршан допускались массы людей; он велел вынести свою кровать во двор и сидел на ней день за днём, прислонившись к белой подушке, в одной лишь набедренной повязке. Верующие приходили в течение нескольких недель, пока его тело медленно угасало. Рамана испытывал сострадание к тем, кто скорбел, и старался утешить их, напоминая им об истине, что он не был телом. Великий уход состоялся 14 апреля 1950 года. В тот вечер мудрец одарил даршаном всех присутствующих в ашраме. Они сидели и пели его любимый гимн Аруначале, образу Шивы в виде бесконечного столпа света. Рамана попросил помочь ему сесть. Он улыбнулся, и по его щеке скатилась слеза, а в 8:47 вечера его дыхание остановилось. Согласно инструкции, последователи вырыли в земле яму и поместили туда тело в сидячей позе йогина, засыпав его солью. Такие захоронения великих учителей почитаются как в высшей степени святыни. Над склепом был установлен Шивалингам, а над ним было возведено святилище, известное как святилище Самадхи Шри Рамана Махарши. Это святилище расположено в самом сердце ашрама и служит центром медитации и богослужения.



СРАВНИТЕЛЬНОЕ РЕЛИГИЕВЕДЕНИЕ

Махадэвы и архангелы

Сравнение христианского архангела Михаила и индуистского Бога Муругана

Гаятри Раджан

Я давно восхищаюсь огромным пантеоном небесных существ во многих религиях, и задаюсь вопросом, могут ли они на самом деле быть одними и теми же существами под разными именами. Даже поверхностные исследования подтверждают такую возможность.

В качестве одного из примеров можно привести иудео-христианского архангела Михаила, который имеет почти сверхъестественное сходство с индуистским махадэвой Муруганом. Начнём с того, что слова «архангел» и «махадэва» имеют одно и то же значение. Префикс «архи» в переводе с греческого означает «главный», «высший по рангу, власти или должности», «руководитель» или «какое-либо лицо, начальник над другими представителями своего класса или имеющий власть над ними». «Маха», в переводе с санскрита, означает «великий», «могучий», «сильный», «очень важный». «Махадэва» означает «великий, значимый или могущественный дэва, Божество» или «великое, могущественное сияющее существо». Восточные православные христиане называют Михаила таксидархом («командиром»). Католическая церковь причисляет его к лику святых, хотя большинство святых – это люди, совершавшие чудеса при жизни, а не ангельские существа.

И Михаил, и Муруган считаются духовными воинами. Фактически, существуют идентичные ситуации, в которых они появляются как таковые. Книга Откровений, заключительная книга Нового Завета, описывает битву на небесах в начале времён, когда Михаил повёл свою армию ангелов против Люцифера, которого он в итоге победил и низверг с небес. В индуистской традиции Господь Муруган привёл свою армию дэвов к победе над демоном Сурападманом и его армией свирепых асуров, демонических духов, приведших мир к безумному опустошению, сея хаос во Вселенной и терроризируя дэвов.

Многие индуисты, включая меня, верят, что эти истории аллегоричны: настоящая битва продолжается и происходит внутри каждого из нас – не обязательно такая же драматичная, как вселенская война между добром и злом, а как ежедневная битва стремящихся душ за преодоление низменных тенденций гнева, страха, лени и т. д., а

также за мобилизацию силы воли, необходимой для продвижения по духовному пути.

Мы находим множество других параллелей в деталях этих величественных существ. С каждым из них связан красный цвет, и оба они ассоциируются с огнём – огнём кундалини в случае с господом Муруганом и пылающим мечом, часто изображаемым с Михаилом в христианской иконографии. Оба они представляются с крыльями: в случае Муругана, это крылья его *ваханы*, павлина. Михаил обычно изображается в доспехах или кольчуге средневекового стиля, как на современной картине выше, скопированной с произведений искусства XVI века. Муруган также может изображаться в золотых доспехах.

Они вооружены: Михаил – пылающим мечом, Муруган – копьём, называемом «вель». Индуисты понимают, что вель – это оружие благодати, уничтожающее невежество и иллюзию, а его остриё символизирует способность различения – *вивеку*. В отношении оружия и других атрибутов в руках индуистских божеств справедливо будет отметить, что все они являются скорее образными, нежели буквальными, поскольку все божества в конечном счёте добры, даже кажущаяся свирепой Кали.

И Михаил, и Муруган – пылкие, сильные духом, чрезвычайно динамичные и харизматичные личности. Оба они ослепительно красивы; одно из имён Господа Муругана на тамильском языке Южной Индии – Алахан, «Прекрасный». Помимо Библии, о Михаиле ходит множество легенд. В одном произведении он описан как «молодой, сильный и красивый; большой и воинственный с глазами, похожими на огненные озёра, с твёрдыми, точёными чертами лица». Его кожа «цвета меди сияет и светится в присутствии Бога». Это в точности повторяет концепцию образа Муругана: одно из его имён – «Сейон», что означает «медно-красный».

Помимо того, что Муруган является воином, он руководит главами государств и помогает им встать на путь дхармы. Он Бог религии, Владыка йоги и отречения, к которому серьёзные искатели духовного пути обращаются с мольбами об успехе. *Вахана* Муругана,



(По часовой стрелке, слева) Современная картина с изображением Архангела Михаила, созданная по образцу изображений XVI века; Господь Муруган верхом на павлине; Михаил в победоносной битве с Сатаной, описанной в Книге Откровений; битва между Муруганом и Сурападманом, скульптурная композиция на гопураме в Малайзии; изображение той же битвы художником С. Раджамом; статуя Архангела Михаила, побеждающего Люцифера, в базилике Сакре-Кёр в Париже.

его ездовое животное, – павлин, символизирующий его победу над тщеславием и гордыней. Муруган, как Шанмукха (санск.), или Арумугам (тамир.), имеет шесть лиц, символизирующих его происхождение из Плеяд, а также тот факт, что он видит всё во всех направлениях и обладает шестью основными функциями, или качествами.

Некоторые считают архангела Михаила целителем. Господь Муруган также является Махадэвой-целителем. В Южной Индии есть храм, посвящённый ему как Господу Палани, отшельнику, в который многие люди приходят за исцелением. Здесь образ изготвлен из девяти особых минералов, ядовитых в своём естественном состоянии, которые становятся целебными, когда на них льют воду во время церемонии *абхишеки*. Затем эта вода раздаётся верующим и считается эффективным лекарством.

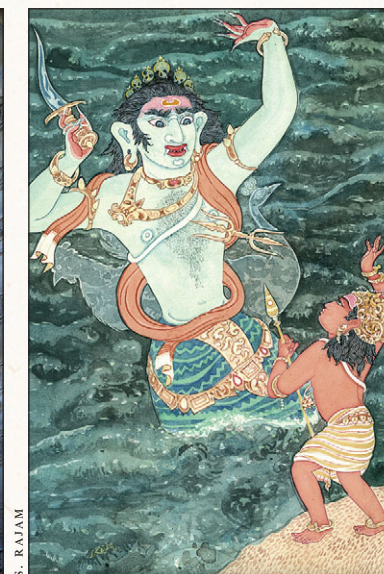
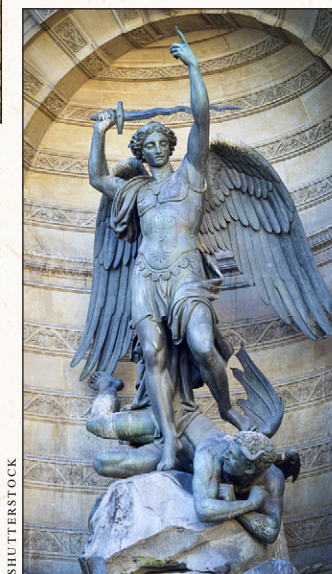
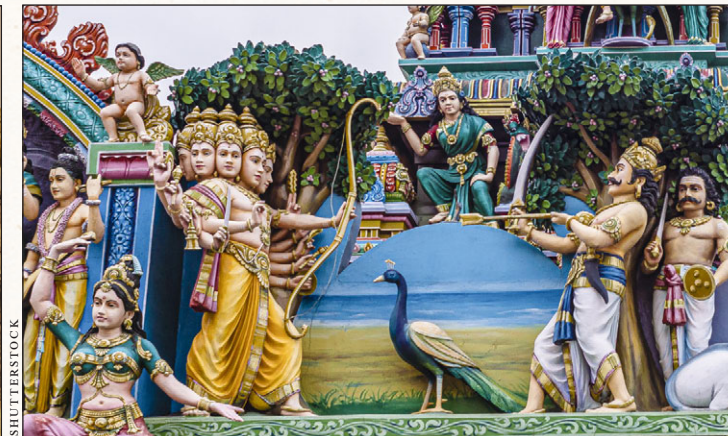
Так же, как Михаил считается хранителем еврейского народа, Господь Муруган покровительствует древнему дравидийскому тамильскому народу Южной Индии. Он известен как Бог тамил и, как говорят, именно он даровал им сладкозвучный тамильский язык.

Михаил считается ангелом раскаяния, праведности, милосердия и освящения. Хотя многие махадэвы в индуистском пантеоне могут считаться выполняющими эту же функцию, в шиваитской традиции именно к Господу Муругану обращаются в моменты раскаяния, смятения и тьмы.

В одной из спорных концепций Архангела Михаила он идентичен Иисусу – он сын Божий. Несмотря на то, что большинство христиан считают это ересью, данной точки зрения придерживаются адвентисты седьмого дня и Свидетели Иеговы*. Аналогично, индуисты считают Господа Муругана одним из двух сыновей Шивы (другой сын – Шри Ганеша). В данном случае идея сынов Божьих не буквально, подразумевающая физическое родство, а один из способов подчеркнуть важность и превосходство этих двух махадэвов в пантеоне богов шайвов и понять их близость к Всевышнему, поскольку они были рождены как махадэвы, а не души, подверженные реинкарнации.

Другая традиция, имеющая параллели с поклонением Муругану, – это езидизм, иранская дозорострийская религия. В ней этого

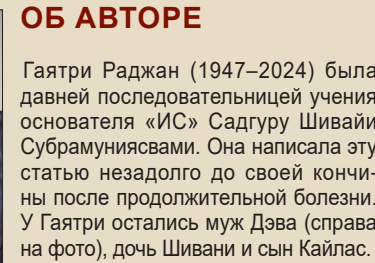
* Организация, признанная экстремистской в РФ.



махадэву именуют Малак Тавус, Ангел-Павлин, который считается предводителем архангелов, эманацией Самого Бога, первым и главенствующим из семи архангелов, созданных для управления Вселенной. Малак Тавус, таким образом, является осязаемой, более плотной формой бесконечного Верховного Бога. Чтобы помочь Малаку Тавусу в этой важной роли, Верховный Творец также создал шесть других Великих Ангелов, которые, как и Ангел-Павлин, являются эманациями Верховного Бога и неотделимы от Него. Эта идея эманации идентична индуистской мысли.

В других религиях есть также примеры божественных существ, имеющих большое сходство с некоторыми из богов индуистского пантеона, что заставляет задуматься, не является ли разделение религий, которое мы наблюдаем в нашем мире, нашим собственным творением, а не реальностью высших миров.

(при участии редактора Фреда Стеллы)



ОБ АВТОРЕ

Гаятри Раджан (1947–2024) была давней последовательницей учения основателя «ИС» Саггору Шивайи Субрамуниясвами. Она написала эту статью незадолго до своей кончины после продолжительной болезни. У Гаятри остались муж Дэва (справа на фото), дочь Шивани и сын Кайлас.



ПАЛОМНИЧЕСТВО

Невероятный Кедарнатх

Малазиец совершил ятру в муссон и благополучно добрался до обители Шивы в Гималаях

Аравиндрадж Чандрашекеран, Куала-Лумпур осий в Малайзии, я наблюдал за сотнями паломников, направлявшихся в Северную Индию, полных решимости, но с трепетом ожидавших трудного восхождения к обители Шивы в Кедарнатхе. Издалека я всегда восхищался этими храбрыми душами и в глубине души надеялся, что однажды почувствую восторг от завершения этого знаменитого, полного покаяния путешествия на вершину мира. Наконец-то пришло и моё время посетить святыне *дхамы*, или божественные обители.

Ятра, или паломничество, в Кедарнатх и Бадринах (широко известное как *дхо дхам ятра*) считается одним из самых благоприятных и сложных паломничеств в Индии. Это связано с тем, что эти два святых места находятся в отдалённых районах Гималаев: Кедарнатх расположен на высоте 3583 метра, а Бадринах – на высоте 3300 метров над уровнем моря.

Начало ятры

23 июня 2023 года наша группа паломников села на пятичасовой рейс AirAsia из аэро-

порта KLIA (Куала-Лумпур) в Нью-Дели. По прибытии мы с радостью увидели, что международный аэропорт имени Индиры Ганди удалось преобразить с помощью искусства, инженерии и продуманной эргономики. Мы могли бы оказаться в любом современном международном аэропорту. Я вспомнил, как 20 лет назад в старом терминале мне пришлось долго ждать на иммиграционном контроле. На этот раз ожидание было гораздо короче, и я наслаждался привлекающими внимание произведениями искусства. Когда я вышел из аэропорта с кондиционером,



Обитель Шивы: (слева) обращённый на юг фасад храма Кедарнатх, построенный с учётом сейсмической активности и экстремальных погодных условий региона, над которым возвышаются Гималаи; (справа) храм Дхари Дэви, расположенный посреди реки Алакананда, с виманом (круглым куполом), открытым небу.

меня окутала удушающая жара, заставив задуматься о предстоящих трудностях, пока мы ждали водителя, который должен был отвезти нас в отель для ночёвки.

Ранним утром следующего дня Дешрадж, наш водитель, отвёз нас в Ришикеш. Это была непростая 10-часовая поездка, так как вождение в Индии – занятие не для слабонервных, и даже самые опытные водители рано или поздно попадают в какую-нибудь передрыг. Именно это и произошло. Мы пробирались через пробку, когда нас внезапно подрезал другой автомобиль. Поскольку машина, на которой мы ехали, была новой, Дешрадж был явно расстроен. Вы можете себе представить его не слишком любезный разговор с тем, кто спровоцировал аварию. К счастью, никто не пострадал, а ущерб был незначительным. Мы смогли продолжить путь, а вмятину позже заделали.

Мне понравилась наша долгая поездка по ухоженному шоссе. Было приятно наблюдать, как городская суета сменяется идиллической зеленью ферм. Время от времени мы проезжали через небольшие городки, раз-

бросанные по сельской местности. Индия действительно страна контрастов. Наряду с придорожными *дхабами*, или закусочными под открытым небом, здесь был удивительный выбор ресторанов, ухоженных, чистых и оснащённых кондиционерами. Дешрадж точно знал, где можно остановиться, чтобы вкусно поесть. Даже несмотря на заметные улучшения, чистые туалеты всё же встречались редко.

Ашрам Омкарананды, Ришикеш

Мы добрались до оживлённого Ришикеша ближе к вечеру. Погода была прекрасной, туристов и паломников было очень много, что создавало огромные пробки на узких дорогах. Нашей целью был ашрам Омкарананды, который мы забронировали заранее. Это была моя первая поездка в Ришикеш, и я был очарован красотой и спокойствием Ганги, когда шёл по Омкарананда-гхату, всего в нескольких метрах от шумной, оживлённой улицы. Здесь, на берегах священной Ганги, я обрёл глубокое чувство умиротворения. Это был резкий контраст. И всё же именно эта мозаика гармоничных и красочных контрастов делает Индию такой удивительной.

Неожиданным благословением для меня стало то, что я нашёл Шивалингам в Ганге у Омкарананда-гхата. Я не видел ничего подобного больше нигде вдоль реки. Я с радостью совершил простую Ганга-абхишеку, или ритуальное омовение, Божества, повторяя мантру, и провёл арати с простыми подношениями, которые купил у местной жен-

щины, гулявшей по гхатам. Я был так счастлив, что смог это сделать. Нечасто выпадает шанс совершить абхишеку в честь Бога Шивы с использованием настоящей воды Ганги, взятой прямо из реки!

Вечером мы слушали песнопения и видели огромные масляные лампы, освещавшие ежедневное Ганга-арати в Парамартх Никетана ашраме на противоположном берегу реки. Это было прекрасное зрелище. Рано утром следующего дня мы снова отправились в путь, чтобы за три часа добраться до храма Дхари Дэви.

Резиденция Кали

Дхари Дэви, одна из форм Кали, многие считают божеством-покровителем Уттаракханда, а также защитницей Чара Дхамы (Четырёх Обителей). Этот храм – одна из 108 Шакти питей, обителей Богини. 16 июня 2013 года божество Дхари Дэви было внезапно перенесено в другое место из-за строительных работ, связанных с постройкой гидроэлектростанции на реке Алакананда. Вода затопила скалу, на которой находилась Её мурти. Местные жители никогда не забудут, что через несколько часов из-за ливня начался потоп небывалых масштабов, который уничтожил город, окружавший Кедарнатх, и десятки других мест в Уттаракханде. Благодаря божественному вмешательству уцелел только храм Кедарнатха джьётирлингама. Наводнение разрушило большую часть штата и унесло жизни тысяч людей. Местные жители связывали эту катастрофу с бесцеремонным



WIKIPEDIA

Ледниковая река Алаканджа: (по часовой стрелке сверху) вид на захватывающий пейзаж с речных гхатов храма Котешвар Махадэва, Рудрапраяг, по пути из Кедарнатха; паломники наминают лошадей и носильщиков, чтобы сэкономить время и силы; карта маршрута трекинга.

перемещением Божества. Десять лет спустя, 22 января 2023 года, мурти была должным образом повторно освящена во время пышной церемонии и установлена на прежнем месте после реконструкции храма. По традиции, согласно местным преданиям, перед отправлением на Кедарнатх ятру следует испросить здесь благословения у Богини, чтобы путешествие было безопасным.

Храм Дхари Дэви необычен по многим причинам. Верхняя часть Её мурти находится в храме недалеко от Калиясаура, в Рудрапраяге, а нижней части поклоняются в Калиматхе. Мы добрались до храма недалеко от деревни Калиясаур около 8 утра. Небольшой раджагопур, расположенный на дороге, был построен в стиле южноиндийской храмовой архитектуры.

Спускаясь от гопурама по ступенькам к храму, я увидел, что строение возведено вокруг массивной скалы, выступающей посередине реки Алаканджа на высоту около 600 метров над уровнем моря. В отличие от большинства храмов, здесь нет полностью закрытого купола *виманама* прямо над главным святилищем. Видимо, Богине так нравится. Чтобы добраться до храма, мне потребовалось пройти по мосту. Даршан был сильным, когда я смотрел на Её божественную мурти, красиво облаченную в богатое красное шёлковое сари и украшенную золотой короной. Она напомнила мне Богиню Мариамман, которой широко поклоняются в Тамилнаду. В некоторых храмах там поклоняются только Её голове. Наслаждаясь даршаном, я заметил, что после сильного дождя над рекой сгустился туман. На какое-то вре-

мя мне показалось, что храм парит в облаках. Это было божественное зрелище, которое я никогда не забуду.

Наше трудное восхождение к Кедарнатху

Мы продолжили путь на машине по извилистым дорогам, время от времени останавливаясь, чтобы справиться с укачиванием или перекусить. Я был удивлён, увидев нескольких одиноких саду, которые, невзирая на непогоду, шли пешком в Кедарнатх. По пути в Сонапраяг, где мы должны были остановиться на ночь 25 июня, нам открывались великолепные виды на холмы и горы. Однако из-за оползня пришлось изменить наши планы и остановиться в небольшом городке под названием Пхата, в 16 км от Сонапраяга. Нам повезло, потому что из окон одноимённого отеля открывался потрясающий вид на Гималаи и долину Кедарнатха. Глядя на долину, я был поражён тем, что прямо над ней, в том месте, где находится храм Джьётирлингама, не было облаков. Как будто божественная энергия создала круглый щит, который не давал облакам приблизиться. Другие паломники сделали такое же наблюдение.

К 2 часам ночи следующего дня оползень был устранён. 26 июня мы снова были в пути с 5 утра, стремясь наверстать упущенное время. Из-за интенсивного движения в Сонапраяге в 6 утра нам пришлось пройти около двух километров до контрольно-пропускного пункта с нашими тяжёлыми сумками и рюкзаками. Это было утомительно. Затем мы прошли ещё километр, чтобы сесть на джип до Гаурикунда, потому что дальше этой точки могли проехать только полноприводные автомо-

били. Здесь общее смятение застало нас совершенно врасплох. Не было никакого организованного способа попасть в транспорт. Никаких билетов. Никаких очередей. Как и все остальные, мы бросились к первому попавшемуся транспортному средству. Царил полный хаос, около 15 человек втиснулись внутрь или вцепились за что попало сзади. В течение 20 минут на протяжении пяти километров незнакомый человек сидел у меня на коленях, а я прижимался щекой к сиденью. Я был счастлив, что ещё мог идти, когда мы прибыли в Гаурикунд.

В Гаурикунде мы наняли носильщиков с корзинами, чтобы они тащили наши тяжёлые сумки. Наша группа предпочла не использовать лошадей из гуманных соображений, так как мы видели, как плохо обращаются с этими животными. Мы всё равно взяли с собой рюкзак, чтобы положить в него немного воды, еды и запасную одежду на время подъёма. Было немаловажно использовать для подъёма трость, которую можно было приобрести у местных жителей возле входа на тропу. После короткой молитвы Господу Ганеше, Богине Гаури и Богу Шиве в близлежащем святилище мы начали наш поход в 8:30 утра. После разрушительных наводнений 2013 года новый изменённый маршрут составляет не менее 18 км, если не считать путь до Гаурикунда.

Вид, который открывался перед нами во время подъёма, был впечатляющим: нетронутые снежные горы, леса, ледники и крошечные ручьи, пересекающие наш путь. Священная река Мандакини, текущая в противоположном направлении, сопровождала нас в течение всего дня. Однако, увидев мусор, разбросанный по склону на многих участках пути, я поймал себя на мысли, что хотел бы, чтобы с мусором здесь обращались лучше. Паломники, обслуживающие ятру и власти обязаны поддерживать чистоту в этом священном месте, разве не так?

Было трудно идти в ногу с носильщиками, так как они привыкли двигаться быстро, даже с тяжёлыми сумками на спине. Поэтому наша группа разделилась на две команды. Одна команда шла в ногу с носильщиками, а другая двигалась с умеренной скоростью. Я был в последней команде, надеясь избежать горной болезни, которая грозила ухудшением моему самочувствию. Мы думали, что сможем общаться по телефону с другой командой, даже если будем разделены, но это оказалось непросто, так как из-за гор у нас возникли проблемы со связью.

По мере того как мы поднимались всё выше и выше, воздух становился холоднее и разреженнее, что затрудняло ходьбу. Некоторые люди использовали портативные кислородные баллоны, чтобы облегчить дыхание. Их можно было приобрести в аптеках в Сонапраяге и Гаурикунде. В сезон паломничества вдоль тропы также есть медицинские пункты с запасом кислорода. После Бхимбали, на полпути, подъём стал заметнее круче. Ступени там вымощены булыжником, который часто бывает неровным. Мы были рады, что взяли с собой подходящую походную обувь.



ARAVINDRAI CHANDRASEKARAN

Мы постоянно рисковали быть сбитыми с ног лошадьми или их погонщиками, которые мчались по узкой тропе, не обращая внимания на тех, кто шёл пешком. С невыносимым запахом конского навоза и мочи тоже было трудно смириться. Невозможно было не испачкать обувь. Меня тошнило, и я несколько раз останавливался, чтобы передохнуть. К счастью, у человека, который шёл за мной, было с собой немного лечебного эвкалиптового масла, содержащего ментол и камфору. Вдыхание этого масла очень помогало при тошноте.

После Бхимбали я начал уставать, и мне посоветовали чередовать десять шагов вперёд с короткими паузами, во время которых нужно было делать глубокий вдох, чтобы избежать горной болезни. На мне был лёгкий жилет со множеством больших карманов на молнии, в которые можно было положить несколько бутылок с водой по 500 мл. Когда у меня заканчивалась вода, я покупал литровые бутылки и наполнял ими бутылки поменьше, чтобы распределить вес. Вода очень важна, так как из-за обезвоживания может усилиться горная болезнь. Мне также приходилось использовать пакетики с соевым раствором для пероральной регидратации (ORS), которые нужно было растворять в воде.

В этом отдалённом месте выбор еды в придорожных лавках невелик. Чапати с далом и лапша быстрого приготовления были обычным рационом. Однако в холодную погоду горячая чашка масала чая была просто божественной и помогала согреть лицо и руки на несколько минут. Кроме того, у меня был свой запас сушёного изюма и орехов, чтобы поддерживать необходимый уровень энер-

гии. Мы быстро поняли, что во время подъёма не стоит наедаться до отвала.

Здесь также часто внезапно мог начаться дождь, и ливни бывали довольно сильными. Обычная зимняя одежда, хоть и является в некоторой степени водонепроницаемой, не выдерживает сильных дождей. Вот где пригодились дождевики и непромокаемая походная обувь. Где-то в пути я оставил свой рюкзак в одной из закусокных и был вынужден пройти два километра обратно, чтобы забрать его. Всё это значительно замедлило

наш подъём. К закату мы прошли Линчаули, и нам оставалось пройти ещё около пяти километров, чтобы завершить трекинг. На этой высоте с приближением темноты холодные ветры становились всё сильнее. Я мёрз и понятия не имел, сколько ещё времени займёт путь до храма. Поскольку мы уже забронировали номер в отеле на территории храмового комплекса Кедарнатх, нам ничего не оставалось, кроме как нанять дополнительных носильщиков и остаток пути проделать на их спинах в корзинах, чтобы успеть вовремя.

Палатки стояли повсюду, так как паломников было слишком много, а в храмовом комплексе не хватало мест для размещения. Лошади не допускались ближе, чем на два километра от храма, поэтому, к счастью, запах навоза исчез. Теперь горный воздух был свежим и приятным.

Достигнув храмового комплекса Кедарнатх на спине носильщика, я увидел, как над головой в ясном и безмолвном ночном небе мерцают звёзды. Было 22:30. Мы шли четырнадцать часов без перерыва. Группа забронировала размещение в отеле «Сунил лодж», расположенном на территории храмового комплекса, всего в 200 метрах от главного храма. Я с нетерпением ждал возможности лечь в постель, как только окажусь в номере. В этот момент мирную тишину нарушил громкий звон храмового колокола, словно приветствующего нас. Носильщик спустил нас вниз, и мы наконец увидели хорошо освещённый храм.

Меня охватило огромное чувство радости, когда я с благодарностью поднял свои холодные руки в намаскаре. Мы достигли внушающей благоговение гималайской цитадели бога Шивы, известной как Кедарнатх. Я на мгновение остановился в тишине и задумался об удивительном факте, что более 300 000 отважных душ совершают это путешествие каждый год. В этом году я был одним из них.



COURTESY DEV DHAM YATRA

Шивастотравали Утпаладевы «Ожерелье хвалебных гимнов Шиве» кашмирского философа Утпаладевы

Предисловие

Именно в этих водах озера Дал родилась «Шивастотравали». Рассказывают, что Утпаладева как-то попросил своих учеников отвезти его на лодке к центру озера и, оказавшись там, вдохновлённый красивейшими пейзажами, он сочинил возвышенные гимны преданности и хвалы Господу Шиве. Он пел, а его ученики записывали за ним... Так родилось Священное Писание, «Шивастотравали», которое можно перевести на русский язык как «Ожерелье величаний Шивы» или «Последовательность (ряд) хвалебных гимнов Шиве».

Джордж Барселар, один из известных учеников Свами Лакшманджу (последнего из учителей парампары кашмирского шиваизма, КШ), с которым мне привелось встретиться дважды, говорил, что Свами с величайшим уважением относился к Утпаладеве и особенно к его «Шивастотравали», произ-

ведению, которое он считал образцом кашмирской религиозной поэзии бхакти (слово «бхакти», преданность, встречается в «Шивастотравали» более 400 раз). Прошло более 60 лет, как Свами Лакшманджу впервые опубликовал пословный перевод «Шивастотравали» на хинди. В последующие годы, на радость местных приверженцев КШ, Свами написал перевод «Шивастотравали» и на кашмирском языке. По словам Джорджа, когда ученики читали стихи из «Шивастотравали» в присутствии Свами, или когда он сам пел эти стотры или комментировал их, его глаза наполнялись слезами, а голос прерывался, и в какой-то момент он даже не мог говорить от избытка чувств.

Те, Прабху, чьё сердце не утонуло в соке страстной любви к Тебе, Вовсе не имеют сердца, они заслуживают презрения. (3.7)

До сих пор, несмотря на то, что гимны «Шивастотравали» были написаны более тысячи лет назад, они ежедневно читаются в семьях кашмирских пандитов и шиваитами по всему миру. «Прежде всего, это религиозный текст! – говорил Лакшманджу, – в бхакти есть две вещи: Верховное Божество и преданный почитатель. Почитатель должен рыдать от любви к Богу, он должен выплакаться до глубины души, представлять себя рабом Бога! Когда плач прекращается, это и есть шиваизм». Этот визионерский пассаж Свамиджи как нельзя более ярко свидетельствует о тесной духовной, а, скорее всего, и физической связи шиваизма Кашмира и Юга Индии – кашмирского шиваизма и шайва-сиддханты, в которой «рабы бога», святые наянры, занимают центральное место в религиозной традиции (см. работу О. П. Вечериной «Святые рабы Бога, ИС № 2.2018).



В одном из стихов «Шивастотравали» Утпаладева говорит о неизбежной связи философии и преданности (бхакти):

Осознание вещей такими, какие они есть на самом деле, И великий праздник поклонения Тебе взаимосвязаны. Они неизменно расцветают в тех, кто преисполнен преданности. (13.7)

Для Свами Лакшманджу, как и для Утпаладевы, бхакти, преданность Богу, была всем. Вершина философской мысли КШ, пратьябхиджа, оживает только благодаря переживанию интенсивной бхакти. Бхакти несёт и джняну (знание своей истинной природы), и адвайту (недвойственное видение Реальности): Господь – суть Чистое Сознание.

О Супруг Умы (Парвати), Ты бесконечен, Ты един и недвойственен, и Ты – природа каждого (все объекты видимого мира – Твоя самосушная форма). Да войду я в Тебя (но не с намерением стать единым с Твоим Сознанием, блаженным состоянием, но чтобы исполнить своё заветное желание) – дабы вечно поклоняться и воспевать Тебе хвалу. (13.20)

Как это в целом напоминает дуалистическую философию вайшнавизма, когда вечное пребывание у лотосных стоп Господа

для бхакты стоит выше окончательного слияния с Ним.

Утпаладева показывает, что *сварупа* (самосушная и уникальная форма) и *бахурупа* (множество проявленных форм) не только не исключают друг друга, а прекрасным образом дополняют, и во всех Своих ипостасях Шива есть не что иное, как Чистое Сознание. Монизм и теизм в КШ сплетены неразрывно и навечно.

Сегодня, когда академические знания и практика йоги (познания себя) вошли в жизнь духовного искателя, есть опасность того (и это мы подмечаем), что зачастую игнорируются теистические аспекты на пути самосовершенствования, Ишваравада, и религиозное поклонение. На первое место выходят тантрические, йогические, какие угодно техники и практика, магия, интеллектуальные умничанья неoadвайты, любые другие инструменты самосовершенствования современного представителя SBNR- культуры («духовного, но не религиозного»). К служению, преданности и любви к Богу, чем собственно призвана заниматься религия, отношение, если и не негативное, то крайне скептическое, прохладное. Не стал в этой связи исключением и набирающий популярность Кашмирский шиваизм. К сожалению, весьма редко его апологеты среди европейцев считают себя прежде практикующими индуистами, а лишь потом – последователями этой дено-

минации индуизма. В КШ их подсознательно привлекает кажущееся на первый взгляд отсутствие «религиозных рамок», духовная свобода и всеядность, возможность себя никак религиозно не аффелировать, разнообразие «интеллектуального знания» (богатая библиотека философской литературы КШ), методы духовного роста (за редким исключением последователи КШ практикуют тантру или йогу) из стандартного набора доброизмов, отсутствие аскетических практик, монашеской дисциплины и храмового поклонения. Но достаточно хотя бы раз оказаться в ашраме последнего из парампарических учителей этой традиции, «Ишвара ашраме» Свами Лакшманджу в Шринагаре, и пообщаться с его обитателями, чтобы разрушить многие подобные представления о КШ. Лучшим же проводником в традицию КШ без всякого сомнения может стать «Шивастотравали»...

Мы рады продолжить публикацию перевода одного из самых почитаемых произведений КШ, авторства Утпаладевы, «Шивастотравали», стотры 3 и 4; а также адресуем всех заинтересованных читателей к комментариям «Шивастотравали Утпаладевы» Свами Лакшманджу в качестве дополнительного материала. И да устранимся все несчастья на нашем пути, где путь и цель – чистая преданность Господу Шиве! *Сарва амангалья капантам.*

Гл. редактор ИС (РФ)

Перевод: А. Н. Вахромеева

3. Благодать моления

praṇaya prasādākhyam tṛtīyaṁ stotram

Хвала третья, «Благодать моления» называемая.

sadasattvena bhāvānām yuktā yā dvitayī gatīḥ |
tāmullaṅghya tṛtīyasmai namaścitrāya śambhave || 1 ||

Двойной путь, что собран из существующего и несуществующего всех вещей, его превзойдя, поклон третьему, Чудесному Шамбху! || 1 ||

āsurarṣijanādasminnasvatantre jagatraye |
svatantrāste svatantrasya ye tavaivānujīvināḥ || 2 ||

В несвободном троём мире свободны лишь те, от людей до мудрецов и асуров, которые следуют Тебе Свободному. || 2 ||

aśeṣaviśvakṣitabhavadvapuranusmṛtiḥ |
yeṣāṁ bhavarujāmekāṁ bheṣajāṁ te sukhāsināḥ || 3 ||

[Лишь] те пребывают в довольстве, у которых одно лекарство от болезней существования – воспоминание о том, что Твоё тело вмещает всю Вселенную. || 3 ||

sitātapatram yasyenduḥ svaprabhāparipūritāḥ |
cāmaram swardhunīśrotaḥ sa ekaḥ parameśvaraḥ || 4 ||

Чей зонтик – луна, наполненная собственным светом, украшение для волос – поток Ганги, Тот один – Великий Господь. || 4 ||

prakāśāṁ śītalāmekāṁ śuddhāṁ śaśikalāmiva |
dṛṣāṁ vitara me nātha kāmāpyamṛtavāhinīm || 5 ||

Даруй мне, Владыка, [Свой] взгляд – необыкновенный поток амриты, подобный изливающей свет единственной луне, чистой, прохладной. || 5 ||

tvaccidānandajaladheścyutāḥ samvittivipruṣaḥ |
imāḥ katham me bhagavannāmṛtāśvādasundarāḥ || 6 ||

Почему, Господин, эти капли познания, изливающиеся из Твоего Океана Сознания-блаженства не имеют для меня восхитительную сладость бессмертия? || 6 ||

tvayi rāgarase nātha na magnaṁ hrdayaṁ prabho |
yeṣāmahrdayā eva te'vajñāspadamīdṛśāḥ || 7 ||

Те, Прабху, у которых сердце не погружено в сок страстной любви к Тебе, не имеют сердца вообще, они заслуживают презрения. || 7 ||

prabhuṇā bhavatā yasya jātaṁ hrdayamelanam |
prābhaviṇāṁ vibhūtināṁ paramekaḥ sa bhājanam || 8 ||

Тот один, кто достиг единства сердца с Тобой, Прабху, обладатель высшего сосуда чудесных сверхсил. || 8 ||

harṣāṇāmātha śokānām sarveṣāṁ plāvakaḥ samam |
bhavaddhyānāmṛtāpūro nimnānimnabhuvāmiva || 9 ||

Наводнение амритой от созерцания Тебя затопливает всё одинаково – печали и радости – подобно возвышенностям и низинам на земле во время наводнения. || 9 ||

keva na syādāśa teṣāṁ sukhāsambhāranirbharā |
yeṣāmatmādhikeneśa na kvāpi virahastvayā || 10 ||

Как у тех, кто всегда неразлучен с Тобой, для кого Господь значит больше, чем их жизнь, может не быть состояния, изобилующего счастьем? || 10 ||



garjāmi bata nṛtyāmi pūrṇā mama manorathāḥ |
svāmī mamaiṣa ghaṭīto yattvamatyantarocanaḥ || 11 ||

Я кричу: «Ах!», я танцую. Мои желания исполнились: Ты, бесконечно прекрасный, стал моим Господином! || 11 ||

nānyadvedyaṃ kriyā yatra nānyo yogo vidā ca yat |
jñānaṃ syāt kintu viśvaikaipūrṇaṃ cittvaṃ vijṛmbhate || 12 ||

Когда нет больше познаваемого, нет деятельности, нет больше йоги и другого знания, [кроме Тебя], только тогда всеполнота Вселенной раскрывается [словно цветок] как Ты – Чистое Сознание. || 12 ||

durjayānāmanantānām duḥkhhānām sahasaiva te |
hastātpalāyitā yeṣāṃ vāci śāśvacchivadhvaniḥ || 13 ||

Те, в чьих устах постоянно звучит «Шива», быстро освобождаются от тисков труднопреодолимых несчастий, коим нет числа. || 13 ||

uttamaḥ puruṣo'nyo'sti yuṣmaccheṣaviṣeṣitaḥ |
tvam mahāpuruṣastveko niḥṣeṣapuruṣāśrayaḥ || 14 ||

Первое лицо (грамм., «я, мы») отлично от второго («ты, вы») и от оставшегося (третьего, «он, она, они»). Ты же один – Великая Душа, прибежище всех лиц. || 14 ||

jayanti te jagadvandya dāsāḥ te jagatām vibho |
saṃsārārṇava evaiṣa yeṣāṃ kṛdāmahāsaraḥ || 15 ||

О Всемогущий! Лишь те, кто являются Твоими рабами, одерживают победу. Они почитаемы во всех мирах. Для них океан [страданий] сансары – всего лишь большое озеро для наслаждений. || 15 ||

āsatām tāvadanyāni dainyānīha bhavaijuṣām |
tvameva prakāṭibhūyā ityanaiva lajjyate || 16 ||

Пусть пока в этом мире существуют ещё жалкие [мольбы], у нашедших прибежище в Тебе, даже [просьба] «проявив Себя», вызывает стыд. || 16 ||

matparaṃ nāsti tatrāpi jāpako'smi tadaikyataḥ |
tattvena japa ityakṣamālayā dīśasi kvacit || 17 ||

«Здесь нет [никого] выше Меня, и всё же Я повторяю мантры, давая этим [понять], что джапа – суть Единение», – об этом всякий раз говорят Твои чётки. || 17 ||

sato'vaśyaṃ paramasatsacca tasmātparaṃ prabho |
tvam cāsatassataścānyastenāsi sadasanmayāḥ || 18 ||

О Прабху (Могущественный), несуществующее безусловно сильно отличается от существующего, равно как существующее от несуществующего. Ты же ни существующий, ни несуществующий – и то, и другое. || 18 ||

sahasrasūryakiraṇādhiśuddhaprakāśavān |
api tvam sarvabhuvanavyāpako'pi na dṛśyase || 19 ||

Даже сияя несравненно сильнее, чем лучи тысяч солнц, также пронизывая всё бытие, Ты, всё же, остаёшься невидим. || 19 ||

jaḍe jagati cidrūpaḥ kila vedye'pi vedakaḥ |
vibhurmite ca yenāsi tena sarvottamo bhavān || 20 ||

В бессознательном мире Ты – имеющий природу Сознания, в познаваемом Ты – Знающий, а в ограниченном – Не имеющий границ, Тем самым Ты выше всего – Господин [над всем]. || 20 ||

alamākranditairanyairiyadeva puraḥ prabhoḥ |
tīvraṃ viraumi yannātha muhyāmyevaṃ vidannapi || 21 ||

Я отчаянно кричу, способный лишь неистово молить Прабху, потому что, Господь, даже знающий, я сбиваюсь с пути. || 21 ||

iti śrīmadutpaladevācāryaviracitastotrāvalau praṇayaprasādanāmake
tṛṭiyastotre śrīkṣemarājaviracitā vivṛtiḥ ||

Такова хвала третья, названная «Благодать моления», в последова-тельности гимнов, составленных славным наставником Утпаладевой.

4. Сила божественного нектара

surasodbalākhyāṃ caturthaṃ stotram
Хвала четвёртая, «Сила [божественного] нектара» называемая.

capalamasi yadapi mānasa tatrāpi ślāghyase yato bhajase |
śaraṇānāmapī śaraṇaṃ tribhuvanagurumambikākāntam || 1 ||

О ум, хотя ты и неспокоен, даже тогда ты заслуживаешь похвалы, потому что ты почитаешь Защитника всех защитников, Учителя трёх миров возлюбленного Амбики. || 1 ||

ullaṅghya vividhadaivatasopānakramamupeyaśivacaraṇān |
āśṛityāpyadharatarāṃ bhūmiṃ nādyāpi citramujjhāmi || 2 ||

Пройдя путь различных ступеней [от разнообразных практик] до высочайшего состояния, достигнув предельного – стоп Шивы, даже теперь, к своему огорчению, я ещё не могу отказаться от тяги к простым мирским удовольствиям. || 2 ||

prakaṭaya nijamadhvānaṃ sthagayatārāmakhilalokacaritāni |
yāvadbhavāmi bhagavaṃstava sapadi sadodito dāsaḥ || 3 ||

О, Господь! Прояви Свой собственный путь, и полностью скрой все мирские пути до тех пор, пока я не достигну [Тебя], и в тот же миг навечно не стану Твоим рабом. || 3 ||

śiva śiva śambho śaṅkara śaraṇāgatavatsalāśu kuru karuṇāṃ |
tava caraṇakamalayugala-smaraṇaparasya hi sampado'düre || 4 ||

Шива! Шива! Шамбху! Шанкара!
О Сострадательный к ищущим [Твоей] защиты, скорее ниспошли мне [Свою] милость! Ведь недалеко достижение наивысшего воспоминания о паре Твоих лотосных стоп. || 4 ||

tāvakāṅghrikamalāsanalīnā ye yathāruci jagadracayanti |
te viriñcimadhikāramalenāliptamasvavaśamīśa hasanti || 5 ||

Господь, те, что пребывают у Твоих лотосных стоп, по своему желанию управляют всем циклом Вселенной (творением, поддержанием и разрушением). Они смеются над Брахмой, несвободным, ограниченным по своей природе [только лишь творить]. || 5 ||

tvatprakāśavapuṣo na vibhinnaṃ kiṃ ca na prabhavati pratibhātum |
tatsadaiva bhagavanparilabdho'sīśvara prakṛtito'pi vidūraḥ || 6 ||

Господь, ничто не существует отдельно от Твоего сияющего тела, поэтому Ты всегда обретён по своей сути, хотя [и кажешься] далёким. || 6 ||

pādapaṅkajarasam tava ke cid bhedaparyuṣitavṛttimupetāḥ |
kecanāpi rasayanti tu sadyo bhātamakṣatavapurdvayaśūnyam || 7 ||

Некоторые не чувствуют свежести сока Твоих лотосных стоп из-за непостоянства [вкушения его], другие же всё время ощущают [Твоё] лишённое двойственности сияющее не подверженное разрушению тело. || 7 ||

nātha vidyudiva bhāti vibhā te yā kadācana mamāmṛtadigdhā |
sā yadi sthiritaraiva bhavettat pūjito'si vidhivatkimutānyat || 8 ||

Владыка, Твой Свет, наполненный амритой, изредка на мгновение ока сверкает для меня подобно молнии. Вот если бы он задерживался подольше, Ты был бы почитаем должным образом. Как иначе? || 8 ||



sarvamasyaparamasti na kiṃcid vastvavastu yadi veti mahatyā |
prajñayā vyavasito'tra yathaiva tvam tathaiva bhava suprakāṭo me || 9 ||

«Всё есть Ты, ничего другого, как материального, так и нематериального, не существует», – так с помощью Великого Знания мы постигаем. Будь же таким же образом полностью проявлен для меня здесь! || 9 ||

svecchayaiva bhagavannijamārge kāritaḥ padamaḥaṃ prabhuṇaiva |
tatkathaṃ janavadeva carāmi tvatpadocitamavaimi na kiṃcit || 10 ||

Господь, лишь по Твоей воле, Прабху, я встаю на свой собственный путь. Так почему же я иду как обычный (мирской) человек? Почему не знаю я ничего о радости пребывания в Тебе? || 10 ||

ko'pi deva hṛdi teṣu tāvako jṛmbhate subhagabhāvaḥ uttamaḥ |
tvatkathāmbudaninādacātakā yena te'pi subhagāṭṛtāściram || 11 ||

Господь, что за высочайшее восхитительное переживание Тебя распускается в их сердцах, при одном только упоминании о Тебе, делая их счастливыми на долгие времена, как птицу чатаку – громохание туч? || 11 ||

tvaijuṣāṃ tvayi kayāpi līlayā rāga eṣa paripoṣamāgataḥ |
yadviyogabhuvī saṅkathā tathā saṃsmṛtiḥ phalati saṃgamotsavam || 12 ||

Какой из Твоих игр у любящих Тебя эта привязанность достигает полноты? Если в состоянии разъединённости лишь упоминание [о Тебе], немедленно возвращает память и дарует радость единения с [Тобой]. || 12 ||

yo vicitrarasasekavardhitaḥ śaṅkareti śataśo'pyudīritaḥ |
śabda āviśati tiryagāśāyeṣvapyayaṃ navanavaprayojanaḥ || 13 ||

Стократно произнесённое слово «Шанкара» входит даже в сердца неразумных; наполненное изливающимися дивным соком, оно [задаёт] совершенно новую цель [жизни]. || 13 ||

te jayanti sukhaṃḍale bhraman asti yeṣu niyataṃ śivadhvaniḥ |
yaḥ śaśiva prasṛto'mṛtāśayāt svādu saṃsṛavati cāmṛtaṃ param || 14 ||

Те победоносны, у кого никогда не сходит с губ слово «Шива», источающее высочайший сладостный нектар изместилища амриты, подобно луне, распространяющей [свет]. || 14 ||

parisamāptamivogramidaṃ jagad vīgali'to'viralomanaso malaḥ |
tadapi nāsti bhavatpuragopurāṅgalakavāṭavighaṭṭanamaṇvapi || 15 ||

Этот ужасный мир подошёл к концу, обильная грязь [моего] ума растворилась. Однако запертые на засов врата Твоего города даже на чуть-чуть не приоткрылись. || 15 ||

satataphullabhavanmukhaṅkajodaravilokanalālasacetasaḥ |
kimapi tatkuru nātha maṇāgiva sphurasi yena mamābhimukhasthitiḥ || 16 ||

Страстное желание моего ума – созерцание глубины вечно-цветущего лотоса Твоего лица. Владыка, сделай что-нибудь, чтобы хоть ненадолго Ты явился лицом к лицу со мной. || 16 ||

tvadavibhedamateraparaṃ nu kiṃ sukhamihāsti vibhūtirathāparā |
tadiha tāvakadāśajanasya kiṃ kupathameti manaḥ parihṛtya tām || 17 ||

Разве есть большее счастье, большее богатство здесь, чем осознание неразделённости с Тобой? Так почему же ум человека, почитающего Тебя, идёт неверным путём, отказываясь от такого [богатства]? || 17 ||

kṣaṇamapiha na tāvakadāsatām prati bhaveyamahaṃ kila bhājanam |
bhavadabhedarasāsavamādarādavirataṃ rasaye Yamahaṃ na cet || 18 ||

Если бы не вкушал я непрерывно и ревностно нектар неразделённости с Тобой, несомненно, не смог бы я быть Твоим рабом ни на мгновение. || 18 ||

na kila paśyati satyamayaṃ janastava vapurdvayadrṣṭimāmasaḥ |
tadapi sarvavidāśṛitavatsalaḥ kimidamāraṭitaṃ na śṛṇoṣi me || 19 ||

Воистину, загрязнённый двойственным видением человек не видит Твоё тело. Так почему же Ты, Всезнающий, милостивый к нашедшим защиту в Тебе, не слышишь этот мой крик? || 19 ||

smarasi nātha kadā cidapīṭitaṃ viṣayasaukhyamathāpi mayārthitam
satatameva bhavadvapurīkṣaṇāmṛtamabhīṣṭamalaṃ mama dehi tat || 20 ||

Помнишь ли, Владыка, чтобы я хоть когда-нибудь искал радости в предметах чувств? Напротив, мною всегда двигало только лишь желание [обретения] нектара видения Твоего тела. Мне [этого] достаточно. Даруй же [мне] это! || 20 ||

kila yadaiva śivādhvani tāvake kṛtapado'smi maheśa tavecchayā |
śubhaśatānyuditāni tadaiva me kimaparaṃ mṛgaye bhavataḥ prabho||21||

Великий Господь, ведь именно тогда, когда Твоей милостью я ступил на Путь Шивы, у меня появились сотни благ. Что ещё мне просить у Тебя, о Прабху? || 21 ||

yatra so'stamayameti vivasvāṃścandramaḥprabhṛtibhiḥ saha sarvaiḥ |
kāpi sā vijayate śivarātriḥ svaprabhāprasrabhāsavarūpā || 22 ||

Когда солнце заходит со всеми [светилами] начиная с луны, побеждает ночь Шивы, чья природа – сияющий поток собственного света. || 22 ||

apyupārjitamaham triṣu lokeṣvādhipatyamamareśvara manye |
nīrasaṃ tadakhilam bhavadaṅghrisparśanāmṛtarasena vihīnam || 23 ||

Владыка богов, даже приобретённое господство в трёх мирах я ощущаю как полностью безвкусное, если лишено оно сладости нектара прикосновения к Твоим стопам. || 23 ||

bata nātha dṛḍho'yamātmabandho bhavadakhyātimayastvayaiva
kṛptaḥ |
yadayaṃ prathamānameva me tvāmavadhīrya ślathate na
leśato'pi || 24 ||

Ах Владыка! Эти крепкие оковы моего «Я», суть которых неосознание Тебя, надеты Тобой же. Из-за пренебрежения Тобой не ослабевают они ни на чуть-чуть. || 24 ||

mahatāmamareśa pūjyamāno'pyaniṣaṃ tiṣṭhasi pūjakaikarūpaḥ |
bahirantarapīha dṛśyamānaḥ sphurasi draṣṭīśārīra eva śaśvat || 25 ||

Хотя Ты непрерывно почитаем великими, о Владыка богов, Твоя единственная природа – быть почитающим. Как внутри, так и снаружи видимый здесь, Ты постоянно проявляешься как Наблюдатель. || 25 ||

iti śrīmadutpaladevācāryaviracitastotrāvalyāṃ surasodbalanāmaka-
caturthastotre kṣemarājakṛtā vivṛtiḥ ||

Такова хвала четвёртая, названная «Сила [божественного] нектара», в последовательности гимнов, составленных славным наставником Утпаладевой.

Продолжение следует

ПЕРЕВОДЧИК

Вахромеева Анастасия Николаевна – преподаватель английского языка и Аштанга виньяса йоги. Область интересов – санскрит.





ПЕРЕВОД С АВАДХИ

श्रीहनुमानचालीसा Śrī Hanumān Cālīsā

Сорокастишие божественному Хануману

М. ДЕМЧЕНКО

Выдающийся святой мистик XX века Ниим Кароли Баба говорил, что каждая строка «Шри Хануман чалисы» – мантра, обладающая невероятной силой. Шри Хануман – не просто одно из божеств индуизма, он – дыхание Шри Рамы, поток его любви. Миллионы индийцев поют эту Чалису («Сорокастишие») ежедневно, а ещё десятки миллионов – по вторникам, в день, посвящённый Хануману. Автор поэмы – Госвами Тулсидас (1511 – 1623), написавший также «Шри Рамачаритманасу», на волнах исполнения которой Рама-бхакти быстро распространилась по всей Северной Индии. Однажды Хануман сам явился Тулсидасу во время странствий, и велел рассказать историю о Сите и Раме на понятном для большинства людей того времени языке – авадхи, поскольку санскритскую «Рамаяну» уже мало кто понимал. Выполняя наказ лучшего из спутников Вождя Рагхавов, Госвами джи создал целую библиотеку произведений, любимых индийцами до сих пор. Даже и уйдя из нашего мира, Тулсидас через свои *дохи*, *чаупаи*, *шлоки* и *соратхи* продолжает эту миссию, возложенную на него Хануманом. Своим переводом мы хотели бы внести в неё и свою скромную лепту. Мы приводим оригинальный текст «Шри Хануман чалисы» на деванагари, его транслитерацию в IAST с поправкой на правила чтения языка авадхи (в их «усреднённом» варианте), точный (максимально приближенный к оригинальному тексту) перевод и комментарий с позиции школы Шри Рамананды, к которой принадлежал сам поэт.

Доха

श्री गुरु चरन सरोज रज निज मन मुकुर सुधारि।
बरनउँ रघुबर बिमल जस जो दायक फल चारि॥

śrī guru charan saroj raj nij man mukur sudhāri |
baranuñ raghubar bimal jas jo dāyak phal chāri ||

Шри Гуру стоп-лотосов пылью своего ума зеркало очистив,
Повествую о безупречной славе Героя из клана Рагху, дарующей
четыре плода.

Бхакт-широмани (бриллиант в ожерелье почитателей Шри Хари) Шри Шримад Госвами Тулсидас, воплощение поэта Валмики в этот страшный век Кали, начинает свой рассказ о славе Героя из клана Рагху, Верховного Бога Шри Рамы, с приветствия своему Гуру. Более подробно о просветляющей функции пыли со стоп-лотосов духовного наставника он пишет в «Шри Рамачаритманасе»:

बंदउँ गुरु पद पदमु परागा । सुरुचि सुबास सरस अनुरागा॥

baṁduñ guru pad padum parāgā | suruchi subās saras anurāgā||

«Я в почтении склоняюсь перед стоп Гуру пылью, [напоминающей цветочную] пылью, излучающую свет и источающую благовоние любви [к Шри Раме]¹».

बुद्धिहीन तनु जानिकै सुमिरौ पवनकुमार।
बल बुधि बिद्या देहु मोहिं हरहु कलेश बिकार॥

buddhihīn tanu jānikai sumiraūṃ pavanakumār |
bal budhi bidyā dehu mohiṃ harahu kaleś bikār ||

Разума недостатки осозная, вспоминаю о Сыне Ветра:
Силу, рассудок и знание даруй мне, страдания и осквернения устрани!

¹ Все отрывки из писаний и других произведений приводятся в переводе автора с языка оригинала. Комментарий дан с точки зрения ачарьев религиозно-философской школы Шри Рамананда-сампрадая, к которой принадлежал автор «Хануман Чалисы» Госвами Тулсидас. В наибольшей степени переводчик-комментатор ориентировался на труды классиков школы, работавших в начале XX века Шри Бхагавадачарьи и Ачарьи Шри Сараю Даса.



В «Шатарудра-самхите» «Шива-пураны» (20.37) утверждается: «Хануман – воплощение Шивы, владыка и защитник бхактов. Он – спаситель Лакшмана и уничтожитель гордыни Дайтьев». «Сканда-пурана» уточняет, что Хануман – форма Нанди, ваханы и амша-аватары Шивы, а с точки зрения «Гаруда-пураны» он – нисхождение Ваю. Последнее утверждение очень важно для Шри Мадхвачарьи и его сампрадаи, поскольку почитание Ханумана как воплощения бога Ветра в ней играет ключевую роль (сам Шри Мадхва также считается нисхождением Ваю Дэвару в век Кали). Как мы увидим далее, Госвами джи придерживается самого распространённого взгляда, заключающегося в том, что Хануман – сын Ваю, но воплощение Шивы. Как же тогда понимать утверждение о том, что Хануман – сам Ваю? Святые шрути («Шатапатха-брахмана» VI 1.3) учат, что сам Ваю принадлежит к Шива-таттве, будучи воплощением Рудры по имени Угра. Итак, осознав свою неспособность понять таттву (природу) Шри Ханумана своим разумом, мы, вслед за Госвами джи, склоняемся перед этим Сыном Ветра в глубоком почтении, и начинаем петь спасительную «Шри Хануман Чалису».

Чаупаи

जय हनुमान ज्ञान गुण सागर । जय कपीश तिहुँ लोक उजागर ॥१॥
रामदतू अतुलित बल धामा । अंजनिपुत्र पवनसुत नामा ॥२॥

jay hanumān jñān guṇa sāgar | jaya kapīś tihunṃ lok ujāgar || 1 ||
rāmadūt atulit bal dhāmā | amjaniputr pavanasut nāmā || 2 ||

Победа тебе, Хануман, океан благих качеств и знания! Победа тебе, Вождь обезьян, прославленный в трёх мирах.

Спутник Рамы, неизмеримой силы вместилище, Анджаны сын, прославленный как дитя Ветра.

Kapīś – вождь или господин обезьян. Вместе с тем, *ванары*, о которых идёт речь в «Рамаяне» – не обычные обезьяны а, скорее, самостоятельная цивилизация, отличная от человеческой. Госвами джи пишет:

जेहि सरीर रति राम सौ सोइ आदरहिं सुजान।
रुद्रदेहि तजि नेहबस बानर भे हनुमान॥

jehi sarīr rati rām soṃ soi ādaraḥiṃ sujān |
rudradehi taji nehabas bānar bhe hanumān ||

«Ценность тела, через которое любят Раму знает мудрец – Вот и Рудра, оставив своё [божественное] тело, стал ванаром Хануманом».

Тела ванаров оказались более ценными для осуществления миссии Шри Рамы, поэтому Брахма с радостью стал Джамбаваном, Рудра Хануманом, а прочие божества произвели среди ванаров могучих потомков. Сам Хануман пришёл через чрево Анджаны, которой бог Ветра передал долю паясам (сладкого кхира) с жертвоприношения царя Дашаратхи, в результате которого на Землю пришёл и сам Бхагаван в формах четырёх братьев – Рамы, Лакшмана, Бхараты и Шатругхны.

महाबीर बिक्रम बजरंगी । कुमति निवार सुमति के संगी ॥३॥
कंचन बरन बिराज सुबेषा । कानन कुंडल कुंचित केशा ॥४॥

mahābīr bikram bajaranṅgī | kumati nivār sumati ke saṅgī || 3 ||
kaṁcān baran birāj subeṣā | kānan kuṇḍal kuṁchit keśā || 4 ||

Великий Герой, обладающий мощью молнии, дурных намерений устранитель и благих вдохновитель.
Золотого цвета и в прекрасные наряды облачённый, сияющие серьги ты носишь, о курчавоволосый!

हाथ बज्र अरु ध्वजा बिराजे । काँधे मुँज जनेऊ साजे ॥५॥
शंकर स्वयं केशरीनन्दन । तेज प्रताप महा जग बंदन ॥६॥

hāth bajr aru dhvajā birājai | kāṁdhe mūñj janeū sājai || 5 ||
śaṁkar svayaṁ keśarīnandan | tej pratāp mahā jag baṁdan || 6 ||



В твоих руках ваджра (молния) и знамя, а через плечо ты носишь джанеу (священный шнур) из камыша мунджа. Ты – сам Шанкара (Шива) и сын Кешари, твоему жаркому сиянию поклоняется вселенная.

Ваджра (молния) – особое оружие, находящееся в распоряжении Индры и Рудры. О ваджре Рудры мы узнаём из «Ригведы» (2.33.3): śreṣṭho jātasya rudra śrīyāsi tavastamastavasām vajrabāho. Обладание ваджрой – один из признаков того, что Хануман – śaṅkar svayaṃ (сам Шива). Кешари – имя супруга Анджаны, который стал приёмным отцом Рудры в этом нисхождении.

विद्यावान गुणी अति चातुर । राम काज करिबे को आतुर ॥७॥
प्रभु चरित्र सुनिबे को रसिया । राम लखन सीता मन बसिया ॥८॥

vidyāvān guṇī ati chātur | rām kāj karibe ko ātur || 7 ||
prabhu charitr sunibe ko rasiyā | rām lakhana sītā man basiyā || 8 ||

Ты мудр, обладатель совершенств, смекалки и всегда готов выполнять поручения Рамы. Ты черпаешь наслаждение в выслушивании повествований о Господе, а в твоём сердце всегда восседают Рама, Лакшман и Сита.

Шри Вайшнавачарья в своей «Артха-панчакам» говорит: «Шри Рама пребывает в сердце каждого в одной из двух форм: как высший Дух или как форма Бхагавана. В сердцах тех, кто лишён любви к Бхагавану, он пребывает как высший Дух и не становится источником никаких бхав (эмоций и настроений любви).

Именно к этому типу пребывания Антарьямина (внутреннего Свидетеля) в сердце живого существа относится утверждение святых шрути **य आत्मनि तिष्ठन्** (ya ātmani tiṣṭhan – «тот, что пребывает в Атмане»)...

В лотосы сердец тех, кто обладает любовью к Бхагавану, а также йогинов, желающих созерцать личностную форму Бхагавана, ради их защиты, Шри Рама входит в прекрасной форме Юноши, вооружённого луком и стрелами. Эта та самая чарующая, привлекательная божественная форма, о которой святые шрути говорят **अंगुष्ठमात्रः पुरूषोत्तरात्मा** (aṅguṣṭhamātraḥ puruṣottarātmā), «этот Господь имеет размер большого пальца...» (2.22 – 24). Шри Хануман, несомненно, относится ко второму типу бхактов. Он мечтает, чтобы Шри Рама пребывал в его сердце в прекрасной личностной форме и в окружении Ситы, Лакшмана и других его нитья-паршадов (вечных спутников).

सूक्ष्म रूप धरि सियहिं दिखावा । बिकट रूप धरि लंक जरावा ॥९॥
भीम रूप धरि असुर सँहारे । रामचन्द्र के काज सँवारे ॥१०॥

sūkṣm rūp dhari siyahim dikhāvā | bikat rūp dhari laṅk jarāvā || 9 ||
bhīm rūp dhari asur saṁhāre | rāmachandr ke kāj saṁvāre || 10 ||

Тонкую форму приняв, ты предстал перед Ситой, а в гигантской сжёг Ланку.

В героической форме ты истребил асуров, выполнив наказ Рамачандры.

लाय सैँजीवनि लखन जियाये । श्री रघुवीर हरषि उर लाये ॥११॥
रघुपति कीन्ही बहुत बड़ाई । तुम मम प्रिय भरतहिं सम भाई ॥१२॥

lāya saṁjīvani lakhana jiyāye | śrī raghubīr haraṣi ur lāye || 11 ||
raghupati kīnhī bahut baḍāī | tum mam priya bharatahim sam bhāī || 12 ||

Принеся исцеляющую траву сандживани, Лакшмана вернул к жизни – тогда Герой из клана Рагху прижал тебя к своей груди. Повелитель Рагхавов прославил тебя, говоря: «Ты так же дорог мне, как мой брат Бхарата».

सहसबदन तुम्हरो जस गावैं । अस कहि श्रीपति कंठ लगावैं ॥१३॥

सनकादिक ब्रह्मादि मुनीशा । नारद सारद सहित अहीशा ॥१४॥

sahas badan tumharo jas gāvaim | as kahi śrīpati kaṁṭh lagāvaim || 13 ||
sanakādik brahmādi muniśā | nārad sārad sahit ahīśā || 14 ||

«Тысячеглавый [Змей Шеша] воспевает твою славу» – сказав так, Супруг Шри (Ситы) [снова] обнял тебя.

Санака с братьями, Брахма с богами и мудрецами, Нарада, Шарада с Владыкой Змей...

Ahīśā – «Владыка Змей» Нагарадж, обвивающий шею Шивы, таким образом охлаждая жжение от яда, выпитого им на заре мироздания ради блага всех существ. Интересно, что в списке «неспособных описать славу» Ханумана отсутствует сам Махадэв – ведь он и есть главный герой этой поэмы. С другой стороны, здесь есть Творец мира Брахма. Госвами джи принадлежит к цепи передачи спасительной Шри Рама-мантры и её шакти, берущей своё начало от самой Бхагавати Ситы. Другое имя Ситы – Шри, поэтому традиция передачи именуется Шри-сампрадая. В школе Шри есть две ветви – северная, в которой высшими Божествами считаются Сита и Рама (Шри Рамананда-сампрадая) и южная, последователи которой почитают Лакшми и Нараяну (Шри Рамануджа-сампрадая). Итак, Богиня Шри передала Шри Рама-мантру Шри Хануману, а тот на заре существования вселенной посвятил в неё Брахму. Как отмечает Джагадгуру Раманандачарья Свами Рамешваранандачарья в предисловии к «Сита-упанишада-бхашье», Шри Хануман занимает более высокое положение в иерархии дэвов, чем Брахма, во-первых, потому что он – Сам Шива (śaṅkara svayaṃ), а во-вторых, потому что он – Гуру Творца, и Брахма вечно воспевает его имена и славу:

देवदेवं गुरुं वन्दे मारुतिं मतिवारिधिम् ।

devadevaṃ guruṃ vande mārutiṃ mativāridhim |

जम कुबेर दिगपाल जहाँ ते । कबि कोबिद कहि सकैं कहाँ ते ॥१५॥
तुम उपकार सुग्रीवहिं कीन्हा । राम मिलाय राज पद दीन्हा ॥१६॥

jam kuber digapāl jahāṁ te | kabi kobid kahi sakaim kahāṁ te || 15 ||
tum upakār sugrīvahim kīnhā | rām milāya rāj pada dīnhā || 16 ||

Яма, Кубера, повелители направлений, поэты и учёные неспособны описать твои совершенства.

Ты оказал неоценимую услугу Сутриве, устроив его встречу с Рамой и посадив его не царский престол.

तुम्हरो मन्त्र बिभीषन माना । लंकेश्वर भए सब जग जाना ॥१७॥
जुग सहस्र जोजन पर भानू । लील्यो ताहि मधुर फल जानू ॥१८॥

tumharo mantr bibhīṣan mānā | laṅkeśvar bhae sab jag jānā || 17 ||
jug sahasr jojan par bhānū | līlyo tāhi madhur phal jānū || 18 ||

К твоим советам прислушавшись, Вибхишана стал правителем Ланки – об этом знает весь мир.

Солнце находится на расстоянии тысячи юг (эпох) и тысячи йоджан, а ты играл с ним, приняв за сладкий плод.

В сарге 66 Кишкиндха-канды «Рамаяны» Валмики Джамбаван рассказывает историю рождения и детства Ханумана. Некогда его мать Анджана была апсарой по имени Пунджикастхала. Вследствие проклятия гуру богов Брихаспати, она родилась на Земле в облике женщины из племени ванаров, дочери Кунджары, но сохранила способность менять внешний вид по своему желанию. Однажды, когда Анджана забавлялась в горах в образе прекрасной девушки, на неё обратил внимание Ваю, бог Ветра:

स ताम् भुजाभ्याम् दीर्घाभ्याम् पर्यष्वजत मारुतः ।

मन्मथ आविष्ट सर्वान्गो गत आत्मा ताम् अनिन्दिताम् ॥

sa tām bhujābhyām dīrghābhyām paryaṣvajata mārutaḥ |
manmatha āviṣṭa sarvāṅgo gata ātmā tām aninditām ||



^[2] Большинство изданий дают вместо «svayaṃ» «suvan». В нашей версии мы решили принять аргументацию Джагадгуру Раманандачарья Свами Рамбхадрачарья (Читракут-питх) и сохранить здесь санскритизм «svayaṃ».



«Бог любви парализовал все части тела Ветра, хотя он и бестелесен. Марут (Ваю) обнял прекрасную женщину своими длинными руками и потерял своё сердце в ней» (1.66.15).

Анджана очень испугалась этого невидимого объятия, но Ваю успокоил её, пообещав рождение от него великого Героя. Сын ветра Марути с самого начала обладал всеми сиддхи (мистическими способностями), переданными ему отцом. И, согласно этой же сарге, когда он увидел Солнце, то принял его за сладкий плод и попытался допрыгнуть до него и съесть. Испуганный Индра сразил Героя своей ваджрой, тот упал на Землю и повредил себе челюсть – ततो हि नाम धेयम् ते हनुमान् इति कीर्तितम् (tato hi nāma dheyam te hanumān iti kīrtitam) – «Тогда тебя и прозвали Хануманом, что значит ‘сломанная челюсть’».

प्रभु मुद्रिका मेलि मुख माहीं । जलधि लाँघि गये अचरज नाहीं ॥१९॥
दुर्गम काज जगत के जेते । सुगम अनुग्रह तुम्हरे तेते ॥२०॥

prabhu mudrikā meli mukh māhīm | jaladhi lāṅghi gaye acaraj nāhīm || 19 ||
durgam kāj jagat ke jete | sugam anugrah tumhare tete || 20 ||

Неся в устах кольцо Господа, ты перепрыгнул через океан – не удивительно!
Все трудности этого мира преодолеть легко по твоей милости!

राम दुआरे तुम रखवारे । होत न आज्ञा बिनु पैसारे ॥२१॥
सब सुख लहहिं तुम्हारी शरना । तुम रक्षक काहू को डर ना ॥२२॥

rām duāre tum rakhavāre | hot na ājñā binu paisāre || 21 ||
sab sukh lahahīm tumhārī śaranā | tum rakṣak kāhū ko ḍar nā || 22 ||

Врата Рамы ты охраняешь, и никто не войдёт в них без твоего дозволения. Всеми благами наслаждается тот, кто в тебе обрёл прибежище. Ты – защитник, чего же бояться?

आपन तेज सम्हारो आपै । तीनों लोक हाँक ते काँपे ॥२३॥
भूत पिशाच निकट नहीं आवै । महाबीर जब नाम सुनावै ॥२४॥

āpan tej samhāro āpai | tīnaum loka hāmka te kāmpe || 23 ||
bhūt piśāc nikaṭ nahīm āvai | mahābīra jab nāma sunāvai || 24 ||

Только ты способен контролировать своё могущество (теджас), три же мира вздрагивают перед ним. Бхуты, пищачи и прочие силы не приблизятся к тому, кто повторяет имя «Махавир» («Великий Герой»).

नासै रोग हरै सब पीरा । जपत निरंतर हनुमत बीरा ॥२५॥
संकट तें हनुमान छुड़ावै । मन क्रम बचन ध्यान जो लावै ॥२६॥

nāsai rog harai sab pīrā | japat niraṃtar hanumat bīrā || 25 ||
saṃkaṭa teṃ hanumān chuḍāvai | man kram bacan dhyān jo lāvai || 26 ||

Исцеляются болезни и уничтожаются все страдания, когда непрестанно повторяется имя «Хануман». От трудностей избавляет Хануман тех, кто мыслью, делом и словом созерцает его.

सब पर राम तपस्वीराजा । तिन के काज सकल तुम साजा ॥२७॥
और मनोरथ जो कोई लावै । सोई अमित जीवन फल पावै ॥२८॥

sab par rām tapasvī rājā | tin ke kāj sakal tum sājā || 27 ||
aur manorath jo koī lāvai | soī amit jīvan phal pāvai || 28 ||

Рама исполняет все желания аскетов, а ты выполнил все задания [самого Рамы]. Даже и лелея другие желания, [твои почитатели] обретут бессмертный плод.

Обычно считается, что, обращаясь к божеству с просьбой об исполнении материального желания, человек получает просимое, но теряет возможность обрести бхакти и джняну, а зна-

чит и мокшу. Жизнь за жизнью люди поклоняются пяти Божествам, входящим в смартистскую Панчаятану (Вишну, Шива, Ганеша, Дурга, Сурья), но так и не могут выбраться из круговорота рождений и смертей. Госвами джи верит, что особенность всей Рама-тагтвы, и Ханумана в частности – их безграничная милость. Даже тот, кто обращается к Хануману с самыми низменными просьбами, уже встал на путь спасения, и однажды достигнет высшей Цели.

चारों जुग परताप तुम्हारा । है परसिद्ध जगत उजियारा ॥२९॥
साधु संत के तुम रखवारे । असुर निकंदन राम दलूरे ॥३०॥

chārom jug paratāp tumhārā | hai parasiddh jagat ujiyārā || 29 ||
sādhū saṃt ke tum rakhavāre | asur nikandān rām dulāre || 30 ||

Во все четыре юги (эпохи) сияет твоя слава, величие твоё – во всей вселенной.
Садху и святых ты защитник, уничтожаешь ты асуров, о любимец Рамы.

अष्ट सिद्धि नव निधि के दाता । अस बर दीन्ह जानकी माता ॥३१॥
राम रसायन तुम्हरे पासा । सदा रहो रघुपति के दासा ॥३२॥

aṣṭa siddhi nav nidhi ke dātā | as bar dīnh jānakī mātā || 31 ||
rām rasāyan tumhare pāsā | sadā raho raghupati ke dāsā || 32 ||

Восемь сиддхи и девять нидхи даровала тебе Мать Джанаки в качестве благословения.
С тобой всегда эликсир [любви] Рамы. Да будешь ты вечно слугой Повелителя Рагхавов!

Восемь *сиддхи* (мистических способностей) – *анима* (способность уменьшаться до размера атома), *махима* (способность увеличиваться в размерах), *гарима* (способность становиться сверхтяжёлым), *лагхима* (способность становиться сверхлёгким), *прапти* (способность проникать в любые места), *пракамья* (способность исполнять любые желания), *ишитва* (абсолютное господство) и *вашиштва* (подчинение себе всего).

Девять *нидхи* – в данном случае, девять видов преданной любви к Шри Раме: *шраванам* (выслушивание историй о нём), *киртанам* (воспевание его имени), *смаранам* (памятование о нём), *надасеванам* (служение его стопам), *арчанам* (ритуальное поклонение), *ванданам* (склонение перед ним в почтении), *дасьям* (служение как слуги служат господам), *сакхьям* (дружба с ним) и *атманиведанам* (полное предание себя ему).

तुम्हरे भजन राम को पावै । जनम जनम के दखु बिसरावै ॥३३॥
अंत काल रघुबर पुर जाई । जहाँ जन्म हरिभक्त कहाई ॥३४॥

tumhare bhajan rām ko pāvai | janam janam ke dukh bisarāvai || 33 ||
aṃt kāl raghubar pur jāī | jahām janm haribhakt kahāī || 34 ||

Через твой бхаджан (почитание тебя) достигается Рама и печали многих жизней рассеиваются. В последний момент [твой почитатель] отправляется в град Повелителя Рагхавов. Родившись там, он становится известен как бхакт Хари.

Некоторые комментаторы подразумевают под «рождением в граде Повелителя Рагхавов» достижение Парампады (Высшей Сферы), иные же полагают, что речь идёт о рождении в земной Айодхье, неотличной по сути от вечногo Царства Рамы.

और देवता चित्त न धरई । हनुमत सेइ सर्व सुख करई ॥३५॥
संकट कटे मिटे सब पीरा । जो सुमिरे हनुमत बलबीरा ॥३६॥

aur devatā chitt na dharī | hanumat sei sarv sukh karāī || 35 ||
saṃkaṭa kaṭai miṭai sab pīrā | jo sumirai hanumat balabīrā || 36 ||

Тому, кто не помышляет о других богах, Хануман дарует все блага. Все беды уничтожаются, все боли устраняются у того, кто помнит о могучем Ханумане.

«Йога сутры» для современного человека

Часть. 5. Яма и нияма. Пратипахша бхаванам

Д. Демин

Мы возвращаемся к «Аштанга-йоге» Патанджали. Классический восьмизвенный путь. Вспомогательные методы для обретения мудрости и истинного знания. Система практики – внешней, внутренней, а также той, что даже глубже внутренней.

И сразу же, на полях, ответим на удивлённый вопрос внимательного читателя: «а разве Аштанга-йога не является именно йогой? Той самой йогой, как она есть? Разве это лишь «вспомогательные методы»? Да, все именно так. Аштанга-йога, со всей её невероятной глубиной и крайней сложностью для реализации на практике – будет лишь вспомогательным элементом. Нужным всем тем, кто не может реализовать йогу после самых первых трёх афоризмов Патанджали. Помните главных из них? – «Йогаш чितта вритти ниродхах», «Йога есть контроль волнообразных изменений сознания». Если непосредственного понимания и реализации этой максимы на практике достаточно для достижения успеха в йоге – то не нужна и никакая «аштанга». Но – где такие ученики? А всем остальным необходимо следовать более долгим путём комплексной практики восьми различных аспектов йоги.

Сегодня мы обсудим два первых звена системы Аштанга-йоги. Они обычно понимаются как предварительные условия, выполнение которых необходимо для того, чтобы всерьёз и глубоко практиковать йогу и называются «яма» и «нияма». Это рекомендации, направленные как на внутреннюю жизнь человека, так и на характер его взаимоотношений с социумом. Сознательное игнорирование которых, будь то в форме реального действия, слова или мысли, нежелательно, поскольку это будет отбрасывать практикующего назад на его пути. Вообще же, эти два термина происходят от корня «ям»: «контролировать, сдерживать», что также позволит лучше понять их фундаментальный характер и сразу предположить, что эти правила должны как-то реализовываться на практике, за счёт личного усилия человека. Но прежде отметим несколько важных деталей.

Во-первых, как минимум не совсем корректно утверждать, что йога «начинается с ямы и ниямы» – а с такими утверждениями порою приходится иметь дело. Почему? И потому, что образ восьми «звеньев одной цепи» не предполагает в обязательном порядке, что у системы есть однозначно определённое начало, равно как и конец. Цель замкнута сама на себя и, глобально, все её части практикуются смежно, совместно и даже одновременно (и

даже «высшее» звено, «самадхи», строго говоря, не является целью и итоговым достижением йоги, поскольку, согласно Патанджали, таковым будет *кайвалья*, тотальное прекращение любой связи между Духом и материей). А также и потому, что если предположить, что успех в практике ямы и ниямы может пониматься как критерий перехода к следующим элементам системы – *асанам*, *пранаяме* – то мы навсегда завязнем на попытках полноценно реализовать самую первую часть ямы (*ахимсу*, невреждение).

Во-вторых, яма и нияма упоминаются далеко не во всех трактатах по йоге (напомним, что хотя «Йога-сутры» и являются универсально уважаемым текстом по йоге, существует множество других не менее уважаемых источников информации в традиции йоги). Например, практически отсутствует упоминание о них в текстах по хатха-йоге. Да, можно предполагать, что следование принципам ямы и ниямы подразумевается «по умолчанию», однако факт остаётся фактом: мы не можем всерьёз опереться на идею, что с ямы и ниямы обязана начинаться йога. Как часть системы – несомненно, но как «первые шаги в ней» – нет.

В-третьих, планка, задаваемая ямой и ниямой слишком высока. Любый человек, кто пытался начать реально следовать этим принципам в своей жизни, убеждался в том, что это выше человеческих сил. Это и хорошо – любая серьёзная, живая традиция как раз и должна задавать горизонт, находящийся за пределами человеческого ресурса. Есть и такое мнение, что яма и нияма в «чистом виде», в их полной реализации, могут быть лишь плодом высших ступеней *самадхи*, другими словами – что это в первую очередь не рекомендации «как жить», а описание плодов долгосрочной йогической практики.

Ну и в-четвёртых. Главное, если мы ориентированы на практику йоги, если мы всё же понимаем яму и нияму в том числе и как практику – то как именно надлежит реализовывать в жизни эти звенья Аштанга-йоги? Какова методика, каковы конкретные технические наставления?

Ответ именно на этот вопрос мы и постараемся дать сегодня. Однако, начнём с того, что перечислим **пять правил ямы**: 1) *ахимса* (непричинение вреда), 2) *сатья* (правдивость), 3) *астейя* (неворовство), 4) *брахмачарья* (дисциплинированный образ жизни в целом, в частности – в области сексуальных взаимоотношений), 5) *апариграха* (отсутствие привязанности к вещам).

В первую очередь, следование этим принципам ожидается от йогоина по отношению к самому себе. В этом проявляется то, что мо-

жет показаться эгоизмом, пожалуй, это даже можно было бы назвать «здоровым йогическим эгоизмом». Он предполагает главное: человек ответственен за сознательную трансформацию пространства собственного ума. Изменения во внешнем мире, в межличностных отношениях также важны, но всё равно вторичны. Есть известная восточная притча, описывающая этот подход – история о двух монахах, которые в путешествии по лесу встретили молодую девушку, которая не могла пересечь реку. Тогда один монах взял её на руки и перенёс через реку, после чего путешественники расстались, девушка пошла своим путём, а монахи своим. И всю дорогу второй монах испытывал сложную гамму чувств от того, что его коллега допустил физический контакт с женщиной, т. е. нарушил один из базовых монашеских обетов. Через несколько часов он поделился этим беспокойством со своим спутником. И первый монах ответил, что он совершил это действие, остался в нём нейтральным и забыл о случившемся сразу же после расставания с девушкой. Его ум не был «повреждён» этим событием. А второй монах, хотя и не нарушил формально устав, но затем несколько часов шёл с «повреждённым» и беспокойным умом. Таким образом, именно первый монах сохранил максимальную чистоту своих обетов, несмотря на физический контакт с противоположным полом. Ведь материальный мир постоянно окружает всех нас, как вода окружает лодку, от этого невозможно спрятаться. Но постараться уберечь лодку своего ума от попадания сансарической «воды» внутрь может и должен каждый, кто всерьёз практикует йогу и сходные с ней дисциплины. И попытки приближаться в своей жизни к обозначенным идеалам ямы, причём и на уровне деятельности тела, и на уровне речи, и на уровне ума, несомненно, могут считаться йогической практикой.

В тексте «Йога-сутр» перечисление пяти принципов ямы отделено от аналогичного перечисления элементов ниямы важным уточнением. Именно принципы ямы считаются Великим Обетом («Маха вратами»). Именно они обязательны к исполнению, независимо от принадлежности к той или иной страте социума, вне зависимости от страны проживания, текущего этапа своей жизни или каких бы то ни было иных обстоятельств (которыми мы обычно склонны оправдывать свои огрехи).

Только после этого перечисляются **пять элементов ниямы**: 1) *шауचा* (чистота), 2) *сантоша* (удовлетворённость), 3) *тапас* (аскетизм), 4) *свадхья* (самообучение), 5) *Ишвара пранидхана* (смирение и поклонение Высшему).

Обычно говорится, что правила ямы в первую очередь направлены на самого человека, а правила ниямы на его взаимные отношения с социумом и объектами материального мира. Не будем слишком жёстко ограничивать себя лишь этой интерпретацией. Мы уже отметили, что каждый элемент должен практиковаться на трёх уровнях: тела, речи и ума. Да и анализ конкретных рекомендаций даёт нам основания предполагать, что *апариграха* (рекомендация по контролю степени привязанности к вещам) в этом случае более естественно бы «смотрелась» среди правил ниямы, а *сатья*, в свою очередь (как в первую очередь ментальное усилие), хорошо бы выступила в роли одной из ям. Однако списки таковы, так есть. Даже «из песни слова не выкинешь», а из «Йога-сутр» и подавно.

А вот следующие две сутры текста как раз и отвечают на вечный вопрос всех, кто искренне ищет фундаментальные ответы. То самое «Как именно практиковать яму и нияму? Что для этого нужно делать, как именно поступать»? Ведь «просто пытаться помнить» об этих идеалах явно недостаточно и к заметному результату всё равно не приводит. А «просто поступать» так не получается, вследствие присущих человеческой природе омрачений.

Давайте ещё ненадолго отклонимся в сторону, чтобы затем окончательно приступить к главному в данном материале. Патанджали весьма последователен при описании тех или иных техник в рамках «Йога-сутр». Вначале читателю предлагается фундаментальное определение, затем оно уточняется, после чего описываются плоды той или иной конкретной практики. Описание ямы и ниямы не отклоняется от этой идеи. После базового представления первых двух звеньев системы, но перед описанием плодов следования принципам ямы и ниямы, мы встречаем два афоризма, уточняющих то, как именно надлежит практиковать эти звенья Аштанга-йоги. И это – огромный подарок любому человеку, стремящемуся к совершенству в йоге. Ведь вначале не очень понятно, можно ли вообще воспринимать яму и нияму именно как вариант йогической практики. Эти правила на первый взгляд звучат как наизидания бабушки по отношению к любимому внуку. Не обижай никого, не обманывай, не бери чужого. Но каждый, кто пробовал начать следовать этим рекомендациям «в лоб», несомненно, сталкивался с тем, что горизонт слишком высок и далёк. И «просто так жить» не получается.

Патанджали не оставляет нас в таком «подвешенном» состоянии. В стихах 33 и 34 второй главы он описывает дополнительную, уточняющую практику, которую называет «пратипахша бхаванам». Буквально – это рекомендация на регулярной основе (подобно ежедневному приёму лекарства) развивать в сознании тенденции, противоположные тем, которые вызывают беспокойство и помехи к практике йоги в целом. Сперва он описывает технику очень сжато и кратко, как свойственно описанию любого другого практического элемента системы. И, словно не удовлетворившись кратким объяснением настолько

непростой и важной практики, Патанджали предлагает нам стих 11:34, едва ли не самый объёмный по количеству слов во всех «Йога-сутрах». Что же мы встречаем там?

А там – уже подробное описание техники *пратипахша бхаванам* (сознательное и регулярное развитие качеств ума, противоположных тем, что тревожат и причиняют дискомфорт), которое разбивается на несколько логических блоков. Перескажем этот афоризм так же, по блокам, чтобы было проще ухватить главное.

В качестве ментального процесса, беспокоящего наш ум в наибольшей степени, упоминается «химса», т. е. прямой антагонист *ахимсы*, непричинения вреда. Буквально мы читаем о том, что в качестве тревожащих внутренних факторов будут выступать «химса и т. д.». С учётом, что *ахимса* – это первая из списка ям, логично предположить, что «и т. д.» относится к антагонистам прочих принципов, например, это может быть лживость или склонность к присвоению чужого. Итак, в реальной жизни принципы ямы вначале презентуют себя человеку через своих антиподов, тем самым дестабилизируя ум и причиняя ему субъективное страдание.

При этом человек может не толькоотреагировать на эти тенденции непосредственно и совершить соответствующее неблагое действие (например, что-то своровать). Он также может добиться этого опосредованно, через других людей. И даже просто молчаливо одобрить подобное действие, совершённое кем-то другим. Патанджали строг и суров: если ты одобрил сознательное причинение вреда кому-то, кармически это аналогично тому, что ты совершил бы это сам.

Все это возникает в человеке не случайно, а прорастает из питательной почвы фундаментальных характеристик человеческого сознания. Автор упоминает три основных: жадность, гнев и заблуждение. Именно они, ярко проявленные раджасические и тамасические тенденции нашего ума, позволяют прорасти семенам желания поступать противоположно рекомендациям ямы и ниямы. Они же, кстати, почти в точности повторяются Шри Кришной в «Бхагавад Гите». Таковы, согласно ему, «тройственные врата в ад» (*кама*, *кродха* и *лобха* – страстное желание, гнев и жадность соответственно). В первую очередь, личный ад загрязнённого сознания.

Конечно же, в разных людях подобные процессы проявляют себя с разной степенью интенсивности. Здесь Патанджали использует стандартную схему из трёх элементов: «слабо – средне – сильно». Опосредованно, это намекает нам ещё на один важный факт: даже если любые подобные тенденции сейчас во мне не проявляются явным образом, ни в форме ментального беспокойства, ни конкретными действиями, скрыто они во мне все равно присутствуют, и нет человека, лишённого подобных состояний.

И даже если мы проявим подобные тенденции «слабо» – Патанджали напоминает нам, что плодом подобных проявлений будет ещё большее страдание и неведение, буквально «бесконечное». И именно поэтому, осознавая всё вышеизложенное, йогоин должен регулярно практиковать *пратипахша бхаванам*. Снова и снова обнаруживая в своём сознании качества, влекущие к нежелательной деятельности. И контролируемо развивая противоположные ментальные процессы. Замещающая гнев – состраданием, желание присвоить чужое – готовностью делиться и т. д.

Кто-то скажет: это нереально. И во многом будет прав. Горизонт, который определяет Патанджали уже на уровне внешних йогических предписаний кажется далёким и туманным, а реализация в жизни подобных практик – уделом фанатиков и «асоциальных элементов». Однако, «путь в тысячу ли начинается с первого шага», один успешный опыт подобной практики на тысячу неуспешных всё равно можно считать позитивным изменением.

В заключении повторим: «Йога-сутры» – это текст для йогов. Практика пратипахша бхаванам нужна для того, чтобы более глубокая, внутренняя йогическая дисциплина не прерывалась не сталкиваясь с самыми грубыми и поверхностными отвлечениями. Ум, изменяемый посредством *пратипахша бхаванам*, будет более податливым и пригодным для практик *пранаямы*, *дхараны* или *самадхи*. И именно в этом непосредственная йогическая ценность данной техники. Однако нет никаких сомнений и в том, что социальный человек также получит серьёзный стратегический выигрыш от применения такого подхода к своему уму. Хотя тактически это может восприниматься искусственным и непрактичным. Но спешить некуда, впереди Вечность, и время убедиться в правоте Патанджали всем нам будет дано.

ОБ АВТОРЕ

Дмитрий Демин – практика йоги с 2002 года, преподавание – с 2005 года. Диплом РГУФК по программе «Лечебная физическая культура», автор курса для новичков «Первые шаги в йоге». Ведущий преподаватель центра йоги «Прана» (2008–2019). Преподаватель Школы йоги «Ачарья» (2022 – н. в.). Посвящённый в крийя-йогу в Традиции Лахири Махасайя-Шри Юктешвара Гири у Гуруджи Свами Шанкараранда Гири. Один из основателей Школы йоги «Чатуранга» (2019). Автор двух книг: «Йога Сутры Патанджали в литературном изложении Дмитрия Демина» и «Чатуранга-йога: практическое руководство по хатха-йоге для современного человека» (совместно с Г. Мазаевым). Сайт: <https://chaturanga.yoga/>; прикладная анатомия йоги (повышение квалификации): <https://site.chaturanga.yoga/anatomy>; Telegram: <https://t.me/iyogadda>.





Д Ж Ъ Ё Т И Ш А

Тайны Зодиака. Часть I

Д. Солнцев

То, что сопровождает нас изо дня в день от рождения и до седины кажется естественным и очевидным, само собой разумеющимся... 12 часов на циферблате, 12 месяцев в календаре и соответствующие им 12 знаков Зодиака. Но, ведь так было не всегда и не везде. Где и как сложился Зодиак, соответствующие ему образы, каково их первоначальное значение? Почему их именно 12, а не, например: 8, 10 или 13? Как так получилось, что у сидерического (звёздного) Зодиака

нет очевидной точки отсчёта (яркой звезды в нуле градусов Овна)? Почему в древности первой накшатрой (лунным созвездием) была Криттика (Плеяды), а не Ашвини, как сейчас?

Чтобы ответить на эти вопросы, нам придётся рассмотреть три или четыре независимые друг от друга системы, которые в какой-то момент времени были объединены в одну, породив вместе с этим множество противоречий и путаницы. Между тем, они возникли в ответ на

разные потребности человека и общества, преследуют независимые цели и долгое время развивались отдельно друг от друга.

1) Тропический Зодиак, отражающий чередование сезонов года, от которых зависит репродуктивный цикл растений и животных. Представляет собой эклиптику (годовой путь Солнца вокруг Земли), разделённую на 4 равные части двумя равноденствиями и солнцестояниями. Затем каждая из четырёх частей была разделена ещё на 3, дав в сумме 12 периодов года, которые соответствовали 12 месяцам.

2) «Лунный Зодиак» из 27 (28) накшатр (малых созвездий, астеризмов, стоянок, дворцов/домов и жён) Луны. Поскольку путь Луны отклоняется от эклиптики (пути Солнца) более чем на 5 градусов, Луна наблюдается на фоне немного других групп звёзд, чем те, что пересекает Солнце. Т. е. мы будем иметь дело не с созвездиями сидерического (звёздного) Зодиака, а частично с другими группами звёзд, на фоне которых можно наблюдать Луну ночью изо дня в день.

3) Сидерический или звёздный Зодиак. Люди объединяли звёзды в группы (созвездия) с доисторических времён, наполняя ночное небо образами богов, героев и фантастических существ. И в этом тоже была практическая необходимость. Раскинувшиеся узоры созвездий представляют из себя естественную сетку координат, на фоне которой можно локализовать те или иные небесные явления, в особенности регулярные, такие как перемещение планет. Планеты (за исключением Меркурия) лежат намного ближе к плоскости эклиптики и не отклоняются от неё¹ столь же сильно, как Луна. Мы можем наблюдать их ночью на фоне пояса зодиакальных созвездий, а Солнце – нет (можно только рассчитывать его положение).

Хотя для человека прошлых эпох, гораздо важнее было то, что небесная карта буквально проецировалась на землю и таким образом становилась подобием системы координат на местности, по которой ориентировались мореходы, жители пустынь, пастухи и кочевники.

4) Система из 12 животных «Восточного Зодиака». Они отражают фазы различных кругов времени, включая 12-летний период обращения Юпитера и 60-летний цикл взаимного движения Юпитера и Сатурна к соединению в том же знаке или следующем.

Нужно подробнее рассмотреть каждую систему в отдельности, чтобы понять, как сильно они отличаются, для чего использовались и, как и когда были связаны воедино.

Тропический протозодиак

Синхронизация своей жизнедеятельности с сезонами года критически важна для выживания людей, особенно в древности. Даже сегодня, если мы, живя в России, не подготовимся к зиме, то можем оказаться в экстремальных условиях, на грани жизни и смерти.

Обнаружить сезонность можно буквально за один год, наблюдая за переменами в природе и погоде, за тем, как меняется световой день и движется Солнце, никаких тысяч лет для этого не нужно.

Замеряя тень от шеста (копья) в *падах* («стопах»), *ангах* («пальцах», «частях») или чем угодно ещё, можно довольно легко обнаружить периоды солнцестояний. Для северного полушария, в дни летнего солнцестояния мы зафиксируем самую короткую тень в течение дня и в течение года (и оставим там метку, например, камень). В дни зимнего – наоборот. Соединив две метки от самой короткой и самой длинной тени в году – получим линию, показывающую направление север – юг.

Для определения равноденствий нам понадобится ещё одна длинная прямая палка (копье) и открытая местность. Направив утром один конец палки на место восхода, нам нужно убедиться, что вечером противоположный конец палки укажет на точку заката. Такая палка «стреляет» два раза в год в дни весеннего и осеннего равноденствий. Одновременно, точка восхода Солнца в такой день укажет точное направление на восток, а заката – на запад. Теперь вместо палки можно сделать что-то более основательное и наблюдать это явление

в течение многих лет. Потом уже посчитать количество дней между каждым событием и сколько лунных месяцев в году, а также заметить прочие закономерности.

Так мы получили год, разбитый на 4 части, которые можно соотносить с четырьмя сезонами: весной, летом, осенью и зимой. Но, когда мы замечаем, что зима наступает раньше зимнего солнцестояния, то тогда логично каждый сектор разделить на две части и сезоны рассматривать как, например, «ранняя зима» – сектор в 1/8 года до зимнего солнцестояния и собственно сама «зима» – сектор после. Следующий сектор – «ранняя весна» до весеннего равноденствия и затем непосредственно «весна» – после него. И т. д., получится 8 сезонов. За счёт дополнительного деления секторов пополам, к 4 основным направлениям сторон света (восток-запад и север-юг) добавится ещё 4 промежуточных.

А что делать, если сезонов выделяют 6, как в Индии? Тогда логично разбить каждый из четырёх секторов не на 2 части, а уже на 3 равных. Всего получим 12 секторов, которые распределим по 2 на каждый сезон. Они неплохо синхронизируются с 12 новолуниями или полнолуниями в течение года, что могло быть подсказкой. Вот прототип тропического Зодиака, который можно разработать в течение одной жизни человека без сложной математики и без оглядки на звёздное небо. Такой календарь критически необходим для банального выживания, а понимание повторяющихся закономерностей в природе – сродни «магии», которая позволяет управлять временем и знать, что необходимо и что нежелательно делать в каждый день года.

Полученные так сектора не будут пока что ассоциироваться с небесными созвездиями (зодиакальным поясом в котором проходит эклиптика, путь Солнца), а только с сезонами года, поэтому, имена у них будут связаны скорее с качествами соответствующих периодов (преобладающими погодными факторами) или с особенно заметными явлениями, происходящими в природе.

Есть все основания полагать, что подобный тропический протозодиак² существовал и использовался в Индии от самых ранних истоков цивилизации и его сезонные сектора связывались с солнечными богами: Адитьями.

Для его изобретения необходимо всего два наблюдения: заметить, что продолжительность светового дня изменяется и одновременно меняется длина теней или высота, на которую «взбирается» Солнце над горизонтом. И заметить, что вместе с этим точка восхода, кульминации и заката Солнца смещается с юга на север по мере роста светового дня и затем назад: с севера на юг по мере уменьшения светового дня. Значит, будет момент в году, когда точки восхода и заката окажутся относительно наблюдателя напротив друг друга³, а день будет равен ночи.

Каждый человек, живущий постоянно на одном месте спонтанно делает эти наблюдения, они более чем очевидны. Объекты, лежащие ближе к горизонту, становятся естественными метками для того, чтобы мысленно отмечать относительно них смещение точки восхода или захода Солнца. Для этого не нужно столетиями ожидать изобретение «Зодиака» в Междуречье и затем выстраиваться в очередь, чтобы его заимствовать. Информация о сезонах нужна человеку для жизни здесь и сейчас: когда земля готова для пахоты и сева, какие плоды или ягоды поспели в лесу, какие животные мигрируют и куда через наши места, когда будет сезон дождей и реки разольются, а когда сухо и жарко, так что они обмелеют.

Если наблюдатель отмечает, что дожди идут не вовремя: раньше или позже, – это означает, что у нас уже есть календарь сезонов, в котором заложено обычное течение событий и возникающие «знамения» лишь регистрируют отклонения от него. Даже если не определять точные дни равноденствий и солнцестояний, человек очень быстро становится осведомлён о ходе сезонов, их продолжительности, количестве и характере. Поэтому регистрация знамений предполага-



ет наличие календаря, в рамках которого мы считаем часть явлений не своевременными или не обычными, не типичными. Значит, отражающий сезоны (качества) и другие циклы времени календарь должен был предшествовать любой системе предсказаний. Именно поэтому, ранее я утверждал, что астрология происходит из календарных систем. Причём, разные школы астрологии могли возникнуть каждая на основе своей системы подсчёта времени.

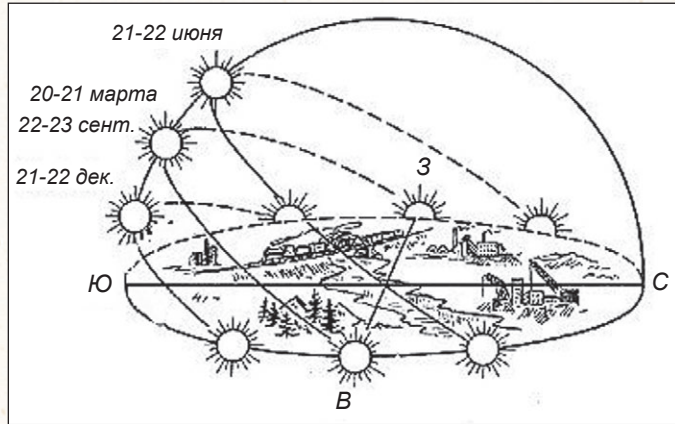
Было бы верным назвать первым этапом возникновения астрологии не «предсказательный»⁴ (с помесечными прогнозами), а «календарный», в ходе которого возникает понятие о повторяющихся циклах, качествах отдельных периодов и о норме для определённого отрезка времени, а также регистрируются возможные отклонения от неё. Чтобы не ставить телегу впереди лошади, нужно заметить, что сначала должен возникнуть календарь, а уже потом основанные на нем предсказания. И чем совершеннее календарная система, тем более точными будут наши предсказания!

«Наука о свете»

Джьётиша – это буквально «наука о свете» и световых явлениях, которым придаётся первостепенное значение. Что же происходит с *джьёти* (светом) в течение года? Что наблюдали в древности и точно также можем видеть мы сейчас в течение года? Как осмыслили трансформации света в природе в ведической культуре?

Свет ассоциировался с силой богов – дэвов («сияющие», «небесные»), а его слабость или отсутствие вызывающее тьму – с силой противостоящих им асуров или полубогов, которые начинают постепенно наделяться демоническими чертами.

После зимнего солнцестояния в северном полушарии, свет начинает прибывать за счёт увеличения продолжительности дня, Солнце взбирается все выше и выше над горизонтом, тени становятся короче, а точка кульминации светила смещается на север, как и точка, в которой восходит Солнце над горизонтом. Это означает пробуждение божественных сил (возрождение жизни) и начало дня богов (дэвов) известного, как Уттараяна. «Уттара» означает одновременно: «восходящий», «северный» и «лучший», а «аяна» – это период в половину года или 6 месяцев до следующего солнцестояния, пока Солнце не поменяет своего направления.



Наблюдения за перемещением Солнца в течении года в северном полушарии.

Следующие три месяца световой день увеличивается, пока в момент весеннего равноденствия он не уравнивается с продолжительностью тёмного времени суток. Это знаменует полдень в мире богов. Силы асуров, штурмующие город богов на вершине мира, т. е. на вершине горы Меру⁵ отброшены прочь, и боги торжествуют, празднуя победу. Солнце продолжает своё величественное перемещение на

север, и день увеличивается, пока колесница Сурьи не остановится. Летнее солнцестояние наблюдается два дня, это означает, что светило дважды взойдёт в одной и той же точке горизонта, достигнет кульминации в том же месте, и длина тени в этот день повторит предыдущий замер, став самой короткой в году.

На третий день Солнце начнёт своё движение в южном направлении. Точка восхода, кульминации и заката сместятся немного южнее, а тень станет чуть-чуть длиннее. Так начинается Дакшинааяна («южный» или «нисходящий путь») – 6 месяцев движения Сурьи на юг. Это «вечер» в мире богов и одновременно «утро» в мире асуров. Боги засыпают и «мафия» открывает глаза...

Вскоре, совершив прогулку на колесницах, Вишну отправится спать в ходе четырёх месяцев, известных как «Чатурмасья» – время сна богов. В этот период световой день уменьшается, пока день не уравнивается с ночью, чтобы затем уступить ей в продолжительности. Это момент «полночи» в мире богов, но одновременно это «полдень» для асуров, которые с каждым днём обретают все больше могущества, увеличивая продолжительность ночи вплоть до зимнего солнцестояния. Период считается благоприятным только для духовной практики, а мирские дела стараются отложить.

Когда колесница Сурьи достигает своего самого южного положения на горизонте, запряжённый в неё конь спотыкается и останавливается уже на 3 дня. В течение этих дней светило всходит в одной и той же точке горизонта, достигает кульминации на той же высоте, не изменяя размер самой длинной в году тени, и скрывается в крайней южной точке на западном горизонте. Солнце поднимается совсем невысоко и ненадолго, проводя большую часть времени под горизонтом, т. е. в подземном мире, где обитают асуры, наги и те ушедшие предки, которым не посчастливилось попасть на небеса (в Сварга локу).

Теперь в мир асуров пришёл «вечер», в то время как вновь пробуждающиеся боги (дэвы) начинают своё восхождение на небеса, возвращая природу к жизни.

Аналогию с годовым противостоянием света и тьмы индийцы видели не только в суточной игре света-тени⁶, но и в ежемесячных переменах на лике Луны, т. е. в её фазах⁷.

Поэтому, в главе 8 «Бхагавадгиты», которая называется: «Путь к Абсолютному Духу», мы можем прочесть следующее:

23. Теперь Я возведу тебе, о лучший из Бхарат, о времени, когда йоги уходят и не возвращаются и о времени, когда уходят и возвращаются.

24. Познавшие Всевышнего идут к Всевышнему, покинув тело во время влияния огня, света, дня, светлой половины месяца⁸, шести месяцев движения Солнца на север.

25. Мистик, ушедший из мира в тумане, ночью, в течение двух недель убывающей луны, шести месяцев движения Солнца на юг, достигает сияющей лунной сферы и вновь возвращается.

26. Эти два пути – светлый и тёмный – считаются постоянными; по одному идут и не возвращаются, а по другому – возвращаются снова.

27. Зная эти пути, о сын Притхи, йоги не заблуждаются; поэтому во все времена будь непоколебим в йоге, о Арджуна.

28. Йог, познавший это, превосходит благочестивые плоды, обретаемые изучением Вед, жертвоприношениями, аскезами и дарами, и достигает высшей, изначальной обители.

Интересно, как текст показывает единство внешних явлений и проявлений с внутренними процессами в человеке. Если в природе туман и преобладает мрак – уходящий не сможет в этот момент ясно воспринять Всевышнего в форме света, а значит не сможет получить освобождение, слившись с Его абсолютной природой, чистым сознанием. Он останется узником своего ума и унесёт накопленные в нём отпечатки, или зёрна кармы в следующее рождение, охваченный преобладающей в момент перехода *гуной тамаса*.



Аналемма – еще один способ, чтобы наглядно отразить перемещение Солнца в течении года. Если наложить друг на друга фотографии сделанные, например, в полдень, в течении года с интервалом в неделю, – получится подобная «восьмерка». На ней видно, как замедляется ход Солнца в дни зимнего солнцестояния (нижняя часть «восьмерки») и летнего (верхняя). По середине фигуры находятся дни равноденствий, но они не совпадают с пересечением линий «восьмерки».

«Светлый путь» подразумевает нарастание света, как в период от зимнего солнцестояния до летнего (Уттараяна), когда Солнце движется на север, вызывая рост продолжительности дня. Солнце – видимое, наиболее яркое проявление Атмы⁹, изначальной духовной основы и путь освобождения в целом ассоциируется с ним.

Луна – владыка ночи и в Джьётише – показатель ума (*манаса*). Она способна отразить свет Атмы (Солнца) наилучшим образом лишь в полнолуние. Следовательно, периоды полнолуний наиболее подходят для восприятия Вечного во временном. Ограничения ума не позволяют осознать всё величие Атмы, а свет Луны, хоть и наполняет ночь, но не может сравниться с солнечным, не может рассеять сумрак ночи. Поэтому, «тёмный путь» – это лунный.

По представлениям индуистов, не получив освобождения, оставшись в «тюрьме» своего ума (Луны), в оковах кармы, души усопших отправляются в лунную сферу, где насыщаются Сомой, которую также связывают с Амритой – нектаром бессмертия, что пьют дэвы на небесах, оставаясь вечно молодыми.

Сома ассоциируется с серебристо-бледным и слегка перламутрово-радужным светом Луны, который ночью напитывает растения и воды. Похожий свет испускают и звезды¹⁰. Те звёзды, которые подобно Саптариши (семи звёздам ковша Большой Медведицы) никогда не опускаются за горизонт (для северных широт) – считаются дэвами, бессмертными и божественными. А те, которые «гибнут», опускаясь за горизонт, уходя в подземный мир мёртвых, – асурами. Они «запятнаны» грубой материей (гуной тамаса) и смертны. Но им предстоит возродиться следующей ночью, с помощью искусства сандживани видьи, которым овладел их гуру Шукрачарья¹¹ (Венера) через подвижничество и служение Шиве. Восстав и устремившись ввысь, полубоги вновь пойдут на штурм горы Меру (северного полюса мира), где дэвы, обороняя город богов¹², в яростном сражении отбросят их вниз, назад в преисподнюю, откуда они и явились...

Лунный путь предков

Но, вернёмся к ушедшим... Они наслаждаются небесами, вкушая Сому, пока не закончится накопленный ими запас *пурва пуны* (благих заслуг). Символически это выражается в исчерпании Сомы, т. е. в исчезновении светлой части Луны. Из-за голода они вынуждены покинуть небесные чертоги, что одновременно означает завершение собранного в течение жизни лимита благих дел. Поэтому, в дни *амавасы* («безлунья», примерно за сутки до новолуния) индуисты проводят «Питри тарпану» и другие церемонии, направленные на поддержание предков на небесах. Цель – напитать их и продлить существование в «сияющей лунной сфере» ещё на месяц или более, за счёт создания собственных благих заслуг в их пользу.

В такие дни индийцы с особым вниманием относятся к посетителям. Считается, что предки могут явиться в дом потомков под видом птиц (особенно ворон и воронов), насекомых, животных и даже путников, которых, нужно хорошенечко накормить и подготовить к дальнейшей дороге. Кто бы ни пришёл в дом индуса, ему никогда не откажут в приюте в дни убывания Луны (в течении *питри пакши*) и особенно в день амавасы.

Ожидание прихода предков сохранилось в некоторых традициях и ритуалах праздника Дивали. В день новолуния, проходящего вблизи осеннего равноденствия («полночь» в мире богов, но «полдень» в мире асуров) зажигаются тысячи лампад, в том числе для того, чтобы ушедшим было проще найти дорогу домой. Основная канва праздника – это возвращение солнечного героя, аватара и царя Рамы¹³ из изгнания обратно в своё царство Айодхья. Но и Рама, и его прославленная свита теперь тоже относятся к короте пародителю.

За 1-2 дня до главного праздника (до Дивали – ночи амавасы) зажигают Яма-дипам – светильники из четырёх лампад для подношения огня Яме. Это делается вне дома – на крыльце или на пересечении дорог. Церемония призвана предотвратить внезапные и преждевременные смерти в семье.

Обычно, на следующую ночь проходит Нарака чатурдаши – это четырнадцатый день (титхи) убывающей Луны, когда лампады зажигаются для того, чтобы и предки и их потомки могли избежать Нараки, или существования в аду (низших, подземных мирах), а также чтобы те, кому не повезло все же попасть туда – могли найти дорогу и выбраться из низших миров в более благоприятные.

В ночь Дивали (ночь амавасы¹⁴) часть лампад зажигают на берегах рек и затем пускают по течению. Берега рек – это традиционные места проведения *питри тарпаны* – подношения воды (Амриты) предкам. В древности реки были основными дорогами.

Выражаясь с помощью понятных сегодня образов, *питри* (предки) выступают в качестве ангелов-хранителей для потомков. Своим визитом они несут благословение роду, которое способствует общей удаче и появлению детей, особенно мальчиков, так как они продолжают родовую линию (девочки покинут семью, перейдя



Кружащая голову, опьяняющая Сом (свет Луны и звезд).
На фото видно, как выходящие из-под земли звезды (асуры) устремляются в высь, чтобы занять господствующую позицию на небе. Так они «атакуют» «город богов», который представляет круг не уходящих за горизонт звезд (дэвов).

в род мужа). Порою, они могут вмешиваться в критические ситуации, спасая своих потомков. Их заинтересованность в процветании рода – прямая. Существует кармическая предрасположенность, подталкивающая душу вернуться в свой род снова, хотя так происходит не всегда.

Если же не накормить путников и не принять их с радушием, то можно и наоборот – схлопотать проклятие, которое с течением времени, приведёт к обнищанию и прерыванию рода.

Несмотря на тянущийся из глубокой древности шлейф, связанный с контактом с потусторонним миром и с почитанием ушедших, Дивали – полностью позитивный праздник победы света над тьмой и жизни над смертью. По другим своим традициям очищения, обновления и украшения дома, призвания удачи, взаимных благопожеланий, семейных ужинов и салютов – он очень сильно напоминает традиции современного нам Нового года. И эта часть праздника сейчас основная, а, описанное выше, – давно отошло на второй план.

После того как дверь¹⁵ между мирами живых и ушедших закроется – те, кто исчерпал благие заслуги для продолжения существования в высших подразделениях Сансары (в небесной Чандралоке или сияющей лунной сфере), будут вынуждены отправиться в новое рождение в соответствии с преобладающими кармическими отпечатками более грубых миров.

Примечания

- Вот углы орбитальных плоскостей планет к эклиптике: Меркурий 7,01°, Венера 3,39°, Земля 0°, Марс 1,85°, Юпитер 1,31°, Сатурн 2,49°, Уран 0,77°, Нептун 1,77°. Меркурий не удаляется от Солнца на угловое расстояние более 28 градусов вдоль эклиптики, поэтому его сложно наблюдать – он появляется не на долго утром, перед восходом Солнца или вечером, когда небо уже «остыло» после его ухода.
- Будем называть сезонное деление года «тропическим протозодиаком», чтобы не путать его с тем тропическим Зодиаком, который существует сегодня и используется в западной астрологии. Не смотря на некоторую схожесть и общие истоки, – это разные системы. В тропическом протозодиаке нет основного – Зодиака.
- Если этот наблюдатель находится не за полярным кругом, где Солнце не уходит за горизонт (или не поднимается из-за горизонта) в течении половины года. Но, в таких суровых местах люди проживать не стремятся.
- В. В. Емельянов приводит такие этапы становления астрологии на основе работ Б. Л. ван дер Вардена:
 - Предсказательная астрология (помесячные предсказания погоды и разных сторон социальной жизни).
 - Зодиакальная астрология. Примерно V век до н. э. Переход от наблюдательной астрологии к вычислительной. Соединение солнечного и лунного Зодиака в одну систему.
 - Гороскопная астрология – составление индивидуальных предсказаний не только царям, а вообще всем желающим. Возникновение и развитие различных техник интерпретации гороскопа. Тоже V – III века до н. э.

- Символически указывает на ось Земли и ось мира, на вершине которой полярная звезда и божественные локи (миры).
- Возникает с виду простой вопрос: от какого момента рассчитывать начало суток? Чаше всего точкой отсчёта выбирают восход Солнца – это нагляднее и проще для вычислений. Но, в логике годовых перемен, происходящих со светом (джьёти), момент, когда он начинает заметно прибавляться – это утренние сумерки. Рассвет – аналог зимнего солнцестояния и «утра» в мире богов (свет пробуждается и начинает нарастать). Поэтому, иногда мы можем видеть отсчёт суток от *Брахма мухурты*, которая начинается ещё до восхода Солнца. В тибетской астрологии сутки также начинаются с рассвета. Интересно, как определяется начало первого часа нового дня: это момент, когда стоя ночью на открытой местности, человек начинает различать линии на своей ладони. Такие вот «наручные часы»...
- Минимум света на диске Луны в новолуние – это аналог «утра богов» (зимнее солнцестояние), первая четверть – «полдень», а полнолуние – «вечер», после которого свет убывает и третья четверть знаменует «полночь» в мире богов (осеннее равноденствие).
- Период от новолуния до полнолуния, пока на диске Луны прибывает Сом или светлая часть.
- В Джьётише Солнце – это «Атма-карака» т. е. показатель или указатель на проявление Атмы.
- Каждый, кто неподвижно лежал ночью под звёздами, замечал через сравнительно небольшое время, что из-за их постоянного вращения кажется, что голова начинает слегка кружиться. Это «пьянящий» эффект Сомы – света Луны и звёзд, расположенных у вершины горы Меру (вблизи северного полюса мира). И это же вероятная причина рождения Суры, – богини хмельных напитков, во время пахтания Молочного океана, в котором угадывается продолжающийся процесс обращения небес. Некоторые учёные, довольно комично, перебирают рецепты браги из перетёртых лиан и напитков с мухоморами, предполагая, что наблюдение богов после приёма Сомы есть галлюцинация и естественное следствие испития «священной отравы». Между тем, им следовало бы отвлечься от средневековых рецептурников с начинёнными ртутью лягушками и просто взглянуть на небо. Пьющие Сому (свет Луны и одновременно нектар бессмертия), сияющие, вечные боги (дэвы) там же, где и были всегда. Они никуда не делись, и всё минувшее время для них было, пожалуй, лишь кратким мигот. Мудрецы, записавшие гимны Ригведы, наблюдали их точно так же, как мы сейчас и для этого им не приходилось напиваться (что было запрещено для браминов) или травить себя для погружения в транс. Вот тот случай, когда разные люди смотрят на одно и то же, но в меру «испорченности» каждый видит что-то своё. Всё, что расположено на небесах, отражается на Земле и Соме – тоже. Думаю, что есть трава с этим названием, но видеть богов можно было прекрасно и без неё. За каждым материальным проявлением стоит своё духовное начало или «сила». Из гимнов Ригведы следует, что сок Сомы (и шире сок растений напитанных Сомой) использовался для подношения Агни (тоже вполне осязаемое божество, не требующее слишком много галлюциногенов для общения с ним...) в ходе хомы, и это было основным предназначением «напитка богов». Только остатки, если они были, могли использоваться как *прасад*. Кроме сока растения, Сомой могла называться собранная ночью роса, напи-

танная светом Луны и звёзд («мёртвая вода» в сказках – восстанавливала тело). Роса имела большое ритуальное значение в древности. Помимо ночной использовали также утреннюю, напитанную праной Солнца («живая вода» в сказках – оживляла тело).

- Венера (Шукра) как утренняя и вечерняя звезда сама не раз спускалась в подземный мир, но через некоторое время возрождалась, вновь сияя в небесах (она самая яркая на ночном небе после Луны). Это его, Шукры (если мы вернёмся к индийской мифологии), служение Шиве (движение относительно Солнца) позволило получить знание о возрождении (*сандживани видью*). Поэтому, в древности считали, что ключи от тайн жизни и смерти хранит у себя именно эта «блуждающая звезда». Лакшми (Венера) почиталась как богиня, пробуждающая силы плодородия в глубинах земли (другим её именем было Шри). Она напитывает недра влагой (часто изображается на фоне воды), чем обеспечивает прорастание семян и хороший урожай (изобилие).
- Этот «город» образован окружностью, отделяющей никогда неходящие за горизонт звёзды (циркумполярные) от остальных, расположенных ниже, ближе к горизонту. Граница циркумполярной области смещается на разных широтах. Чем ближе к северному полюсу – тем больше становится эта область, а «город богов» – ближе. Мысленно переместившись на северный полюс, мы увидим, что звёзды больше не всходят и не заходят, а вращаются параллельно горизонту. Это означает, что мы находимся на вершине горы Меру в «городе богов».
- В период осеннего равноденствия Солнце проходит знак Весы, где находится в падении, – самом слабом состоянии. В десятом градусе Весов находится точка максимальной слабости светила, отождествленного с Рамой. После прохождения этой точки Солнце начинает двигаться по пути к точке своей максимальной силы в десятом градусе Овна. Таким образом, оно возвращается в своё царство, вновь обретая законную силу и власть.
- Амавасья управляется *питарами* – «праотцами», которые рассматриваются наряду с другими богами управляющими фазами Луны. Например, 14-й титхи управляется Шивой или Кали, 4-й закреплён за Ганешей, а 11-й (экадаши) за Вишну или Рудрой (есть минимум две альтернативные традиции).
- С позиции астрологии амавасья – это не просто «безлуние», это «отсутствие ума» или его пассивное, особенно восприимчивое, внушаемое состояние, когда любой человек становится более чувствительным к нематериальному миру и психическому воздействию со стороны других живых существ, включая своих предков, которые не получив освобождения пребывают в «теле ума» (синоним «лунной сферы»). Новолуние – это время, когда можно выйти за пределы ограничений ума и материи, которые символизируются всё той же Луной.

ОБ АВТОРЕ

Дмитрий Солнцев – профессиональный астролог, стаж 30 лет. Ученик К. Н. Рао, Д. Бисариа, М. Бони (Школа «Бхаратия видья бхаван»), А. Хосмо (ИТАМ). Создатель первого в рунете астропортала (2008) для работы с ведическим гороскопом LaGna.ru. Основатель АстроШколы LaGna (см. lagnasha.ru), с направлениями: Парашари, Джаймини и Бхригу наади. В сотрудничестве с ИТАМ создал первый и пока единственный в рунете Тибетский календарь (2005) и Тибетский гороскоп (родственная Джьётише традиция). Философ и путешественник. С 2020 года проживает в Бразилии, Флорианополис. Счастливый муж и отец троих детей.

См. tibetastromed.ru; poojahoma.com; <https://www.youtube.com/@LaGnesha>; https://t.me/lagna_ru; t.me/vedicpooja; <https://vk.com/astrovedic.solncev>.





НЕСКУЧНЫЙ САНСКРИТ

Нота «Фа»

В. В. ЛЕОНЧЕНКО

Итальянский учёный, внёсший огромный вклад в теорию музыки, монах бенедиктинец Гвидо д'Ареццо в начале XI века предложил названия музыкальных нот, основываясь на латинском гимне «Ut queant laxis» («Да звуучит свободно»), посвящённом Иоанну Крестителю, и написанном Павлом Диаконem в VIII веке. Гвидо д'Ареццо взял первые слоги каждой строфы, гимна и заменив некоторые, привязал их к названиям семи нот. Так нота Do – Dominus (лат. «Господь»); нота Fa – Famuli (лат. «Слуги») – «семья» планет, следующих за Солнцем, словно слуги за господином или домочадцы за главой семейства. «Семья» видимых планет состоит из семи членов, что также перекликается и с количеством музыкальных нот. Эта идея была не нова, ибо ещё античные философы, такие как Пифагор и Птолемей связывали с каждой планетой определённый звук, ноту; в эпоху Возрождения Иоганн Кеплер – всемирно известный учёный, математик, астроном в своём труде «Гармония мира» (1619) математи-

чески рассчитал «музыку» планет на основе их орбитальных характеристик.

Русское слово «семья», созвучно со словом «семь», хотя его этимология не так проста как кажется. Семья – род, семья, потомство, домочадцы. Число «семь» в русском языке звучало как «седмь», и до сих пор мы ощущаем это звучание, например, в слове «седьмой», «седмица». Слово «семь» имеет родство с санскритским *sapta*, имеющим параллели во всех индоевропейских языках. В санскрите существует множество слов, обозначающих семью. Вот самые распространённые из них:

- ālaya – дом, обитель, убежище, семья;
- kuṭumba – семья, домочадцы;
- kula – род, семья, клан;
- grha – дом, семья, кров;
- jāti – род, класс, группа;
- niketana – жилище, дом, храм, луковича, семья;
- parivāga – семья, окружение, родственники, последователи, свита;
- bhavana – жилище, дом, семья, место рождения, хранилище;

- vaṃśa – род, династия, семья, множество предметов, бамбук, ветвление;
- sadana – жилище, дом, семья, вода, храм, прибежище.

Эти примеры демонстрируют смысл семьи как дома – места совместного обитания поколений близких, родных людей на протяжении долгого времени.

Семья – важнейшая ячейка общества, как земного, так и небесного. Понятие семьи эволюционировало с древнейших времён, приобретая различные формы в зависимости от общественного устройства, что отражалось и на развитии взглядов людей на вселенную. Но, как бы не менялось общество, как бы не изменялись природные условия, семья в любой её форме всегда оставалась важнейшим жизненным понятием.

Практически в каждой религии, культе, веровании присутствует понятие небесной семьи. Обитатели духовного мира, как правило, объединены в семьи за исключением, редко, верховных божеств, которые, однако, будучи творцами мира, являясь главой Вселенной, как глава великой глобальной семьи.

Об одной из важнейших и знаменитейших семей небесных жителей здесь и пойдёт речь. «Семья» планет древнеиндийской астрономии состоит из семи видимых и, в целом, положительных членов:

1) Солнце – *sūrya* – яркий, жгучий, божественный (и еще не менее 1950 названий, эпитетов, среди которых такие распространённые как *gājan* – блистательный, владыка; *ādi* – первый, начальный; *ātman* – главный, истинный; *vara* – избранный, лучший; *agra* – вершина, острый; *āditya* – добрый, светлый, одухотворённый, безграничный). Солнце представляется дарующим жизнь, свет, радость, мир, но и жестоким убийцей, испепеляющим всё вокруг, демоном, воином, и даже муравейником, что связано с древней и глубокой мифологией образа этого светила, в основе которой лежат не только представления оседлых народов Индии, но и народов, пришедших издалека, что будет вполне справедливым и для образцов других членов семьи планет;

2) Луна – *candra* – серебряный, прохладный (и ещё не менее 1300 слов, среди которых: *go* – «ходок» – универсальное, понятие, обозначающее некоторую основу, базу (да, и «корову» – тоже, и Землю, и небо); *īśvara* – Владыка, Господь; *hari* – жёлтый, золотой, славный (также эпитет Вишну); *hara* – «похищающий» (также эпитет Шивы); *samudra* – океан; *indu* – сияющий; *hema* – золото, серебро, железо (Луна подобна драгоценному серебряному свету, разрушающему мрак тьмы в прямом и переносном смысле, она освежает и просвещает), Луна подобна лицу, голове, улыбке, но она может и похитить разум, особенно когда она, хмельная от напитка Сомы предстаёт во всём своём блеске и величии;

3) Меркурий – *buddha* – пробуждающий (более 101 слова определяют и характеризуют Меркурий в санскритской литературе, среди них: *candrasūni* – сын Луны; *himakara* – творящий прохладу; *vakra* – изогнутый, замысловатый; *dvija* – дважды рождённый (пробуждённый к знанию, получивший знание), появ-

ляясь на утренней или вечерней заре, Меркурий словно бы приносит с собой прохладу суше; будучи всегда близок с Солнцем или полной Луной, он словно бы является отпрыском этого светила; орбита планеты коротка, поэтому у неё чаще всего наблюдается ретроградное движение, что и отразилось в эпитете «изогнутый», «искривлённый»; близость к Солнцу или полной Луне в утренние или вечерние часы ассоциируется также с просветлением, светом знания, пробуждением ума;

4) Венера – *śukra* (и ещё не менее 72 слов, которые дают Венере дополнительные определения и смыслы, например: *śoḍaśan* – шестнадцать частный (обычно это эпитет Луны, однако в этом слове содержится и очень глубокий смысл, связанный с моментом совместной видимости обоих светил рядом, вехой для отсчёта календарного периода «золотого трона»: восьмилетний согласовательный календарный цикл); *sita* – белый, совершенный, окончательный, завершённый, черта, борозда (это слово роднит Венеру с той самой Ситой (*sītā*) из Рамаяны, являющейся воплощением богини процветания, счастья и богатства Лакшми, которая как раз связана с Венерой); *bhrgu* – имя одного из самых знаменитых риши, первых живых существ, имя предводителей и наставников асуров – Шукры, третье по яркости небесное тело и второе по яркости на ночном небе и т. д.

5) Марс – *maṅgala* – благоухающий, почитаемый (среди более чем 135 санскритских слов, обозначающих планету Марс есть, например, такие: *pāpa* – плохой, злой, отвратительный, грех; *vasudhā* – дающий благо, плодородная земля; *lohita* – красный) и т. д.;

6) Юпитер – *brhaspati* – «Отец речи» (более 97 слов), о нём поговорим отдельно;

7) Сатурн – *śanaīścara* (словари сообщают о более чем 127 словах, которые обозначают эту планету, например: *atikrūra* – гневный; *koṇa* – угол, острый, игла, трость, струна, смычок (ср. с англ. corner); *manda* – медленный, размеренный; эти и другие эпитеты планеты указывают на её астрономические и астрологические свойства – медленное движение по звёздному небу, резкость, гневливость, но и справедливость;

и двух невидимых, имеющих демоническую природу – Раху и Кету.

Стоит заметить, что в древней астрономии «планета» – это то, что перемещается по небу, в отличие от постоянно находящихся на своих местах звёзд, поэтому Солнце и Луна также относились к этой великой семье. Как и в жизни земной, у каждого её члена свой характер, свои функции: кто-то следит за порядком и управляет остальными, кто-то защищает, занимается торговлей, приносит благо и процветание, обогревает, созидает и разрушает. С каждым связан клубок замысловатых историй, где закон и праведность, благочестие и справедливость переплетены с хитростью, обманом и прочими пороками, которые свойственны более людям, чем небожителям.

В древнеиндийской культуре существовала подобная европейской традиции сопоставления планет с музыкальными нотами и звуками. Эта система основывалась на идее гармонии космоса, где небесные тела излуча-

ют вибрации, соответствующие определённым звукам. В индийской классической музыке (например, в системе *raga*) семь основных нот – *saptasvara* – семь звуков.

Впервые система сопоставления музыкальных нот с планетами встречается в текстах по музыке, таких как «Сангита-ратна-кара», например, в следующих строфах: *ṣaḍjaścandraśtathā ṛṣabho bhānurgāndhārako bhauma | madhyamastu budhaḥ proktaḥ pañcamo jīva eva ca | dhaivataḥ śukra ukto niṣādo manda eva ca | etāḥ sapta svarāḥ proktāḥ saptagrahasamanvitāḥ ||* говорится:

- Луна – *ṣaḍja*, Sa – первая нота;
- Солнце – *ṛṣabha*, Re – вторая нота;
- Марс – *gāndhāra*, Ga – третья нота;
- Меркурий – *madhyama*, Ma – четвёртая нота;
- Юпитер – *pañcama*, Pa – пятая нота;
- Венера – *dhaivata*, Dha – шестая нота;
- Сатурн – *niṣāda*, Ni – седьмая нота;

Раху и Кету (узлы Лунной орбиты) связывают с микрофонами или диссонансными звуками, так как они считаются тенями, имеют демоническую природу.

Считалось, что пение или воспроизведение ноты на музыкальном инструменте связанной с определённой планетой, может гармонизировать её энергию в гороскопе. Эта система также перекликается с мантра-йогой, где каждая планета имеет свою биджа-мантру (*bījamantra* – «зерновая» мантра, особая, главная, основная, как бы содержащая зерно смысла или мистической силы) – звуковую вибрацию. Биджей здесь также называется священный слог, входящий в состав мантры:

- Солнце – *om hram hrīm hraum saḥ sūryāya namaḥ*; биджа *hram*;
- Луна – *om śrām śrīm śraum saḥ somāya namaḥ*; биджа *śrām*
- Марс – *om kram krīm kraum saḥ bhaumāya namaḥ*; биджа *kram*
- Меркурий – *om braṃ brīm brauṃ saḥ budhāya namaḥ*; биджа *braṃ*;
- Юпитер – *om gram grīm grauṃ saḥ guruve namaḥ*; биджа *gram*;
- Венера – *om draṃ drīm drauṃ saḥ śukrāya namaḥ*; биджа *draṃ*;
- Сатурн – *om praṃ prīm prauṃ saḥ śanaye namaḥ*; биджа *praṃ*;
- Раху – *om bhraṃ bhrīm bhrauṃ saḥ rāhave namaḥ*; биджа *bhraṃ*;
- Кету – *om sraṃ srīm srauṃ saḥ ketave namaḥ*; биджа *sraṃ*.

Кроме того, 27 накшатр (лунных стоянок) также иногда соотносятся с определёнными звуками, что используется в накшатрамантрах и медитативных практиках.

Сосредоточимся сегодня на самом, пожалуй, почитаемом представителе нашей ноты «Фа» – Юпитере, являющемся в индийской традиции наставником для всех остальных, великим учителем, хранителем законов, договоров, следящим за порядком, «Отцом речи», Брихаспати.

Традиционно, Брихаспати – сын Ангираса, по некоторым спискам, одного из семи величайших почитаемых мудрецов – Сапта-риши. Ангирас упоминается уже в Ригведе, а его имя связано с гимнами Атхарваведы. Ассоциируясь с огнём и светом, Ангирас иногда ото-

ждествляется с Агни – богом огня. Потомки Ангираса в ряде ведийских гимнов помогают Индре завладеть коровами, символизирующими процветание, изобилие и богатство. Как упоминается в «Махабхарате» и пуранах, они стали могущественными мудрецами и жрецами. Именно Ангирас передал людям астрономические и астрологические знания. В некоторых текстах Ангирас упоминается как наставник Асуров, сообщивший им знания о магии, гадании, ворожбе. Как один из древнейших учителей он упоминается и в буддийской традиции, например в «Дигха-никае».

Рождение Брихаспати описывается в разных произведениях по-разному. Так, в Ригведе он назван сыном Ангираса и его супруги Смити или Суропы. Он считается главным среди Ангирасов – группы божественных мудрецов, связанных с огненными ритуалами и гимнами; в шиваитских писаниях Брихаспати рождается на свет благодаря семени Шивы, упавшего в огонь и перенесённого затем в лоно супруги Ангираса; существует версия, по которой Брихаспати является аватаром самого Брахмы или воплощением его мудрости.

Образ Брихаспати как божества мудрости, наставника дэвов и покровителя священной речи имеет параллели в других индоевропейских и даже не индоевропейских мифологиях. Например, в Авесте ему соответствует Арамати (*Armaiti*, «благочестивая мысль») – одна из Амеша Спента – шести или семи божественных существей устанавливающих гармонию и порядок в мире, связанная с мудростью и землёй. В более поздней персидской традиции есть отголоски в образе Митры как бога договора и справедливости. В Греко-римской мифологии, Зевс (Юпитер) – как верховный бог, связанный с законом и мудростью и т. д.

Таким образом, мы видим, что практически у всех народов есть свой Брихаспати – бог мудрости, договора, справедливости, закона, науки, магии, особой ритуальной или научной речи – способа отражения реальности в виде формул, алгоритмов, научных методов.

В Ригведе Брихаспати и Ангирасы упоминаются во множестве гимнов, причём в разных ролях: как божество (дэвата) он почитается как бог мудрости, жречества, священной речи *Bāk* и покровитель жертвоприношений; как риши (адресует гимн другим дэватам); как предводитель Ангирасов – он связан с освобождением коров (символизирующих ночное звёздное небо, утреннюю зарю или благодать) из пещеры.

Основными стихотворными размерами, используемыми в ведийских гимнах, посвящённых Брихаспати являются: Гаятри (3 строфы по 8 слогов), Триштубх (4 строфы по 11 слогов), Джагати (4 строфы по 12 слогов), однако наиболее распространённым является Триштубх.

Риши, которые обращаются в своих гимнах к Брихаспати:

- Гритсамада Шаунака – риши из рода Ангирасов, один из главных провидцев второй мандалы;
- Вамадева Гаутама – один из великих ведийских мудрецов, автор многих гимнов четвёртой мандалы;

- Васиштха Майтреяварини – риши из рода Ва-сиштхи, жрец царя Судаса в седьмой мандале;
- Брахманаспати Бхарадваджа – в некоторых традициях этот гимн приписывается Бхарад-вадже, но в Анукрами (индексе гимнов) он может указываться как анонимный (Брах-манаспати как самовосхваление божества).
- В Ведах (особенно в Ригведе) Брихаспа-ти упоминается под разными именами и эпи-тетами, отражающими его функции как бога молитвы, жреца богов и покровителя свя-щенной речи. Вот некоторые из них:
- Брихаспати (*Brhaspati*) – Господин молит-вы (от *brhat* – великий + *pati* – господин);
- Брахманаспати (*Brahmanaspati*) – Влады-ка священной речи (от *brahman* – молитва, священное слово + *pati*);
- В некоторых случаях эти два имени разли-чаются, но чаще взаимозаменяемы;
- Вачаспати (*Vācaspati*) – Господин речи (от *vāc* – речь);
- Джанаспати (*Janaspati*) – Повелитель лю-дей (в контексте его руководства жрецами);
- Ганаспати (*Gaṇaspati*) – Владыка групп (возможно, относится к его роли предво-дителя богов или мудрецов);
- Дэвапутра (*Devaputra*) – Сын богов (редко, но встречается);
- Ритаспа (*Ritaspā*) – Защитник истины (*rta*);
- Ангирас (*Angiras*) – иногда отождествляет-ся с мудрецами ангирасами, так как он их покровитель;
- Маттаварман (*Mattavarman*) – Яростный за-щитник (в контексте борьбы с демонами);
- Шамбху (*Śambhu*) – Приносящий благо (редко);
- Видхартри (*Vidhartr*) – Устроитель (в смысле организатора жертвоприношений);
- Пурохита (*Purohita*) – Главный жрец богов;
- Гуру богов (*Deva-guru*) – в эпосе и пуранах.



ОБ АВТОРЕ

Леонченко Владимир Владимирович – выпускник Курганского Государственного университета, физико-математический факультет, магистр. Изучает санскрит с 2010 года. Санскритский компьютерный лингвист, независимый исследователь в области санскритологии, преподаватель, участник ряда международных конференций в сфере востоковедения и компьютерной лингвистики. В настоящее время занимается разработкой электронной информационно-аналитической системы для исследования санскритских текстов. E-mail: iymagic@yandex.ru

- билизирует орбиты других планет Солнеч-ной системы);
- devapūjya, devejya* – почитаемый дэвами (как учитель, наставник);
- brhatīpati* – тот, кто управляет стихотвор-ным размером *brhatī* – «царским», цен-тральным стихотворным размеров из семи великих размеров;
- brhattejas* – «мощь речи» – эпитет Бриха-спати;
- brhaspati* – господин речи;
- mahāmāti* – многомудрый;
- vacasāṃpati, vācaspati, vākpati, vāgīśa, vāgmin* – повелитель великой ведийской речи, её глубокий знаток;
- suragaja, suraguru, surapatiḡguru, surarājaguru, surācārya, surejya, surendra* – глава дэвов (суров), их учитель, наставник, почитае-мый ими;
- vibudhaguru* – величайший наставник, ко-торому не требуются уже учителя, ибо он познал всё;
- didivi* – яркий, сияющий, небо, окончатель-ное освобождение;
- dhiṣaṇa* – разумный, мудрый, наставник, учитель, имя Брихаспати;
- nāka-nāyaka-purohita* – предводитель небо-жителей;
- pāruṣya* – имя Брихаспати, грубый, неотё-санный, насильственный; Священная роша – сад Индры;
- pracakṣas* – эпитет Брихаспати;
- dvādaśakara, dvādaśāṃśu, dvādaśārcis* – Юпитер как управитель времени, имею-щий 12 частей, сотворяющий 12 действий, сопровождаемый 12-ю гимнами.

Связь со звёздами:

- pūrvaphalgunībhava* или *prākphālguneya* – Брихаспати считается управителем накша-тры *phalgunī*, как олицетворения бога до-говора, порядка и законности;
- Śrāvaṇavarṣa* – Брихаспати-управитель накшатр;
- saptarṣi* (7 риши) или *saptarṣija* – рождён-ный от 7 риши.

Мифология творения:

- utathyāṇuja* – имя одного из ангирасов, «младший брат» – эпитет Брихаспати;
- citraśikhaṇḍija* – Имя Брихаспати;
- prakhyas* – имя Праджапати;
- aṅgiras* – предок Брихаспати;
- utathya* – Имя сына Ангираса и старшего брата Брихаспати.

Связь с Индрой:

- indramantrin* – советник Индры, его на-ставник;

- mahendra* – Великий Индра;
- mahendramantrin* – советник великого Индры.

Лев

- simha* – лев – царь зверей;
- simhastha* – «находящийся во Льве» – Юпи-тер – управитель накшатры Пхальгуни.

Гора, препятствие:

- giriśa* – гора, препятствие, груз, символически – учитель, гуру;
- guru* – «тяжеловес» – учитель, наставник;
- virodha* – препятствие, вражда, осада, про-тивовес, противоположность, оппозиция.

Следует также отметить, что в Ригведе мно-жество астрономических ссылок на Юпитер и его календарные периоды выражены двоичным или восьмеричным кодом «Чханда-шастры».

Так, если применить двоичное кодирова-ние Пингалы к первому гимну Ригведы, то получим число 4323, что всего на 10 меньше, чем точный сидерический период Юпитера выраженный в сутках; если же пересчитать этот гимн в восьмеричной системе, заданной путём замены букв m, y, r, s, t, j, bh, n, соответ-ственно на цифры 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 (согла-суясь с правилами той же «Чханда-шастры»), то мы получим число 286105, что, будучи вы-ражено в градусах, даст нам 21 697 полных оборотов по 360 градусов. Воспринимая эти «обороты» за земные сутки, мы получим пе-риод, который лишь на 32 дня отличается от знаменитого 60-летнего периода Юпитера и составляет 21 707 лунных накшатр!

Великая семья небесных светил, словно древний род, объединённый незримыми уза-ми гармонии, напоминает нам о вечной исти-не: всё в этом мире связано – звук и свет, чис-ло и имя, земное и небесное. Семь нот, семь планет, семь поколений – в этом священном числе сокрыта тайна мироздания, где каждая частица Вселенной поёт свою партию в гран-диозной космической симфонии. Юпитер, Брихаспати, мудрый наставник богов, хра-нитель законов и речи, напоминает нам о том, что семья – это не просто кровные узы, но и духовное единство, преемственность знания, переданного от предков к потомкам. Как се-мья планет следует за Солнцем, словно дети за отцом, так и человеческий род держится на мудрости старших, на традициях, запечат-лённых в священных гимнах, в ритмах земли и неба. От Гвидо д’Ареццо, связавшего ноты с латинским гимном, до ведийских риши, ви-девших в движении светил божественную му-зыку, – люди всегда стремились услышать эту гармонию. Семья, род, племя – это не просто общность крови, но и общность судьбы, где каждый, как планета в небесном хоре, нахо-дит своё место, свой звук, своё предназначе-ние. И пусть Брихаспати, Отец речи, вдохнов-ляет нас хранить мудрость предков, чтить за-коны рода и помнить, что мы – часть чего-то большего. Как семь нот создан melody, а семь планет – порядок мироздания, так и се-мья, скреплённая любовью и традицией, оста-ётся основой бытия, мостом между землёй и небом, между прошлым и будущим, ведь именно в семье, как в древнем гимне, звучит вечный напев жизни – от первого крика ново-рождённого до последнего шёпота уходящего. И пока этот напев жив, живёт и сам мир.

ЗДОРОВЬЕ

Детское питание

Кормите своих детей не просто хорошей едой – учите их правильно питаться на протяжении всей жизни

Доктор Вирендер Содхи

Число детских заболеваний растёт – у многих детей диагно-стируют ожирение, диабет, астму, хронический средний отит (повреждение уха), СДВГ (синдром дефицита внима-ния и гиперактивности) и многое другое. Исследования пока-зали, что, к примеру, стандартная американская диета вызы-вает или способствует развитию многих из этих заболеваний. Крайне важно, чтобы родители знали, как правильно кормить своих детей на каждом этапе их жизни, и обучали их знаниям и привычкам в области питания, необходимым им для сохране-ния крепкого здоровья на всю жизнь.

В аюрведе питание ребёнка делится на три этапа: *кишруп*, пери-од грудного вскармливания; *киширана*, введение в рацион твёрдой пищи, смешанной с молоком; и *анаад*, кормление твёрдой пищей. На этапе *кишруп*, который длится от шести месяцев до года, ребёнок пи-тается материнским молоком. Детские смеси были разработаны как лечебное питание для младенцев, которые не могут питаться груд-ным молоком. Они не в полной мере удовлетворяют потребности младенцев в питательных веществах и иммунитете, из-за чего их им-мунная система ослабевает. Дети, находящиеся на грудном вскарм-ливании, реже болеют диареей, желудочно-кишечными заболевани-ями, инфекциями мочевыводящих путей, респираторными заболе-ваниями или пневмонией и редко страдают от синдрома внезапной детской смерти. У них реже бывает аллергия, проблемы с набором веса, ушные инфекции, и, согласно исследованию, опубликованному в JAMA от 8 мая 2002 года, они обладают более острым умом.

На этапе *киширана*, в возрасте от года до двух лет, постепенно со-кращают потребление молока и начинают давать фруктовые соки, пюре, сиропы, супы из бобовых и овощей. Рис, бобы (например, маш и чечевица), различные фрукты (особенно спелые бананы), орехо-вое молоко, овощи и молочные продукты – всё это отлично подходит. Аюрведическая медицина не рекомендует вводить в рацион твёрдую пищу до достижения ребёнком шестимесячного возраста.

Стадия полноценного приёма твёрдой пищи, *анаад*, начинается в два года. Я настоятельно рекомендую принимать пищу всей семьёй. Это приятный ритуал как для родителей, так и для детей. Детям нра-вится предсказуемость семейных ужинов, а родители получают воз-можность пообщаться с детьми. Исследования показали, что дети, которые регулярно едят вместе с семьёй, чаще употребляют фрук-ты, овощи и злаки, реже перекусывают вредной пищей, реже имеют склонность к вредным привычкам, таким как курение, употребление марихуаны или алкоголя. Привлекайте детей, особенно подростков, к подготовке ингредиентов и приготовлению еды, чтобы им было ин-тересно участвовать в процессе. Во время приёма пищи сохраняйте спокойную и дружелюбную атмосферу. За обеденным столом не ме-сто родительским нотациям или ссорам между братьями и сёстрами.

Во время основных приёмов пищи подавайте продукты, богатые бел-ком, например, бобовые и орехи. Выбирайте цельнозерновой хлеб и каши, чтобы ребёнок получал больше клетчатки. Подавайте воду, мо-локо, свежевыжатый сок или смузи. Употребляя молоко, дети получают больше кальция, который важен для здоровья костей. Детям в возрас-те от шести до восьми лет нужно 800 мг кальция в день, а после девяти лет – 1300 мг в день. Используйте только органические молочные про-дукты. У детей может развиться аллергия на молоко, если они начина-ют пить коровье молоко до достижения шестимесячного возраста. Упо-требление молочных продуктов, особенно йогурта, кефира, ласси, сли-вочного масла и топленого масла гхи очень полезно. Я считаю, что де-тям лучше давать цельное молоко, а не гомогенизированное. Насыщен-ные жиры очень важны для развития здоровой нервной системы.



вместе с детьми. Это откроет им глаза на многое.

Заботливые родители ограничат употребление сладких напитков, таких как газировка и напитки с фруктовыми сиропами. Многие из них также содержат кофеин. В небольших количествах кофеин может повышать концентрацию внимания и придавать сил. Как у детей, так и у взрослых избыток кофеина может вызывать нервность и бес-покойство, расстройство желудка, головные боли, трудности с кон-центрацией внимания, проблемы со сном, учащённое сердцебиение и повышение артериального давления.

В 1996 году исследователи сделали открытие, которое имело боль-шое значение для разработки детского питания. Они обнаружили, что у мальчиков с низким уровнем омега-3 жирных кислот в крови было больше проблем с поведением, обучением и здоровьем, чем у мальчи-ков с более высоким уровнем омега-3 жирных кислот. Жирные кисло-ты омега-3 и их производная ДГК (докозагексаеновая кислота) настоль-ко важны для развития ребёнка, что при их недостатке у матери и мла-днца нервная и иммунная системы ребёнка могут так и не развиться в полной мере, что может привести к необъяснимым расстройствам эмо-циональной сферы, обучаемости и иммунной системы на протяжении всей жизни. Богатыми источниками жирных кислот омега-3 являются орехи и семена. Включите в свой рацион одну-две горсти сырых, необ-жаренных свежих орехов и семян. Ещё один способ употребления оре-хов и семян – замочить их в воде и приготовить ореховое молоко.

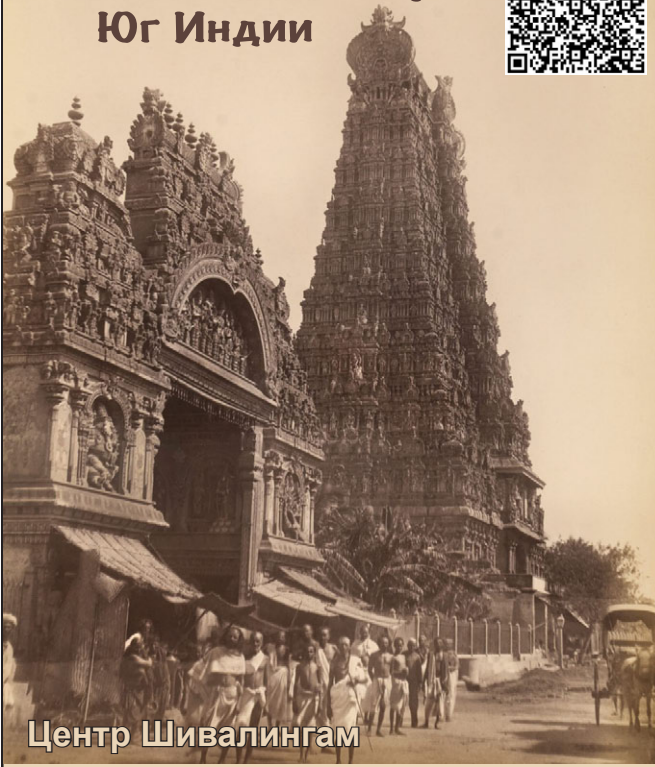
Семья вегетарианцев должна быть уверена, что они получают в своём рационе следующие питательные вещества: витамин B12 из молочных продуктов и продуктов, обогащенных витаминами, таких как крупы, хлеб и соя (ограничьте употребление сои до одного-двух раз в неделю) и рисовых напитков; витамин D из молочных про-дуктов, апельсинового сока, обогащенного кальцием, и продуктов, обогащенных витаминами; кальций из молочных продуктов, тёмно-зелёных листовых овощей, брокколи, нута и продуктов, обогащен-ных кальцием, включая апельсиновый сок, соевые и рисовые напит-ки и хлопья; белок из молочных продуктов, тофу, сушеных бобов и орехов; железо из сушеных бобов, сухофруктов, цельного зерна, ли-стовых зелёных овощей и обогащенных железом злаков и хлеба; и цинк из ростков пшеницы, орехов, обогащенных злаковых и бобовых.

Если есть возможность, подавайте детям пример правильного питания и следуйте приведённым здесь советам. Вы не только вырастите здоро-вых детей, но и подарите им на всю жизнь полезные пищевые привычки.

ОБ АВТОРЕ

Доктор Вирендер Содхи получил степень доктора медицины (по специальности Аюрведа) в Индии и степень доктора натуропатической медицины в Бастирском колледже натуропатической ме-дицины, США. Электронная почта: drvsodhi@ayurvedicscience.com. Веб-сайт: www.ayurvedicscience.com.

Тамилнаду
Юг Индии

Центр Шивалингам

Краснопролетарская ул. 16/2 (м. Новослободская)
www.sivalingam.ru +7 495 5024807

ВИЗЫ В ИНДИЮ



- ✓ 1-кратная на 30 дней
- ✓ 1-кратная на 6 месяцев
- ✓ 2-кратная на 6 месяцев
- ✓ Многократная на 1 год
- ✓ Многократная на **5 лет**

Оформление от 2-х дней



Центр Шивалингам
Краснопролетарская ул. 16/2
(м. Новослободская)
www.sivalingam.ru
+7 495 5024807

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 (интенсивный вводный/Introductory и более продвинутые уровни).
Возможно включение в учебные группы не с нулевого уровня.
Все вопросы и запись по +7 909 915 01 09 (тел., WhatsApp, Telegram)



सत्यमेव जयते



ШОП108

магазин скорой духовной помощи



www.shop108.ru

Жизнь с Шивой

СОВРЕМЕННАЯ КУЛЬТУРА ИНДУИЗМА

Садгуру Шивайя Субрамуниясвами

Садгуру Шивайя Субрамуниясвами (1927–2001), лауреат престижной Премии мира ООН У Тана 2000 года за издание в течение двух десятилетий журнала «Индуизм сегодня», руководил 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.

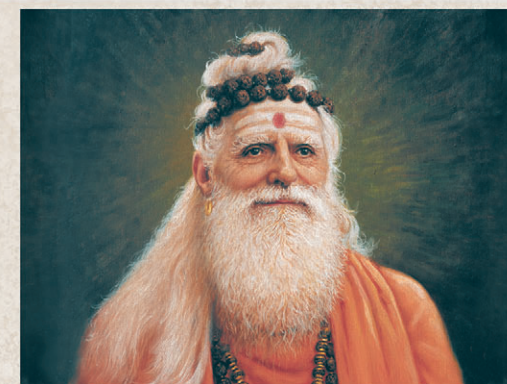
«Жизнь с Шивой» замечательна своей прямотой, глубиной своих полезных советов и непоколебимостью в оценке сложных проблем, с которыми сталкиваются люди на внутреннем пути в XXI веке. Это бесценный клад для любого дома и семьи.

Жизнь с Шивой
शिवेन सह जीवनम्

Жизнь с Шивой

СОВРЕМЕННАЯ КУЛЬТУРА ИНДУИЗМА

Садгуру Шивайя Субрамуниясвами



Садгуру Шивайя Субрамуниясвами



The Master Course Trilogy
Yoga/Metaphysics/Religion



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



Три основные садханы крийя йоги

ISSN 2658-7378



2 5 0 0 2



9 772658 737003

>



Ардханаришвара, Шива-Шакти, грациозно парящий в Шивалоке, является свидетелем трёх основных практик йоги, описанных Риши Патанджали в «Йога-сутрах»: аскезы, самопознания и поклонения. Слева три йогина медитируют и выполняют пранаямы в высокогорных пещерах Гималаев. Их тела покрываются льдом во время выполнения сурового йога-тапаса. Кролики, лисята и кобры согреваются на их коленях. В центре два йогина практикуют *свадхьяю*, которая включает в себя изучение Священных Писаний под руководством гуру. Внимательные попугаи слушают *упадешу* гуру. Справа, в третьей садхане, известной как Ишварапранидхана, мужчина и его жена совершают пуджу Шивалингаму под деревом бильвы, предлагая Богу Шиве свою любовь и листья бильвы.

Canada CAD 10
India INR 225

Malaysia . . . MYR 14
Mauritius . . MRU 115

Singapore . . . SGD 10
UK GBP 5

USA USD 7.95
RUS RUB 259