

ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ

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



Индуистское воспитание детей



ISSN 2658-7370



21002



9 772658 737003

Canada CAD 10
India INR 225

Malaysia MYR 14
Mauritius MRU 115

Singapore SGD 10
UK GBP 5

USA USD 7.95



(Обложка) Мать учит свою дочь совершать арати в домашнем святилище; (выше) Нимбарка – благословенный путь сквозь философские джунгли, стр. 14.

Апрель/Май/Июнь 2021 года • Год Плава, 5123 по Индуистскому календарю

Bodhinatha Veylanswami

www.gurudeva.org

В МИРЕ

Дхарма. Долгий успех крупнейшего в Индии
издательства религиозных текстов «Гита Пресс» 44

СТИЛЬ ЖИЗНИ

От редакции. Садашиванатха П. «Ода рису» 12

В поле зрения. Жизнь Шри Нимбаркачарьи,
основателя почитания Радхи и Кришны 14

Образование. Индуистское воспитание детей 28

Специи. Древнее растение кориандр 72

КРАТКИЕ ОБЗОРЫ

Всемирная Дхарма 6

Современность и Дхарма 78

НАША РУБРИКА

Наша память. К 80-летию А. М. Дубянского.
«Вибхути» перевод с тамильского 50

Тамилистика. Н. Гордийчук. Богиня Кали в поэме
Джаянкондара «Калингаттуппарани» 52

Йога. А. Витич. Женщины в йоге. Часть III 56

Санскрит. Уроки санскрита. Урок 2 66

Интервью. Сэмми Котвани: «Наша “Мягкая сила”
в России – это радоваться для вас» 69

ВЗГЛЯД

По моему мнению. Значимость нашего имени 9

Стол издателя. Важные составляющие сильной пуджи 10

Из Упанишад. Природа смерти согласно
«Брихадараньяка Упанишады» 27

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), April/May/June, 2021, Volume 43, No. 2. Satguru Sivaya Subramuniyaswami, Founder; Satguru Bodhinatha Veylanswami, Publisher; Paramacharya Sadasivanatha Palaniswami, Editor-in-Chief.

© 2021 Himalayan Academy, 107 Kaholalele road, Kapaa, Hawaii 96746-9304 USA. All rights reserved.

Контакты в России: Издательство «Хиндуизм тутдэй», 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

© 2021 ООО «Хиндуизм тутдэй», 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.)

«Индра Джатра» – грандиозный праздник урожая в Непале, в котором традиционно осенью принимают участие десятки и сотни тысяч верующих, призывая Бога Индру пролить обильные дожди.

Площадь Дурбар в Катманду

перед старым королевским дворцом



ВСЕМИРНАЯ ДХАРМА

ОАЭ

Возведение первого индуистского храма в Абу-Даби

Даже преодолевая трудности, связанные с Covid-19, Бочасанваси Акшара Пурушоттама Сваминараяна Санстха (BAPS) продолжает строительство первого официального индуистского храма в Абу-Даби, столице и втором по численности населения городе Объединённых Арабских Эмиратов. После того, как в начале 2020 года был утверждён окончательный проект храма, в апреле был заложен фундамент.

Согласно статье в *Gulf News*, на впервые продемонстрированном макете видны амфитеатр с видом на храм, аудитории, общественный центр, сады, ресторанный дворик, библиотека и многие другие сооружения. Камни для храма объёмом 708 кубических метров добываются и обрабатываются главным образом в Раджастхане и Гуджарате.

BAPS отметила, что, поскольку это будет первый

индуистский храм в городе, важно, чтобы в нём присутствовали элементы всех основных деноминаций индуизма, к которым могут принадлежать индуисты ОАЭ. Поставленная цель нашла своё выражение в архитектурном стиле, охватывающем широкую географию Индии, с учётом разнообразия традиций и систем верований, включая сюжеты из Махабхараты, Рамаяны и Пуран. Вы можете узнать больше о проекте храма в этом видео: youtu.be/G3mOTSJmUbU.

.....
Из Индии в ОАЭ: (выше) на стройплощадке в Раджастхане свами BAPS осматривают каменные панели для индуистского храма в Абу-Даби; (справа) цифровое изображение строящегося храмового комплекса в Абу-Даби.



АФГАНИСТАН

Бегство индуистов и сикхов со своей родины

Индуисты и сикхи, живущие в Афганистане, представляют собой одну общину. Имея больше сходств, чем различий, они посещают одни и те же места поклонения, уважают веру друг друга и в целом поддерживают друг друга, живя в стране с преобладающим исламским населением.

Афганская индуистско-сикхская община когда-то насчитывала четверть миллиона человек, сегодня, это менее чем 700 человек, говорится в статье AP News. Такое сокращение было в значительной степени обусловлено отсутствием общей безопасности и государственной поддержки, с которыми сталкивается любая община, чувствующая угрозу со стороны местных экстремистов.

Буквально в марте прошлого года 25 сикхов были убиты в Кабуле, когда вооружённый

преступник напал на них в месте поклонения. В 2018 году в результате теракта в Джелалабаде погибло 19 человек, в том числе лидер общины, добивавшийся выборов в парламент. Другой

лидер общины, ныне проживающий за границей, говорит, что бежал из Афганистана несколько лет назад после того, как его брат был похищен и убит боевиками в Кабуле.



В 2010 году афганское правительство выделило место в Национальном собрании для религиозных меньшинств, но многие считают эту акцию чисто символической.

Оставшиеся в стране индуисты и сикхи потихоньку покидают страну. Группами по 200 человек они направляются сначала в Индию, а затем большинство из них продолжают путь в Европу или Канаду.

Хамдард, из числа сопротивляющихся членов общины, сказал AP News: «Трудно покидать место своего рождения, но у нас нет другого выбора – Афганистан больше не хочет нас видеть». Семь его родственников погибли в результате нападения в марте этого года.

.....
В поисках нового дома: последние следы афганских сикхских и индуистских общин покидают страну в ответ на религиозную дискриминацию и насилие. Теперь они ищут временного убежища в Индии.

PHOTOS: BAPS; PRESS TRUST OF INDIA

БРАЗИЛИЯ

Хануман помогает Бразилии в исцелении



В январе 2021 года президент Бразилии Жаир Болсонару поблагодарил Индию и премьер-министра Моди за помощь в поставке в страну первой партии из двух миллионов доз индийской вакцины «Ковишилд» компании AstraZeneca. Бразилия сообщила об одном из самых высоких показателей смертности от Covid-19 в мире. В знак признательности президент Болсонару опубликовал в Твиттере изображение Ханумана, несущего вакцину из Индии, точно так же, как Он нёс растение сан-дживани для Лакшмана, о чём говорится в индуистском эпосе «Рамаяна».

Индия поставляет собственные вакцины на Сейшельские острова, Маврикий и Мьянму, а также в Саудовскую Аравию, Южную Африку, Марокко и Бангладеш.

ОДИША

Кражи объектов культурного наследия

Недавно было обнаружено, что 22 из 31 древней статуи были украдены из храма Дакши Праджapati XIII века в городе Банпур в Одише. Все статуи сделаны из сплава восьми металлов (аштадхату): золото, серебро, медь, цинк, свинец, олово, железо и ртуть. Среди украденных статуй, оценённых в тысячи долларов, были статуи Гопинатхадэвы, Калиюгешварадэвы, Ма Канака Дурги и Чандрашекхарадэвы. В настоящее время храм находится под наблюдением Археологической службы

Индии (ASI), поскольку он имеет большое культурное, архитектурное и религиозное значение.

Местный историк Анил Дхир рассказал газете *Hindustan Times*, что за последнее десятилетие различными полицейскими участками долины Прачи было зафиксировано 48 случаев кражи статуй, из которых была найдена только одна. Одиша является крупным центром вывоза украденных предметов старины: около 300 ценных статуй пропали без вести по всему штату.



ВЕГЕТАРИАНСТВО

Вегетарианские школьные обеды пользуются большим спросом

Согласно отчету, опубликованному «Друзьями Земли», многие государственные школы по всей территории США переходят на растительное питание, которое отвечает всем требованиям вегетарианцев и веганов, число которых растёт. Исследование, проведённое в 2017 году в Калифорнийском объединённом школьном округе Окленда, показало, что меню на основе растительной диеты обходится дешевле школьному бюджету и имеет явные преимущества для здоровья учащихся и окружающей среды. Округ сэкономил 42 000 долларов только за счёт сокращения количества мясных продуктов в школьных обедах. Эта положительная тенденция даёт возможность учащимся-индуистам питаться дхармично.

В статье, опубликованной в октябре 2020 года Индуистским советом Австралии, отмечалось, что количество людей, склонных к вегетарианской диете в стране, увеличилось почти на миллион за последнее десятилетие. Тем не менее, в статье говорится, что учащиеся всё чаще сообщают

о том, что их безмясная диета не поддерживается взрослыми. Отдельные школы ещё используют устаревшие учебные программы, в которых говорится, что употребление мяса необходимо для здоровья. Один студент сказал, что родители некоторых его одноклассников не разрешают им становиться вегетарианцами из-за этой концепции. Когда его брат выступил в классе с презентацией провегетарианской диеты, подчеркнув негативное воздействие животноводства на окружающую среду, учитель возразил ему.

Аналогичные проблемы возникают по всей территории США, где многие студенты-вегетарианцы сталкиваются с программами по охране здоровья, ориентированными на мясоедение, а также с распространённым убеждением, поддерживаемым студентами, учителями и родителями, что вегетарианская диета не содержит необходимых питательных элементов. Между тем, «Друзья Земли» отмечают здоровую тенденцию, заключающуюся в том, что всё больше школ находят преимущества (финансовые и

иные) здоровых продуктов питания на растительной основе.

Согласно недавнему национальному опросу директоров школ начального и среднего образования (K-12) в США, 55,2% из них заявили, что предлагают вегетарианские блюда в младших классах, а 68% – в средних школах. В

обзоре 25 крупнейших школьных округов США 23 подают вегетарианские блюда не реже одного раза в неделю, а в 13 округах предлагают их ежедневно. Большая часть этого диетического драйва исходит от родителей и студентов, поскольку вегетарианство и веганство продолжают набирать популярность.



Питательный школьный обед: учащиеся округа Боулдер-Вэлли в Колорадо наслаждаются здоровым школьным обедом на растительной основе.

PHOTOS: TWITTER; BBSR PULSE; BOULDER VALLEY SCHOOL DISTRICT

Новые ворота в Наллур

Храм Наллур Кандасвами в Джафне, Шри-Ланка, является одним из самых значительных храмов для тамильского народа страны, а также для многих верующих за рубежом. Это могущественное святилище Господа Муругана является центром жизни многих островитян, и в дни его ежегодных праздников здесь кипит жизнь. Если ехать в Джафну из Коломбо, то в конечном итоге окажешься на перекрёстке двух дорог, правая из которых через три километра приведёт вас прямо к храму. В знаменательный день Тай Понгал в январе этого года была проведена церемония открытия недавно возведённых арочных ворот на дороге, ведущей к храму. Первым транспортным средством, въехавшим в арку, была воловьша повозка храма Наллура, везущая традиционное подношение риса. В мероприятии приняли участие несколько лидеров общины, в том числе глава Наллай Адхианам, Шри Ла Шри Сомасундара Парамачарья Свами, доктор Ару Тирумугун, Риши Тондунатхан и другие.

.....
Три километра до Бога: (по часовой стрелке справа) храмовая повозка с волами въезжает в ворота; вид с высоты на дорогу; храм Наллур Кандасвами в Джафне.



КРАТКО...

ПРАВИТЕЛЬСТВО ШТАТА УТТАР-ПРАДЕШ ЗАПРЕТИЛО

«незаконное обращение в веру». В новом указе содержатся более строгие положения, касающиеся обращения в другую веру, совершённое путем обольщения, принуждения, применения силы или мошенничества, а также вступления в брак с женщинами с целью обращения их в свою религию. Кабинет министров штата Уттар-Прадеш одобрил проект закона, предусматривающий до 10 лет тюремного заключения для лиц, признанных виновными в подобных преступлениях. Обнародование нового указа произошло ровно через месяц после того, как главный министр штата

Уттар-Прадеш Йоги Адитьянатх поклялся положить конец «любовному джихаду», преднамеренно нападению мужчин-мусульман на индуистских женщин с целью обращения их после замужества в свою веру. Закон разрешает «пострадавшим родителям, братьям и сёстрам или близким родственникам» подавать жалобы в случаях подобных нарушений. Он также отметил, что, если человек хочет вернуться в свою прежнюю веру, это не будет считаться религиозным обращением.

ВЕРХОВНЫЙ СУД КЕРАЛА в конце декабря 2020 года вынес важное решение, касающееся движения и недвижимого

имущества, принадлежащего главному Божеству храма, в данном случае речь идёт о знаменитом храме Шри Кришны в Гурувароре. Согласно *Outlook India*, суд постановил, что всё имущество должно принадлежать *мурти* Божества, и что храмовый комитет не имел права направлять средства какому-либо правительственному или неправительственному учреждению. «Всё имущество, включая движимое и недвижимое имущество, а также деньги, пожертвованные Господу Гурувароупану, должны принадлежать *мурти* Божества, освящённой в храме Шри Кришны в Гурувароре» — отмечено в данном решении.

В СТАТЬЕ INDIA TIMES сообщается, что Университет Реджайны в Оттаве, Канада, решил вернуть индийскую статую

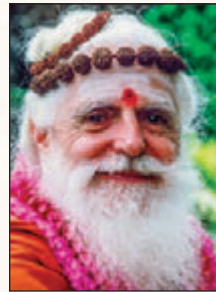
Богини Аннапурны, которая, как установили, была украдена из храма в Варанаси более века назад. Университет ясно дал понять, что это попытка помочь глобальному тренду, направленному на исправление исторических ошибок и, в частности, разрушительного наследия колониализма.

Новости
предоставлены

**HINDU PRESS
INTERNATIONAL**

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

PHOTOS: SHUTTERSTOCK; NALLURAN.COM



Журнал «Индуизм сегодня» был основан 5 января 1979 года признанным во всем мире ортодоксальным учителем и виднейшим проповедником индуизма Садгуру Шивайя Субрамуньясвами (1927-2001) на базе некоммерческой образовательной издательской деятельности Гималайской академии со следующими целями: 1. Содействие индуистской солидарности как «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 касательных 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, отчеты о событиях в мире индуизма и распространяйте информацию о нас среди своих друзей!



Основатель:
Садгуру Шивайя Субрамуньясвами

Издатель:
Садгуру Бодхинаатха Вейлансвами

Главный редактор:
Парамачарья Садашиванатха Паланисвами

Помощник издателя: Парамачарья Шиванатха Чейонсвами
Заместитель редактора: Ачарья Кумарнатхасвами
Управляющий редактор: Ачарья Арумуганатхасвами
Руководитель производства: Санньясин Брахманатхасвами
Менеджер подписки и распространения: Саньясин Шанмуганатхасвами
Менеджер по рекламе: Саньясин Каивальянатхасвами
Помощники редакторов: Йоги Раджанатха
Корреспонденты: Чудамани Шиварам, Бенгалуру; Лавина Мелвани, Нью-Йорк; Дев Радж Агарвал, Дехрадун; Парас Рамоутар, Тринидад. Редактор копирования: Чамунди Сабанатхан. НРІ: Чандра Шанкара. Консультанты: д-р С. П. Сабхаратнам Сивачарияр. Фото предоставили: Томас Л. Келли, фотоагентство Динодия, Дев Радж Агарвал, Дехрадун, Арун Мишра, Мумбаи. Цифровая команда: Андре Гарсия, Дхармалингам Сиддхан. Распространение: в США: Ingram Periodicals, New Leaf, подписные услуги EBSCO, Ubiquity; в Европе: Служба подписки SWETS; в Малайзии: Kovind Enterprises; в Сингапуре: Sanathana Dharma Publications; в Индии (Дели): Central News Agency Limited; на Маврикии: CODIP. Печать: Quad / Graphics, Мидленд, Мичиган.

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

ПО МОЕМУ МНЕНИЮ

«Как твоё настоящее имя?»

Размышления о культурной, религиозной и социальной значимости нашего имени

КЕШАВ ФУЛБРУК

Мне было 23 года, когда мне дали имя Кешав во время моей *нама-карана самскары* в индуистском храме в Лас-Вегасе, моём родном городе. Многие индуистские организации, такие как Вишва Хинду Паришад, Сангх Паривар, Арья Самадж и Кауаи Адхианам – все они настоятельно рекомендуют принятие индуистского имени, если человек родился в неиндуистской семье и стремится официально вступить в индуизм. Большинство считает, что дальнейшая *дикша* или посвящение невозможно без этого первого шага. Я рад, что решился на этот шаг. «Кешава» – хорошо известное имя в индуистском мире, но оно вызывает множество вопросов в мире западном, что заставляет меня задуматься о том, как разные люди воспринимают имена и почему.

Во время моих путешествий по Индии и Непалу большинство людей с энтузиазмом относились к моему интересу к Санатана Дхарме, что побудило меня продолжать изучать несколько индийских языков и непальский. Хотя в целом мой опыт был положительным, иногда я смущался.

В Индии вы столкнётесь со множеством Майклов и Джейкобсов, которые приняли христианство и христианские имена. Точно так же сикхи, джайны, мусульмане и индуисты идентифицируются в Индии по имени, и если происходит обращение (религиозная конверсия), часто оно сопровождается изменением имени. Из-за распространённости этого обычая в Азии я думал, что причина, по которой белый парень взял индуистское имя, будет интуитивно понятна. Однако это не совсем так. Для некоторых людей индуистское имя больше символизирует индийскость, нежели принадлежность к сообществу транснационального индуизма. Равно как многие люди, по крайней мере в США, не думают о таком имени, как Майкл (Михаил), в библейском (христианском) контексте. Для них изменение имени при принятии веры или обращении в другую религию может показаться странным.

К сожалению, одностороннее культурное принятие западных ценностей в обществе считается нормой, тогда как обратное обычно вызывает недоумение и даже осуждение. Весь мир носит джинсы, но человек в *дхоти*, особенно, если это запад-



ный человек, привлечёт к себе пристальное внимание. Имя, по всей видимости, даже в большей степени, чем одежда и вера, связано с ощущением идентичности. Поэтому, когда кто-то называется именем, которое не соответствует нашему представлению о том, кем должен быть этот человек, основываясь на нашей эвристике доступности (интуитивная оценка события по степени лёгкости, с которой ассоциированные события приходят на ум. – Прим. пер.) в отношении его, мы почти уверены, что этот человек лукавит. Это говорит о силе ассоциации в формировании поведения человека, когда одна ложка дёгтя может испортить бочку мёда на всю оставшуюся жизнь. К счастью, мой личный опыт в этой области был только положительным, за исключением нескольких незначительных событий.

С каждым шагом тот, кто устремлён идёт к своей цели по непроторенной дороге, расчищает путь идущим за ним (англ. – *in similar shoes*, «в той же обуви»). Этим путём прошли Вамадева Шастри, Рам Дас и бесчисленное множество других, менее известных *садхаков*.

В конечном итоге, речь идёт о банальном просвещении. Я определённо являюсь далеко не первым индуистом не по рождению, но, возможно, первым, с кем многие индуисты по рождению познакомились лично. Большинство их вопросов ко мне не являются злонамеренными, а исходят из искреннего любопытства и желания установить контакт и понять.

Чем менее духовен и религиозен человек, тем более странными ему представляются смена имени и мотивы, подтолкнувшие к этому другого человека. Я заметил, что даже индийцы-индуисты, живущие на Западе, во втором и третьем поколении, некоторые из которых приняли западное имя, не задумываются, что может быть ровно наоборот. Зачастую они переспрашивают меня: «Как твоё настоящее имя?» Им я могу ответить только одно: «Моё настоящее имя – Кешав».

Кешав Фулбрук, 28 лет, соискатель учёной степени по политологии, с 19 лет является убеждённым приверженцем индуистской традиции. В настоящее время он связан с Ариа Видья Гурукулой. Контакты: fulbrookb22@gmail.com



Важные составляющие сильной пуджи

Размышление о мистических составляющих и знаниях, лежащих в основе основной формы индуистского храмового поклонения

САДГУРУ БОДХИНАТХА ВЕЙЛАНСВАМИ

Давайте сравним поклонение *мурти* в храме с приготовлением овощного карри. Готовка начинается с очистки сырых овощей, удаления кожуры и несъедобных частей и нарезки до нужного размера. Далее на сковороде следует разогреть немного масла, добавить свежие специи, сушёный перец, ложку семян дала. Как только семена лопнут и станут ароматными, следует добавить листья карри и лук. Слегка обжарив всё, нужно добавить помидоры и тушить на медленном огне в течение некоторого времени. Затем необходимо добавить соль, порошок куркумы и карри, и тушить ещё немного. Наконец, нужно добавить сырые, приготовленные на пару, варёные, запечённые или жареные овощи и тушить всё до окончательной готовности. Любой хороший повар подтвердит – для того, чтобы превратить овощ во вкусное карри, требуется много ингредиентов. Такое блюдо будет питательно для тела. Также и душа питается *пуджей* в храме.



Чтобы *пуджа* была сильной, необходимо учесть ряд важных её составляющих-ингредиентов.

1. Первое – это природа связи храма с внутренними мирами, которая значительно отличается у разных храмов. Она должна быть сильной. Мы можем сравнить это с подключением компьютера к сети Интернет. Например, соединение Т1 может передавать только небольшой объём данных по сравнению с самым быстрым оптоволоконным соединением. Сила связи храма с внутренними мирами зависит от трёх факторов: был ли храм основан в связи с видением Божества; время, в течение которого в храме непрерывно проводятся богослужения; количество и сила *пудж*, проводимых ежегодно в храме.

2. Второй составляющей мощной *пуджи* является выбор благоприятных для поклонения Божеству дня и времени. Ежегодный праздник, такой, например, как Ганеша Чатуртхи, – очень благоприятный день для поклонения Господу Ганеше. Ежемесячные *чатуртхи титхи* (четвёртые лунные дни) также более благоприятны, чем другие дни месяца для поклонения этому Божеству. В обоих случаях благоприятность определяется точным периодом времени, *титхи* и *накшатрой*. Например, на Гавайях Ганеша Чатуртхи в 2020 году проводился примерно с 7 утра 21 сентября до 5 утра 22 сентября. Тем не менее, в угоду прихожанам в некоторых храмах ежегодные праздники и *пуджи* приурочивают к выходным дням, что существенно снижает силу этих *пудж*.

3. Третья составляющая – это мастерство, знание, чистота и мистическое понимание священника или священников, совершающих *пуджу*, а также глубина их преданности. Во время *пуджи* с помощью мантр, *мудр* и мистических ритуалов жрецы призывают Божество. Они просят Бога войти в образ и присутствовать в нём, принять молитвы верующих и излить на них благословение и

любовь. Мой гуру, Шивайя Субрамуниясвами, даёт дополнительное объяснение этого процесса: «Когда вы поклоняетесь Богу в храме, посредством *пуджи* или других церемоний, вы переносите Божественность из микрокосма в макрокосм. Вы становитесь проводником этой энергии через своё поклонение и преданность, через свои мыслеформы и даже свою физическую ауру. Чтобы это произошло, *пуджарий* очищает и заряжает образ Божества. Боги и *дэвы* также заряжают (магнетизируют) образ своей энергией, и, наконец, настает момент, когда они могут выйти из микрокосма в макрокосм и благословить своих почитателей. Вы замечаете, что они пребывали в образе лишь мгновение, но для них это длится гораздо дольше. Чувство времени во внутренних мирах другое».

Тенденция современного индуизма – проводить *пуджи* не на санскрите, а на других языках. Одним из оправданий этого является то, что поклоняющиеся смогут понимать о чём поётся во время *пуджи*. Конечно, такая идея не поддерживается Ведами и Агамами, священными писаниями индуизма, которые являются основным источником мантр. Традиционно все мантры поются только на санскрите. По моему опыту, службы на местном языке существенно уступают по силе ритуалу, выполненному с использованием санскрита. Гурудэва утверждал, что *пуджа* на санскрите наиболее эффективно вызывает присутствие Божества. Местные же языки хорошо подходят в этом случае для выражения преданности и любви к Богу, что подтверждается великим множеством гимнов, способных растопить сердца верующих. Местные языки должны блистать в части раскрытия верующим экзегетики, обоснования, толкования и интерпретации богослужения на санскрите, – говорил Гурудэва.

4. Четвёртая составляющая, влияющая на силу *пуджи*, некоторые будут удивлены, – это присутствие во время церемонии религиозно настроенных почитателей. Много лет назад, во время *пудж*, проводимых монахами в Кауаи Адхине, моё внимание привлекло следующее обстоятельство. Монахи совершают несколько *пудж* – рано утром и поздно вечером – во время которых никто кроме них не присутствует. Стало ясно, что присутствие почитателей в это время необходимо для усиления энергетики *пуджи*. Почему? Потому что почитатели своим поклонением, своим религиозным настроем, своим стремлением получить благословение, и даже своей физической аурой также способствуют усилению энергетики проводимой церемонии.

5. Пятая сотовляющая-ингредиент – подношение нарезанных фруктов, приготовленной пищи, воды, ароматных цветов и молока – *упачар*. Они играют важную роль во внутреннем процессе *пуджи*. Божество не вкушает грубую физическую субстанцию, а, скорее, использует заключённую в ней жизненную энергию или *прану*, когда священник предлагает подношение. Те же принципы справедливы и для огненного ритуала, известного как *яджна* или *хома*. Джайендрапури



Махасвамиджи, глава *аишрама* «Кайлаш» в Бенгалуре, несколько лет назад посетил наш монастырь на Гавайях. Три его жреца провели сложную *яджну* в нашем храме Кадавуль с тщательно продуманными подношениями зерна и дерева, которые они привезли из Индии. Впоследствии Сваמידжи объяснил, что Агни, Бог огня, принимает подношения Божеству в очищенной форме, чтобы Божество могло использовать их для благословения присутствующих.

Когда все пять ингредиентов, описанных выше, присутствуют в *пудже*, церемония становится мощным событием, во время которого из внутренних миров на всех присутствующих проливается поток благословения. В *пудже* средней продолжительности это благословение от Божества исходит во время заключительного *арати*. В более сложных церемониях благословения изливаются во время открытия занавеса после облачения Божества. Именно в эти моменты Божество и Его помощники, или *дэвы*, возвращают назад, отражают, полученную *прану* в ауру каждого почитателя, очищая её от подсознательных застоев. Верующие, получившие таким образом благословение, могут избавиться от тяжёлого душевного состояния и покинуть храм в приподнятом настроении. Отныне они мотивированы жить мирно, гармонизировать атмосферу в доме, быть терпимыми в обществе. Кто-то из них, возможно, вдохновится развивать и укреплять традиционную индуистскую культуру в форме религиозной музыки, искусства или танцев.

Другие могут получить послание от Божества, способное изменить их жизнь. Гурудэва так описывает этот мистический опыт: «Чтобы понять *даршан*, ежедневно учитывайте язык тонкого общения. Вы

В ожидании благословения Бога: священник поливает молоком Шивалингам во время Шиваратри в храме Ганеши во Франции.

..... слышите мой голос ушами, своим органом чувств, и в вашей голове рождаются мысли, потому что вы были обучены преобразовывать эти звуковые вибрации в мыслеформы благодаря знанию языка, на котором я говорю. *Даршан* – это тоже вибрации. Они ощущаются при первом взгляде на форму Божества в святилище.

Позже физическое зрение уступает место ясновидению или утончённому познанию, обретаемому благодаря чувствительным ганглиям вашей нервной системы, *чакрам*. Через эти рецепторы передаются сообщения на тонком уровне, часто неосознанно. Возможно не сразу, послание, которое несёт *даршан* Господа Ганеши, Господа Муругана или Самого Господа Шивы – проявляется в вашей жизни».

«Так с нами общаются Боги. Это общение более реальное, чем общение на языке, которое мы практикуем ежедневно. Необязательно сразу понять, о чём было это послание. Почитатель может уйти из храма, думая, что не было никакого послания, не осознавая всю силу *даршана*. Даже слова, которые вы сейчас читаете, могут быть не сразу поняты, а лишь спустя несколько дней, недель или даже месяцев. Глубина смысла раскроется при размышлении». В следующий раз, когда вы будете посещать храмовую *пуджу* или *хома*, подумайте о множестве элементов, тонких и грубых, которые делают эти церемонии священной связью, проникновенным общением с Богом и богами.

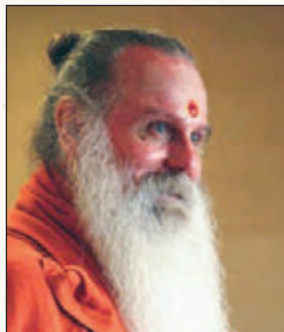


Рис со специями ещё вкуснее

Увлекательная биография неприхотливого зерна, которым кормится полмира, и интересные факты о нём

САДАШИВАНАТХАСВАМИ, РЕДАКТОР

Пролог. *Узрите, как жизнь уходит на небеса! Как это похоже на размеренное ведическое жертвоприношение, когда дни и годы вливаются в одухотворённое пламя тщательно выполненного обряда. Насколько всё закономерно в этом мире, где у вшей есть кошки, а у кошек – мышки. Как щедро и непринуждённо эта безграничная вечность присутствует в каждом крошечном мгновении и в огне, и во льду, и в пятидесяти тысячах разновидностей риса.*



Глубоко в толще гранитных гор Колорадо, где вы, возможно, ожидаете найти секретный арсенал ракет Министерства обороны, ожидающий окончания оттепели холодной войны, хранится ещё один вид стратегического запаса. Это, находящийся в темноте, в клинически стерильных условиях, комплекс холодильных камер, в которых поддерживается постоянная температура -18°C и относительная влажность воздуха от 25 до 30 %. Это не хранилище смертоносного химического оружия, противоядия или вакцины от какого-то экзотического вируса. В этих камерах, официально называемых Национальной лабораторией хранения семян и обслуживаемых Министерством сельского хозяйства Соединённых Штатов, хранится один из стратегических гарантов выживания человечества – сотни тысяч семян, включая 18 313 сортов риса. Если вам кажется, что это много, то знайте, – это лишь малая часть его разнообразия на нашей планете. По словам Дебала Дебы, ведущего индийского специалиста по сохранению риса, только в Индии (где, как считается, появился рис) на протяжении веков выращивалось 110 000 сортов. Сегодня большая часть индийского риса производится из менее чем десяти его сортов.

Заметьте, все эти огромные средства не тратятся на то, чтобы сохранить для будущих поколений предвительно пропаренный Дядюшкой Бен (известная компания Uncle Ben's) короткозернистый, склеивающийся белый, полированный, не содержащий питательных веществ, искусственно обогащённый рис. Дядюшка Бен здесь является своего рода показательным примером подобного исторического пренебрежения рисом на Западе. Он сделал выбор в пользу высокоурожайных сортов риса быстрого приготовления, в то время как Восток отбирал сорта по вкусу и текстуре. Для экспорта на Запад большое значение имеет длительный срок хранения зерна; на Востоке 90% всего риса потребляется в пределах 13 километров от полей, на которых он выращивается, поэтому срок хранения не имеет решающего значения. Знаете ли вы, что урожай риса составляет 2,7 тонн с 0,4 гектара, и что 25% из скудных 9 килограммов риса, потребляемых каждым американцем в год, поглощаются в виде пива или уходят на корм домашним животным?

«Каков урожай риса, такова и ситуация с голодом в мире», – сказал мне доктор Чарльз Балах, гуру американской программы разведения риса в Техасе, ныне вышедший на пенсию. Это человек, который знает своё дело. Он вывел сорт, удовлетворяющий вкусовые предпочтения большинства американцев. На эту задачу у него ушло 8 лет (15 лет обычно необходимо для достижения необходимой комбинации генов). Он отмечает: «Рис культивируется в Китае по

меньшей мере 7000 лет. Труды целых поколений сельских тружеников ушли на то, чтобы методом отбора лучших семян, извлечь «плохие» гены из вида, и очень легко можно случайно вернуть их обратно, когда мы пытаемся что-то улучшить».

Именно это и произошло, говорит доктор Роберт Дилдей из Исследовательского центра риса Университета Арканзаса: «Здесь селекционеры добивались высоких урожаев, но в процессе работы упустили из виду важные аспекты». К счастью, есть программа по сбору зародышевой плазмы, упомянутая выше. «Там хранятся тысячи самых обычных сортов, на первый взгляд представляющие малоинтересными. Но они могут обладать каким-то особым качеством, которое нам пока

не известно и, возможно, понадобится в будущем. В этом ценность и оправдание столь масштабной работы по сбору и хранению семян».

Доктор Дилдей очарован разнообразием: от Японского супер-риса (в два раза длиннее самого длинного зерна, как если бы человек был ростом 4 метра) до Пурпурных отрубей, которые во время цветения «окрашивают ваши пальцы, как будто вы собирали ежевику». Новый Зелёный супер-рис (с помощью Билла и Мелинды Гейтс и Китайской академии) черпает свою генетику выносливости из смеси 250 сортов риса. В результате получился твёрдый рис, который прекрасно растёт в тяжелых условиях и не требует гербицидов.

Американцы – относительные новички в выращивании риса: всего за 300 лет они селекционировали несколько сортов риса. Они неравнодушны к пшенице. Рис может прокормить половину мира, но в Америке он был экспортным товаром, известным в качестве второстепенного ингредиента в некоторых супах или в качестве редкого заменителя картофеля. Так было до сего дня. В Северной Америке происходит рисовая революция, а в Европе – меньшая по масштабам, вызванная осознанием Западом пользы традиционной азиатской кухни и растущим населением этнических групп, потребляющих рис. По сути, когда в 1960-х годах изменились иммиграционные законы, разрешившие въезд большому количеству азиатов, на призыв откликнулись миллионы. Из Таиланда, Камбоджи, Индии, Кореи и Китая они привезли с собой свою культуру, свою одежду, свой язык и, конечно же, свою любовь к рису.

Когда тайская домохозяйка приготовила техасский длиннозёрный рис (корни которого уходят в Индонезию, затем на Мадагаскар, а затем в Южную Каролину в XVII веке), она была не в восторге. Куда делся вкус? Что случилось со сладкими ароматами, к которым она привыкла? Ничего такого. Да и кто сможет есть этот «углевод янки» палочками для еды? Даже эпикуреец с чёрным поясом не смог бы справиться с этим сухим рисом, в котором каждое зернышко было отделено. В Индии говорят: «Рисинки должны быть как братья: близки, но не слипаться». Но тайцы привыкли к рису, который, как и тайцы, слипается (липкость риса определяется соотношением двух разных крахмалов, амилозы и амилопектина). Некоторые сорта настолько липкие что, если положить палочку для еды в миску с рисом, можно поднять всё её содержимое целиком. Тайские гурманы любят такие блюда. Они отламывают рис руками, обмакивая комочки в пряную подливу. Моя теория состоит в том, что в культурах, где едят



палочками, эволюционировали липкие сорта риса, люди, которые едят вилкой или ложкой, выбирают сухие рассыпчатые сорта, а те из нас, кто привык есть руками, выбирают что-то среднее.

Столкнувшись с голодными взглядами своей привередливой семьи, азиатские женщины оставили всякую надежду найти приличный рис в США и начали импортировать его тоннами. На 900 миллионов фунтов стерлингов только в прошлом году, это почти 10% всего риса, потребляемого в Америке. Фермеры, не отличавшие басмати (что означает «королева ароматов») от жасминового риса, внезапно проснулись в новой реальности. У азиатов очень тонкий вкус, и они не согласны ни на что меньшее, чем бабушкина домашняя стряпня на открытом огне. Они даже были готовы отдельно платить за качество. Старый басмати продавался почти по 12 долларов за килограмм! И колёса свободного предпринимательства завертели. Были инициированы дорогостоящие программы разведения риса, с единственной целью: производить и продавать в США ароматный рис, равный по качеству самому популярному из всех импортных сортов, – тайскому жасмину.

Тайский жасмин – королева короткозернистого липкого риса. Его запах манящий, его текстура описывается как «не слишком влажная, не слишком сухая», а вкус – пикантно-сладкий. Американские селекционеры импортировали тайский сорт из знаменитого Международного научно-исследовательского института риса в Маниле. Они скрестили его с высокопродуктивными филиппинскими семенами, добавили немного из одной ДНК, немного из другой, и спустя много лет отпраздновали крещение Жасмина 85. Он должен был стать убийцей импорта. Сотни гектаров земли были затоплены в Техасе под рисовые поля в 1989 году. Тайские повара тысячами таскали домой тяжёлые мешки с Жасмином 85, готовили его на пару по-деревенски, подавали и... больше никогда не возвращались. «Что случилось?» – маркетингологи недоумевали. «Что случилось?» – фермеры волновались. «Что случилось?» – раздумывали селекционеры риса. Никто не мог объяснить. На вкус и запах он был одинаковым. Готовили рис так же. Выглядел он так же. Он был дешёвым. И всё же проект потерпел грандиозное фиаско. Стали говорить, что к нему прикоснутся только крысы США. Тайские грызуны предпочли голодание. Что ж, такова история.

Эта реальная катастрофа стала поворотным моментом в сознании США в отношении риса. Американцы, которые гордятся тем, что являются самыми эффективными фермерами в мире, поняли, что они не могут обнаружить различий, которые легко заметили азиаты. Они совершили ошибку, не включив ни одного азиатского специалиста в свой комитет по качеству. «До этого опыта мы не осознавали всех его

Разнообразие: выше представлены пятнадцать из пятидесяти тысяч известных видов риса, из которых только один доминирует на западном рынке.

..... тонкостей. Или, может быть, не хотели в это верить. Теперь верим. Это началось с азиатов, но теперь англо-американцы начинают это понимать», – признался мне доктор Билл Уэбб.

Импорт продолжает расти, и американские исследователи теперь уважают предпочтения сильного азиатского рынка. На какое-то время они удвоили свои усилия, чтобы соответствовать качеству риса в Юго-Восточной Азии. В частном порядке они признаются: «Мы больше не пытаемся заменить рис из Индии и Пакистана, а разрабатываем своего рода басмати для бедняков». Они не могут просто завести семена риса и посадить их. Это противозаконно. Кроме того, рис приспособляется к климату, почвам и погодным условиям, не говоря уже о птицах, насекомых и болезнях. Все зёрна должны быть выведены в соответствии с условиями США. Те, кто расхваливал славу Техасского длиннозёрного риса, теперь с тоской говорят о приближении по качеству к Пенджабскому басмати или Итальянской арбории. В 1990-х годах они жадно разводили Пурпурные отруби, Испанскую бахию, Чёрную японку и десятки других сортов, надеясь захватить нишу растущего рынка специальных ароматных рисов.

Глобальные торговые соглашения, такие как ВОЗ и НАФТА, предусматривают план разведения ароматных сортов риса в США, поскольку теперь закон разрешает их импорт в обмен на экспорт высокопродуктивного американского риса, которым можно прокормить больше людей и животных по всему миру. На большинстве мировых рынков рисовая промышленность США сталкивается с жесткой конкуренцией со стороны азиатских поставщиков. Крупнейшей страной-экспортёром риса в мире является Таиланд, за ним следуют Вьетнам, Пакистан, Индия и Китай. Включая Соединённые Штаты, на эти шесть стран приходится более четырёх пятых общего объёма годового экспорта риса. Для справки: наш любимый рис, которому нет равных во всех трёх мирах, – это ворсистый Красный сельский рис (Red Country), известный как *урариси* на тамильском языке, выращенный на плодородных рисовых полях Джафны, Шри-Ланка.

..... **Эпилог.** *Как хорош рис, особенно поданный со специями. Как недорого обходится его приём два или три раза в день. Как нежны и свободны от пороков те, чья основная еда – рис.*



Благословенный путь сквозь философские джунгли

Ф И Л О С О Ф И Я

Шри Нимбарка. Жизнь и учение одного из величайших просветлённых Индии

Отрывки из древнего житийного писания «*Нимбарка Викранти*»,
переведённые на английский язык Брахмачари Врадживихари Шараном



Кто я? Почему я здесь? Кто все эти окружающие меня другие существа? Что представляет собой эта материальная вселенная? Каков источник всего этого? Как я связан с этим источником и этими другими существами? Эти вопросы тысячелетиями не давали покоя серьёзным мыслителям и искателям. В истории индуизма существовало шесть классических философских систем, пытавшихся разрешить эти загадки. Одна из них, *Веданта*, сохранилась до сих пор как система, представляющая собой квинтэссенцию индуистской философии. Однако существует несколько пониманий, или школ, *Веданты*. Древнейшая из дошедших до наших дней школ этой системы знания – это школа Шри Нимбарки.

Будучи достаточно отрешённым от мира социально-политических забот и желаний, чтобы стремиться к созданию всеобъемлющего движения, Шри Нимбарка основал школу вишнуитской *Веданты*, в которой видел продолжение аскетической традиции, переданной ему Шри Нарада Муни. Эта школа, получившая название «*Нимбарка Сампрадая*», происходит от аскетов и отшельников, полностью отвергавших участие в жизни внешнего мира. Их миссия состояла во внутреннем поиске, духовных усилиях, сочувствии к искренним и настороженном отношении к честолюбивым. Именно благодаря этой апатии по отношению к социальной жизни Шри Нимбарка и его традиция на протяжении многих веков не упоминались в исторических документах.

В индологических исследованиях последних лет (Ramnarace 2015, Malkovsky 2001, Agrawal 2000 и Satyanand 1997) вероятными датами жизни Шри Нимбарки считаются 620-690 годы, хотя в традиции Нимбарка сампрадаи разделяется утверждение «*Бхавишья Пураны*» о том, что он обрёл воплощение во время праздника *Картика Пурнима* в 3096 году до н. э., через шесть лет после того, как Бхагаван Шри Кришна закончил Свой земной путь. Независимо от того, принимаем ли мы датировку традиции или учёных, – в любом случае очевидно, что школа *Веданты* Нимбарки старше всех дошедших до наших дней школ философии.

Кем был этот загадочный *ачарья* (духовный учитель)? Чему именно он учил? Предлагаем вашему вниманию впервые переведённый на английский язык рассказ о жизни Шри Нимбарки, содержащийся в агиографическом произведении «Шри Нимбарка Викранти», составленном его ближайшим учеником Шри Аудумбарачарьей. Прежде чем перейти к рассказу о жизни Шри Нимбарки, мы обратимся к основным положениям его философии.

.....

Здесь изображён Парабрахман как объединённое сияние Шри Радха-Кришны. Шри Нимбарка Бхагаван сидит под маргозой, сложив руки в знак поклонения. Он представляет собой совместное воплощение Анируддхи, эманации Шри Кришны (через Сударшана Чакру), и Рангадэви Шакти, эманации Шри Радхи.



Философия Шри Нимбарки

Брахмачари Врадживихари Шаран

Если и существует какая-либо гармония в кажущейся какофонии теологических и философских теорий, населяющих заросли современной индуистской духовности, то это благодаря усилиям Бадараяны, автора «Брахмасутр». В этом тексте, состоящем из 555 изречений, он стремился синтезировать последовательный вывод (*анта*) из внутренне противоречивой на первый взгляд совокупности божественных откровений (*Самхиты*, *Брахманы*, *Араньяки*, *Упанишады* и *Сутры*, принадлежащие к различным редакциям четырёх Вед). Из этого афористического компендиума развилась система, известная под названием «*Веданта*» (изначально этим термином обозначались *Упанишады*), в которой было успешно продемонстрировано, что все указанные писания на самом деле гармонично соотносятся между собой в связи с тем, что основой для всех них является Брахман.

Однако секреты его таинственного учения были прерогативой ограниченного круга самых целеустремлённых духовных искателей, и они оста-

могла быть основана школа *Веданты*. Шри Рамануджачарья, Шри Мадхвачарья, Шри Валабхачарья придерживались другой точки зрения, основанной на писании, согласно которой Высшее существо сохраняло личностный аспект, и считали взаимоотношения верующего с Богом основным средством освобождения (*мокша-садхана*).

Шри Шанкарачарья часто использовал доказательства «*пурвапакша*» (лат. *prima facie* – доказательства, достаточные при отсутствии опровержения) для пояснения своих утверждений и формулировки доктрин других школ, которые он считал несовершенными. В основном он вёл полемику с доктринами, принадлежавшими к направлению «*Бхедабхеда*» (известному также под названием «*Двайтадвайта*»), являющемуся, как считают учёные, старейшим философским толкованием Веданты, – это подтверждается также в буддийских писаниях, составленных до VIII века. Некоторые из них даже утверждают, что «*Брахмасутры*» были составлены на доктринальном основании «*Бхедабхеда*». Из различных религиозных мыслителей, принадлежавших к данному направлению (таких как Бхартрипрапанча, Бхаскара, Ядавапракаша и другие), древнейшая непрерывная традиция этой философии принадлежит школе толкования «*Свабхавика-Бхедабхеда*», основанной Шри Нимбаркачарья Бхагаваном, на которого Шри Шанкарачарья нацеливал большую часть своей полемики (особенно в своём комментарии к «*Брихадараньяка Упанишаде*»).

Шри Нимбарка составил краткий комментарий к «*Брахмасутрам*» под названием «*Ведантапариджатакаурабха*» («*Аромат райского цветка Веданты*»), в котором он защищал древнюю философию «*Бхедабхеда*» от нападков новой доктрины, распространявшейся Дхармакирти, жившим в VII веке буддийским монахом из древнего Университета Наланды, настойчиво противостоявшего духовности *Веданты*. Шри Шринивасачарья, преемник Шри Нимбаркачарья Бхагавана, в начале своего под-

слева: три эмблемы Нимбарка сампрадаи: Сударишана Чакра (диск), Тилака Всевышнего и Панчаджанья Шанкха (раковина). Справа: Нимбарка Бхагаван погружён в поклонение священному образу Шри Сарвешвара Бхагавана, который передал ему Шри Нарада Муни (держит в руках вину). Нарада получил его от четырёх мудрецов: Санаки, Сананданы, Санатаны и Санаткумары, получивших его от Самого Нараяны в воплощении Шри Хамсы (Белого лебедя).

комментария, «*Ведантакауштубха*», утверждал, что его гуру распорядился, чтобы он продолжил объяснение, начатое в «*Ведантапариджатакаурабхе*», для устранения всех остающихся у духовных искателей сомнений в отношении толкования в доктрине «*Бхедабхеда*» ведийских писаний.

Почему доктрина «*Бхедабхеда*» так важна для индуистской дхармы? Все направления индуистской философии исходят из того, что ведийские тексты (*Самхиты*, *Брахманы*, *Араньяки* и *Упанишады*) представляют собой божественное откровение. В *Упанишадах* содержится огромное количество положений по разнообразным вопросам, но из них трудно вывести единую точку зрения относительно понимания некоторых важнейших моментов, основным из которых является определение и взаимосвязь трёх основных онтологических категорий: «*Брахман*» (Высшая душа), «*Джива*» (индивидуальная душа) и «*Джагат*» (творение). Являются ли Высшая душа и индивидуальная душа одним и тем же или они различны? Является ли вселенная иллюзией и поэтому не существует в реальности или она существует, но имеет временный характер? В разных частях некоторых *Упанишад* можно найти противоречащие друг другу ответы на данные вопросы.

Шри Шанкарачарья использовал уникальный подход для устранения этих противоречий в своей теории «*Кеваладвайта*»: он считал, что утверждения Упанишад об иллюзорной сущности бытия и единстве *Брахмана* и индивидуальной души представляют собой высшее

знание, тогда как все утверждения об ином относятся к знанию более низкого уровня. Шри Мадхвачарья поменял эти утверждения местами в своей формулировке «*Двайты*» и относил утверждения о различии к высшей мудрости. Шри Рамануджа в своей «*Вишиштадвайте*» подчинил утверждения о различии учению единства. Однако ещё до всех этих духовных учителей Шри Нимбарка просто учил тому, что если *Веды* являются божественным откровением, то ничто из содержащегося в них не может быть низшим знанием, все имеющиеся в них утверждения должны рассматриваться равным образом относящимися к высшему знанию. Эта всеобъемлющая доктрина «*Свабхавика-Бхедабхеда*» («естественное одновременное различие и единство»), изложенная Шри Нимбаркой, позволяла объяснить параллельное наличие двух видов утверждений. Такой подход требует интеллектуальной открытости и всеобъемлющего взгляда, что не могло устроить все категории духовных искателей. Поэтому Господь дал возможность указанным духовным учите-

для возвращения к Божественному, способные удовлетворить все возможные точки зрения. Во-вторых, это учение позволяет понять то многообразие, которое существует в этом творении, как различные проявления Божественного и обрести радость в этом многообразии. Согласно философии *Бхедабхеда*, раскрытие разума и обретение смирения в сердце – это первая ступень на пути духовного развития. В-третьих, она поощряет нас к изучению окружающего мира и действительно осознанию временной природы тех удовольствий, которые он предлагает. Результатом такого подхода становится обретение способности к различению между теми целями, которые способны принести нам временное счастье, и теми, которые ведут нас к счастью вечному.

Наконец, это учение позволяет нам исследовать множество путей взаимодействия с Божественным. Если мы находим покой в медитации на единстве с Божественным – это полностью приемлемо, точно так же, как и медитация на установление каких-либо отношений с Высшим началом.



лям основать свои традиции. Философия Шри Нимбарки также послужила основой для учений более поздних религиозных учений, таких как «*Шудхадвайта*» Шри Валабхачарья и «*Ачинтья Бхедабхеда*» Шри Чайтанья. Даже «*Вишиштадвайта*» Шри Рамануджи является не чем иным, как перефразированием толкования его духовным учителем Шри Ядавапракашей учения «*Свабхавика-Бхедабхеда*».

Итак, что означает доктрина «*Свабхавика-Бхедабхеда*» для духовного искателя? Во-первых, и прежде всего, она позволяет полностью охватить писание в его величественном многообразии. Всевышний создал всех нас с разными складами ума и предрасположенностями в соответствии с нашей предшествующей *кармой* и установил разрешённые пути

Находим ли мы удовлетворение в принятии Высшего существа как начала, или источника, энергии сознания или же предпочитаем видеть в Высшем начале своего друга, наставника, родственника, правителя или возлюбленного – всё это приемлемо. *Бхедабхеда* предоставляет твёрдое теологическое основание всем духовным искателям для переживания разрешённой в писании связи с Божественным началом таким способом, который более всего подходит каждому из них. Единственное условие заключается в честности с самими собой и достижении необходимого зрелости для принятия многообразия и исключения фанатичной приверженности какой-либо одной философии, утверждающей себя единственно правильным учением.



Жизнеописание Шри Нимбарки Бхагавана

Отрывки из древнего житийного писания «Нимбарка Викранти», переведённые на английский язык Брахмачари Ваджривихари Шараном

А уховно плодородную землю *Бхараты*, как традиционно называлась Индия, омрачали многочисленные деспотические эпохи. Всего за пятьдесят лет до воплощения Шри Шанкарачарьи Бхагаватпады индуисты, совершавшие паломничества, были обложены налогом, массовые празднова-

злопахатели из числа брахманов старались дискредитировать, а в некоторых случаях и причинить вред таким честным учителям, придерживавшимся *дхармы*.

В городе Матхура, столице района Бадж, который Господь избрал для начала Своего земного пути 5242 года тому назад, ситуация была отчаянной. Матхура как крупный город на пересечении торговых путей, охватывавших не только всю территорию *Бхараты*, но также тянувшихся от Рима на западе до Китая на востоке, имел большое стратегическое значение. Значительный объём проходившей через город торговли и широкие возможности для налогообложения делали захват Матхуры приоритетной задачей для царей. Неиндуистские правители возвели множество огромных религиозных зданий в стремлении отвлечь индуистов от простых древних храмов и монастырей. Немногие оставшиеся индуистские аскеты избегали заходить в город и продолжали медитировать в рощах вокруг Матхуры, включая священные чащобы Вриндаваны. К несчастью для них, даже их *аширамы* не уцелели, и поэтому большин-

и прибыли в крупный город Пратиштхана (современный Пайтхан) непосредственно перед началом священного месяца *Маргаширши* (ноябрь-декабрь). Они узнали, что обитель великого мудреца находится в близлежащей деревне Вайдурья Паттанам (современный Мунги) на южном берегу реки Годавари.

Придя в *аширам*, *садху* были растроганы до слёз представшим перед ними ностальгическим зрелищем, которое было недоступно в Бадже (Ваджа или Ваджабхуми, санскр. – «Земля пастбищ», обширная историческая территория, связанная с местом рождения и юных лет Шри Кришны, частью которой является Матхура и Вриндаван, и считающаяся с древних времен центром развития индийской культуры. Прим. ред.) уже на протяжении многих десятилетий: молодые *брахмачарьи* декламировали *Веды*, жёны живших здесь ясновидцев готовили ужин, а Шри Аруна Риши сидел под маргозой и делился знанием «Чхандогья Упанишад» с более подготовленными учениками.

Аруна Риши принял *садху* с традиционным ведийским гостеприимством и был очень расстроен, когда узнал, что Бадж, и особенно Матхура и Вриндаван, были теперь небезопасны для поклоняющихся Господу. Для решения этой проблемы он призвал их совершить в его *ашираме* *Гопаладжню* (огненный ритуал, посвящённый Всевышнему в образе Шри Гопала) с искренней верой в обещание Господа принимать воплощение каждый раз, когда наступает упадок *Дхармы* («Бхагавадгита», 4.7-8). Они должны были совершить эту *яджню*, проводимую в течение месяца, во время священного месяца *Маргаширши*, который так близок Господу («Бхагавадгита», 10.35).

Слева: Шри Нимбарка приходит в прославленный храм Анантападнабхасвами в Керале для даршана. На рисунке можно видеть мурти Вишну, возлежащего на змее Шеше, в близлежащем пруду. Брахманы совершают пыльную *яджню*, предназначенную скорее для богатых заказчиков, чем для Бога. Некоторые из заказчиков оставляют церемонию, чтобы приветствовать пришедшего святого, что раздражает местных брахманов. Справа: Вишрам гхат во Вриндаване, штаб-квартира Нимбарки Сампрадаи со времён Джгадгуру Шри Кешавакашмири Бхатачарьи (XV век) до 1560-х годов, когда Джгадгуру Свами Парашурама Дэвачарья перенёс её в Салемабад, Аджмер, в Раджастхане.

По окончании ритуала, в благодарность за предоставление такой возможности, *садху* захотели выразить свою признательность Аруна Риши в виде своего благословения. Так как у мудреца и его жены не было детей, они благославили их, сказав, что милостью, обрётённой с помощью проведённой *Гопаладжни*, Господь не оставит без внимания желание этой четы обрести потомство, а также восстановит *Дхарму* в Бадже.

Высшее существо и любовь верующих

В сердцевине внутренних миров бытия лежит Вечный Источник, в котором берёт начало всё творение – с мирадами вселенных, измерений, существ, видов материи и антиматерии. *Пураны* учат, что существует иерархия миров, управляемых различными проявлениями Высшего существа: *Индралока* – это царство Индры, в *Питрилоке* пребывают предки, *Брахмалока* – это мир Брахмы, *Шивалока* – владение Шивы, а *Вайкунтха* – обитель Нараяны. Эти миры и создания существуют на протяжении творения. Однако в самом начале всё существовало в непроявленном состоянии чистого света, вечности, сознания и блаженства. Именно в этот свет всё погрузится в конце времени; этот свет, Парабрахман, является источником всего сущего.

Согласно вишнуитскому толкованию «Ригведы», «Маханараяна Упанишад» и «Бхагавадгиты», вечной формой Парабрахмана является Владыка Шри Хари. В начале творения Шри Хари проявляет эманации «*Чатурвьях*» (Васудэва, Санкаршана, Прадьюмна и Анирудха), затем Брахму, Вишну-Нараяну и Шиву (каждый из которых управляет одной из трёх *гу*), а потом всех других божеств, эманации, воплощения

и духовных существ. Из всех его разнообразных форм для медитации на Шри Хари используется его способность поддержания мира, олицетворяемая Нараяной.

Из мира *Вайкунтха* Нараяна услышал, о чём говорили *садху* с Аруна Риши. Всезнающий Владыка обратился к Своему наиболее преданному личному помощнику, *Сударшана Чакре*, – олицетворению божественного диска, устраняющего боль, страдания и невежество поклоняющихся, дабы они могли достичь Высшего начала. В своей сущности Шри Сударшана является проявлением энергии Шри Анирудхи, одного из аспектов «*Чатурвьях*».

В «Бхавишья Пуране» Сута джи сообщает следующее: «Слушайте рассказ о делах божественной души Нимбарки. Высший Владыка сказал ему: «О, могущественный Сударшана, чьё сияние не уступает сиянию миллиона солнц! Выполни это задание по Моему поручению: укажи божественный путь для тех, кто ослеплён невежеством» («*Прагисаргапарван*», 7.68-69).

Владыка указал Шри Сударшане воплотиться в районе Тайланга, к югу от реки Нармады, в *ашираме* Аруна Риши на южном берегу реки Годавари. В конце концов, он встретит Шри Нарада Муни, который посвятит его в самые сокровенные тайны писаний. Обладая этим знанием, он обретёт способность созерцания Всевышнего в Изначальном,



Вечном Состоянии. Получив такую власть, он должен будет восстановить *Дхарму*: «Ты должен восстановить *Дхарму* в Моих землях, в Матхуре, Наймишаране, Двараке, Бадрикашраме, Сударшанашраме и во многих других, о, безупречный!» Произнеся «*Аум*», Шри Сударшана принял приказ Владыки, и исполненный желаний истинных Его приверженцев воплотился на Земле» («*Прагисаргапарван*», 7.71-73).

Воплощение Шри Сударшана Чакры

На Земле же во время *пурнахути* в священном огне появились благоприятные знаки, что свидетельствовало об успехе *Гопаладжни* и об исполнении благословения, посланного *садху риши* и его жене. *Садху* из Баджа отправились обратно в Матхуру, уверенные в том, что их желания вскоре будут исполнены.

После ухода *садху* одним прохладным зимним вечером месяца *Пауша* Аруна Риши увидел перед собой чистый свет. Этот свет неожиданно переместился в сердце Аруна Риши, и он ощутил наслаждение от божественного присутствия, – он не понял, что произошло, но, тем не менее, пришёл в благодатный трепет. Когда Джаянти Дэви подошла к мужу за благословением после вечернего поклонения, он положил руку на её голову, и эта световая энергия перешла из его сердца в её разум. С течением времени Аруна Риши с радостью заметил признаки беременности у своей жены и понял, что благословение *садху* из Баджа принесло желаемый результат.



ния таких основных фестивалей, как *Дивали*, были запрещены, статуи божеств силой выносились из храмов, а за обращение в другую веру неиндуистские правители платили значительные суммы. Однако на периферии преданные последователи индуистской *дхармы* прилагали все усилия для сохранения учения *Вед* для будущих поколений, даже под угрозой наказания и смерти. Брахманы, ранее получавшие помощь от государства, теперь оказались без содействия царей. И хотя большинство из них оставались преданными *дхарме*, даже если это означало владение нищенского существования, значительное число обращалось к совершению всё более суеверных ритуалов в попытке найти новые источники пропитания. И когда мудрецы обращались к писанию, чтобы показать людям, что эти странные нововведения не имели под собой никакого основания, некоторые

ство *садху* Матхуры перешли к бродячему образу жизни, продолжая свои медитации в этом наполненном благочестивыми вибрациями лесу. Когда их начинали преследовать в каком-либо месте, они уходили в другое; истинные *садху* находят Бога везде, где бы они ни были.

Садху Баджа встречают Шри Аруна Риши

Одна из таких групп *садху* решила изменить ситуацию к лучшему. Они слышали об одном из последних *аширамов*, в котором находился великий потомок Риши Бхригу – Шри Аруна Риши. Этот великий Риши и его жена Джаянти Дэви были очень бедны, но они не запрещали тысячам убеждённых последователей строить хижины возле их дома, и таким образом возник знаменитый «*Арунаширама*». Осенью *садху* отправились в путь, следуя торговому пути из Матхуры к западным морским портам,



В тихом, прохладном воздухе в день полнолуния месяца *Картика* Луна находилась в созвездии *Криттика* (Плеяды) знака *Вришабха* (Телец), *Меша* (Овен) был восходящим, а *Чандра* (Луна), *Мангала* (Марс), *Будха* (Меркурий), *Брихаспати* (Юпитер) и *Шани* (Сатурн) находились на подъёме. Такое чрезвычайно благоприятное космическое расположение оповестило о явлении божественного воплощения. Преследования *садху* и монастырей неожиданно стихли, и огонь вечернего ритуала *агнихотра* стал гореть ярче; цветы расцвели, животные спокойно отдыхали, а человечество было настроено миролюбиво. Боги возрадовались на небесах и предки были наполнены восторгом, когда точно в момент *сандхья*, вечерних сумерек, величественное сияние Владыки Сударшаны родилось из утробы Джаянти Дэви.

Ранние годы Шри Нимбарки

Во время церемонии «*Намакарана*» («имянаречения») божественному младенцу, проявившему значительные познавательные способности, было дано имя Ниямананда. Другими данными ему именами были Аруни («сыны Аруна Риши»), Джаянтея («сын Джаянти») и Хариприя («любимец Хари»). Когда мальчику было пять лет, Аруна Риши к своей величайшей радости заметил, что, вместо того чтобы играть с детьми, Ниямананда предпочитал сидеть часами, слушая преподавание *Вед* ученикам. При приближении восьмилетнего возраста сына Джаянти Дэви организовала обряд наделения священного шнура («*упанаяна самскара*»). Согласно *ведийскому* ритуалу, Аруна Риши одел на своего сына

близлежащие леса и рощи. В роще на полпути между Барсаной, районом воплощения Шри Радха Дэви, и Говардханой, куда Шри Кришна водил пасти своих коров, Ниямананда попросил родителей остановиться и построить их новое жилище. Позже это место станет известно как Нимбаграма, или Нимгаон, священная земля, где Ниямананда совершал свои аскетические подвиги.

Шри Сударшана получает имя «Нимбарка»

Брахма, архитектор творения, Божество, управляющее *гуной раджаса* и дедушка всех живых существ, представляет собой продолжение Всевышнего и Его приверженца, вечно находящегося в состоянии медитации на Него. Он заметил, что в правой руке Нараяны ничего не было: исчезла *Сударшана Чакра*. Хотя на Земле прошло восемь лет с момента воплощения Ниямананды, для Брахмы прошёл ничтожно малый промежуток времени: Его двенадцать часов (одна *кальпа*) равна 1000 *махаяугам* (4,32 миллиарда земных лет). Зная, что Брахма хочет видеть *Сударшану*, Нараяна отправил его, чтобы подать Ниямананде сигнал к началу его миссии. Брахма решил принять облик буддийского монаха, которые в то время, как правило, не пользовались авторитетом у индуистов, чтобы проверить Ниямананду.

Однажды вечером Аруна Риши отправился на берег реки Ямуны для вечернего поклонения, а Джаянти Дэви собирала цветы. Маленький Ниямананда играл с другими детьми, когда буддийский монах пришёл в *ашрам*. Монах сказал, что медитировал в близлежащем лесу, но,

Слева: знаменитый момент посвящения, когда Шри Нарада Муни благославляет Шри Нимбарку Бхагавана (сидит). Он также передаёт ему Божество Шри Сарвешвара, которое лучезарно светится справа. С левой стороны мы видим четырёх лучших учеников Шри Нимбарки: трёх монахов и одного домохозяина. Справа: на Нимбарку Бхагавана ночью в лесном лагере нападают завистливые брахманы. Не сумев поразить его с помощью оружия, они поджигают его хижину. Шри Падманабхасвами появляется, чтобы покарать толпу, но Нимбарка Бхагаван, используя огонь как защитную стену, просит Всевышнего простить их.

поскольку он был буддистом и его здесь не знали, его попытки просить милостыню во многих домах были встречены отказом. От отчаяния он забрёл в эту обитель. Выказав сострадание горестям монаха, Ниямананда пригласил его отдохнуть, пока готовится еда. Однако монах был безутешен. Он объяснил, что уже темно, и он должен поститься, потому что его обеты позволяли ему есть только до захода солнца.

Ниямананда успокоил монаха, сказав, что это только казалось, будто солнце зашло, из-за густых джунглей, окружавших *ашрам*. Он указал на группу деревьев *ним* (*нимба*, маргоза, лат. *Azadirachta indica*) и произнёс: «Смотри! Солнце как раз находится за этими деревьями. Пожалуй-ста, поешь!». Увидев солнечный свет, монах с удовольствием съел предложенную ему еду. Как только он закончил есть, солнце сразу же исчезло. Бывшие рядом водяные часы показывали, что, на самом деле, после захода солнца уже прошло полтора часа. Убедившись в духовных способностях Ниямананды, монах предстал перед ним в своём истинном облике Брахмы. Ниямананда немедленно пал перед ним ниц и просил о прощении, поскольку солнце среди маргоз было в действительности его собственным сиянием, которое он из чувства сострадания к монаху спроецировал таким образом, чтобы оно приняло образ солнца.

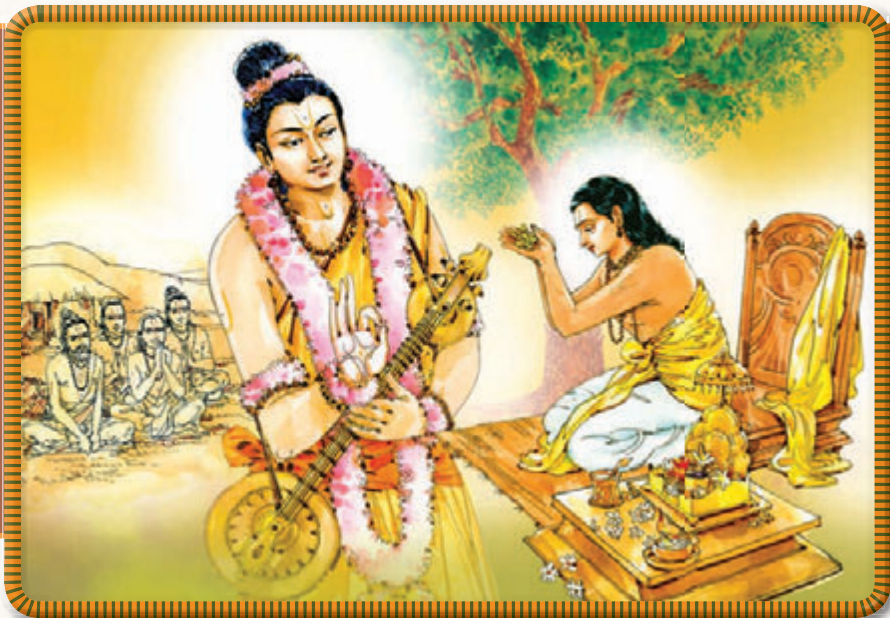
Брахма успокоил Ниямананду, повторив наставление Всевышнего: «О, могущественный Сударшана, чьё сияние не уступает сиянию миллиона

солнц! Укажи божественный путь для тех, кто ослеплён невежеством. Теперь ты должен выполнить миссию, ради которой воплотился. Вскоре после моего ухода придёт мой сын Нарада Муни и объяснит подробнее. А поскольку ты показал мне солнце («*арка*») среди деревьев ним («*нимба*»), то отныне ты будешь известен под именем «Нимбарка» среди людей и особенно в писании» («*Ачарьячаритам*», «*Адьячарьячаритра*», 3.37-39).

Брахма затем поведал Нимбарке о его предыдущем рождении в качестве великого Хавирдхана Муни, явившегося, чтобы устранить разногласия во время великого собрания мудрецов и провидцев, состоявшегося в Наймишаране во время *Двапара юги* под руководством Шаунака Риши.

удовлетворить просьбу сына, он медитировал на Всевышнего в поисках решения.

Выслушав молитвы Аруна Риши, Господь обратился к своему приверженцу Нарада Муни, сыну Брахмы, рождённому его разумом, и указал, что настало его время поделиться тем знанием, которое было передано ему старшими братьями, четырьмя близнецами Санака, Санандана, Санатана и Санаткумара. Эти четыре мудреца были учениками Шри Хамсы («лебедя»), воплощения самого Шри Хари. *Веданта*, тайная *муламантра* (корневая мантра), глубокие религиозные знания и поклонение Божеству в извечной форме *Шри Сарвешвара Шалаграмы* – всё, что было изначально дано Всевышним этим четырём мудрецам, теперь



священный шнур, носимый через левое плечо (*яджнопавитта*), и посвящал его в священную *Гаятри Мантру*. Вскоре после этого был совершён ритуал начала изучения учеником *Вед* («*ведарамбха*») и началось формальное религиозное обучение мальчика. Вскоре Ниямананда в совершенстве изучил весь обширный ведийский канон: четыре *Самхиты*, *Брахманы*, *Араньяки* и *Упанишад*ы, а также *Сутры* и *Смрити*.

Перемещение в духовные земли

Ниямананда был зачарован рассказами своего отца о различных воплощениях Шри Хари и особенно повествованиями о жизни Бхагавана Шри Кришны. Однажды ещё одна группа *садху*, пришедшая из Баджа, посетила *ашрам*, и Ниямананда загорелся желанием жить в Бадже. Аруна Риши и Джаянти Дэви, осознавая, что их сын – необычный ребёнок, согласились с ним. В сопровождении нескольких отрекшихся от мира душ Аруна Риши, Джаянти Дэви и молодой Ниямананда отправились в Бадж, останавливаясь по дороге для поклонения в различных святых местах. Наконец, они прибыли в Бадж, где посетили место воплощения Шри Кришны в Матхуре. Опечалившись из-за того, что эта земля переполнена людьми, не верящими в Шри Кришну, они ушли в



Брахма сообщил также, что Шри Нарада Муни расскажет ему о всех его предыдущих воплощениях, а также о положении в вечности. Нимбарка продолжал кланяться от радости, лицезрея Брахму, великого архитектора вселенной. Брахма, улыбаясь, исчез.

Слава Дикша гуру. Возвращение в начало

После описанной встречи с Брахмой Нимбарка стал задумываться о важнейших вопросах жизни. Обнаружив, что в писании иногда высказываются противоречивые точки зрения, он попросил своего отца научить его их гармоничному пониманию с учётом этих различий. Аруна Риши было известно, что когда-то давно существовала система *Веданты*, основанная на трудах Бхагавана Бадараяны, в которой содержались ответы на эти вопросы. Однако учителя традиции *Веданты* подвергались преследованиям на протяжении нескольких столетий, и на Земле не было истинных представителей *Веданты* ещё в те времена, когда сам Аруна Риши был учеником. Понимая свою неспособность

должно было обрести своего первого человеческого получателя в лице Шри Нимбарки Бхагавана.

Нарада Муни с благоговением поклонился Шри Хари и спустился на Землю, испытывая трепет от возвращения на святую землю Баджа. Увидев Шри Нарада Муни, Аруна Риши и Шри Нимбарка простёрлись на земле перед этим божественным гостем. Шри Нарада Муни пояснил, что он пришёл, чтобы научить Шри Нимбарку высшей истине: «Нимбарка! Ты являешься воплощением Шри Сударшаны, всегда повинующегося указаниям Высшего Бога Шри Кришны. Поэтому сейчас я совершу обряд посвящения, которого ты достоин» («*Ачарьячаритам*», «*Адьячарьячаритра*», 4.8-9).

Шри Нарада Муни посвятил Шри Нимбарку, совершив обряд «*паньча-сам-скара-вайшнава-дикша*», и передал ему высшее духовное знание. Он научил его ритуалам «*Паньчаратра Агамы*», а также высшему знанию *Свабхавика-Бхедабхеда Веданты*, которое является наиболее последовательным философским пониманием писания. Наконец, он



даровал Шри Нимбарке *Шри Сарвешвара Шалаграму*. Передав Нимбарке последнее указание восстановить Дхарму на этой земле, Шри Нарада Муни возвратился в обитель Господа.

Начало выполнения миссии

Будучи наполненным решимостью достичь созерцания Бога в его изначальной вечной форме, Шри Нимбарка начал совершать подвижничество в соответствии с указаниями своего гуру. Он отказался от мирской жизни, следовал правилам «*наиштика брахмачарья*» (постоянное и полное умственное и физическое целомудрие), стал *санньясином* и получил имя «Шри Нимбарка Муни». Он погрузился в джапу (ритуальное повторение) *мантр*, полученных им при посвящении, а также в медитацию на Всевышнего. Он полностью отказался от твёрдой пищи и для

Его родители с радостью остались в *ашраме*, тогда как отвергший земные привязанности Шри Нимбарка взялся за исполнение своей миссии.

Очищающие следы. Духовное возрождение Бхараты

В сопровождении нескольких учеников Шри Нимбарка начал ходить по стране, останавливаясь на ночлег в лесах рядом с попадавшимися по пути деревнями и городами. Он отправился в путь весной и пошёл на север, прошёл Индрапрастху, а затем совершил поклонение в Харидваре, Ришикеше, Ганготри, Ямунотри и, наконец, в Шри Бадринатхе. Затем он направился к Шри Муктинатхе и Дамодаракунде, располагавшимся высоко в Гималаях. Поклонившись природному источнику всех *Шалаграм* в Дамодаракунде, а также Шри Сарвешваре Бхагавану в священных водах этого озера, он повернул на юго-восток и направился в Пури.

привёл его к берегу. Благодарные спасённые хотели отблагодарить Шри Нимбарку крупной суммой денег, но отречённый *ачарья* попросил их вместо этого использовать своё богатство для помощи бедным и нуждающимся людям в этом районе. Все спасённые стали его учениками. Считается, что некоторые из них являются предками Шриманта Шанкарадэва, основавшего в XV веке религиозное течение «*Махануруксия Дхарма*» и многие *саптры* (монастыри) на острове Маджули (крупнейшем в мире речном острове).

Продолжив свой путь на юг, Шри Нимбарка достиг Пури, где он поклонился Шри Джаганатхе, Шри Балабхад্রে и Шри Субхадра Дэви в их обителях и затем направился дальше. Он видел, что вокруг не только распространялись различные атеистические философии, снискавшие множество поклонников, но также многие проповедники, утверждавшие о своей приверженности вечной *Дхарме*, были в действительности или настолько помрачены, что их взгляд на реальность находился во власти предрассудков, или же были шарлатанами, вытягивавшими деньги из любого возможного источника. Святые места находились в разрухе, храмы пребывали во власти жаждавших наживы негодяев, стремившихся к присвоению подношений божествам для пестования своих пороков.

Нимбарка направился на поиски ручья, чтобы искупаться, перед ним предстало божественное зрелище: легендарный мудрец Агастья Риши сидел на берегу Рамаганги (Раманади), притока реки Тамрапарни (Тамирабарани). Но мудрец выглядел опечаленным. Увидев Шри Нимбарку Бхагавана, он склонился перед ним и объяснил, что когда-то давно река вышла из берегов и смыла его *ашрам* вместе с учениками. Агастья Риши знал, что все погибшие поднялись на более высокие уровни существования; но несколько выживших *риши* проклинали реку и сказали, что, поскольку она совершила брахмахатю («убийство брахмана»), она была запятнана кровью убитых и должна была стать кровавой рекой. Агастья страдал из-за того, что даже по прошествии тысячи лет эта река, источник жизни и плодородия от этих мест и до самой южной оконечности Индии, всё ещё была мертва, и это стало причиной нищеты и страданий всего региона.

Сказав мудрецу не беспокоиться, Шри Нимбарка подошёл к кровавой реке и коснулся воды пальцем правой ноги. Река немедленно стала прозрачной. Вскоре в воде появилась рыба, и окрестности снова зазеленели. В царства возвратилось счастье, и Агастья Риши был преисполнен радости. Поняв, что Шри Нимбарка был божественным существом,



поддержания своего тела пил лишь невыносимо горький сок, выжатый из листьев маргозы.

День за днём его духовный жар возрастал, и, наконец, он достиг созерцания Высшего Бога, Шри Хари, в вечной, изначальной, наиболее тайной форме, о которой говорится в писании, – в объединённой форме Шри Радха-Кришны. Он узнал о всех своих прошлых воплощениях, а также о предстоящих ему в будущем; он осознал, что его вечным состоянием является *Шакти Рангадэви*, ближайшая помощница Всевышнего. Он был по существу объединённым воплощением эманации Шри Кришны – Анирудхи – через Сударшану и эманации Шри Радхи – Рангадэви. Он помнил наказ Господа, приведший его на Землю. Его родители и все, кто жил в *ашраме*, стали свидетелями всего описанного развития событий и осознали, что Шри Нимбарка действительно является божественным воплощением. Отныне они называли его «Шри Нимбарка Бхагаван» и учились у него истинному знанию относительно всего бытия.

Во время спуска по отрогам Гималаев в той местности, которая сейчас входит в Ассам, его ученики разбили лагерь на берегу полноводной реки Брахмапутры. Они остались там на несколько дней, чтобы снова привыкнуть к жаре равнины после прохладных гор, наблюдая за осенним половодьем этой реки.

Как-то днём Шри Нимбарка гулял по берегу реки и услышал отчаянные крики о помощи, которые издавали почти 100 человек, с терпеливого бедствия от разбушевавшихся вод большого торгового судна. Тем временем, судно пошло ко дну, и люди оказались в стремительно несущемся потоке реки. Продолжая в беспомощном отчаянии наблюдать за происходящим, один из учеников заметил, что Шри Нимбарки нигде не было видно. В следующий момент раздались крики радости и удивления, так как судно волшебным образом снова поднялось на поверхность. Посреди державшегося теперь на воде судна сидел Шри Нимбарка. Он помог всем, кто оказался смыт за борт, подняться на судно и благополучно

Слева: в лесу неподалёку от Двараки группа экстремистов проводит джайнский фестиваль, прогнав всех верующих в Веды из этого района. Разъярённые визитом ведийского ачарьи, они хотят убить его. Благодаря вмешательству и благословению Владыки Дваракадхиша, когда Шри Нимбарка касается земли пальцем правой ноги, из этого места вырывается поток воды, не дающий нападающим подойти. Поражённые этим чудом, атакующие расклинаются и просят защиты у Владыки Дваракадхиша. Справа: великий Пандит Видьянидхи сидит под баньяном. Его гуру, Бхагаван Шри Нимбаркачарья, благославляет его самопознанием, так как он является воплощением Паньчаджанья Шанкхи, олицетворением раковины Шри Кришны, родившейся для укрепления Санатана Дхармы через проповедь истинной сущности писания. Ученик держит свиток, на котором написаны десять двухстрочных стихов, сочинённых Пандитом, – «Веданта-камадхену» – кратчайшее изложение «Брахмасутр» из когда-либо составленных. Слева удаляется группа буддийских монахов. Так Шри Нимбарка сохранил Матхуру в качестве индуистского святилища.



Однако, когда Шри Нимбарка проходил по этим местам, люди оставляли свои дела и приходили смотреть на подвижника, излучавшего духовную энергию. Они чувствовали, как их скорби и страдания испаряются, и ощущали блаженство от одного лишь утешительного слова Нимбарки, наполненного глубоким знанием сущности писания. Люди тысячами оставляли безразличные практики и возвращались под крыло ведийской Дхармы. В каждом районе Нимбарку приглашали состояться в прениях с лучшими мыслителями, и в полемике с ними он снова утверждал верховенство ведийского пути с помощью знания, переданного ему Шри Нарада Муни. Некоторые из его оппонентов даже отреклись от мирской жизни и стали *санньясинами* святой монашеской общины Шри Нимбарки. Число отрекшихся медленно, но неуклонно возрастало, и вскоре группа путешественников состояла из тысяч *санньясинов*. Однако в своём сердце Шри Нимбарка постоянно пребывал в медитации на Парабрахмана, Бхагавана Шри Радха-Кришну.

Шри Нимбарка встречается с Шри Агастьей Риши

Шри Нимбарка и его ученики направились дальше на юг и проходили через горы Подигей (Агастия Малей). Однажды утром, когда Шри

он попросил монаха показать свою скрытую форму. Полное сострадания воплощение показало себя в виде *Сударшана Чакры*, а затем показало источник *Сударшана Чакры*, Анирудху, державшего в своих трёх руках раковину, булаву и цветок лотоса, а четвёртой посылавшего благословение. Войдя в религиозный экстаз от этого зрелища, Агастья Риши попросил великого *ачарья* раскрыть цель своего воплощения, и они провели остаток дня, вместе прославляя Господа. Затем видение Агастьи Риши исчезло, и Шри Нимбарка возвратился к своим ученикам.

Шри Анантападнабахасвами, Спаситель Спасителя

Тамильская литература древнего периода *Сангам* прославляет Всевышнего в Его форме Шри Анантападнабахасвами, Владыки Падманабхи (Нараяна с растущим из его пупка лотосом, из которого появляется Брахма), возлежащего на Ананта Шеше (божественном змее). Малайские ученики Шри Нимбарки рассказали ему, что жадные брахманы прогнали благочестивых жрецов храма Шри Анантападнабахасвами и проповедовали нелогичные и основанные на предрассудках измышления в качестве *ведийской Дхармы*. Многие люди из-за этого отошли от Дхармы, и тысячи обратились к атеистическим философским течениям.



Огорчившись от услышанного, Шри Нимбарка повернул на юго-запад и направился к современному Тируванантапураму, столице Кералы, городу Шри Анантападманабхасвами.

Когда он и сопровождавшая его группа аскетов проходила по городу к храму Шри Анантападманабхасвами, люди оставляли свои дела и наслаждались этим зрелищем. В это время в городе нечестивыми брахманами совершались некоторые неведийские ритуалы. Чистосердечные люди, присутствовавшие при их проведении, вставали и приветствовали Шри Нимбарку, что привело в ярость жаждущих наживы брахманов. Шри Нимбарка оставался невозмутимым. Напротив, он великодушно шёл к брахманам навстречу и просил благословения. Пытаясь изобразить улыбку, поскольку это происходило на глазах у всего города, двуличные брахманы приветствовали Шри Нимбарку, и *ачарья* проходил дальше по направлению к храму. Эти хитрецы, кипя от негодования, втайне собрались и составили заговор, чтобы убить пришельца, угрожавшего подорвать установленное ими ритуальное мошенничество.

Совершив поклонение Шри Анантападманабхасвами, а также Шри-дэви и Бхудэви, *ачарья* и его последователи вернулись в лес, разбили лагерь и начали вечернее богослужение. Через некоторое время шайка разбойников, возглавляемая гнусными брахманами, окружила Шри Нимбарку, сидевшего рядом со своей хижинкой и слушавшего райские мелодии *киртана*, доносившиеся из лагеря его учеников, располагавшегося неподалёку. Нечестивцы стали осыпать его оскорблениями. Поскольку великий *ачарья* не реагировал на их слова, они устремились на него, подняв оружие, чтобы убить его. В этот момент плод

способностью потушить огонь, но Всевышний пожелал, чтобы он не делал этого, дабы вдохновить Своих последователей возвратиться к чистому поклонению под руководством писания.

Шри Падманабхасвами, увидев происходящее в лесу возле его храма, пришёл в раздражение из-за того, что эти люди были готовы перейти от обмана к убийству лишь для того, чтобы сохранить возможность продолжать ритуальное жульничество. Его гнев явился в облике Владыки Нарасимхи, который проглотил огонь, окружавший Шри Нимбарку, и направил его на злодеев. Брахманы задрожали от страха. Понимая, что их грехи были непростительны, они решили использовать последнюю возможность спастись путём снискания милости божественного *ачарьи* и стали жалостливо просить его о снисхождении.

Шри Нимбарка попросил у Шри Анантападманабхасвами благословение на прощение злодеев, и когда тот взглядом искоса подтвердил своё согласие, *ачарья* воззрел на окружавшее всех пламя, и оно погасло как по волшебству. Шри Падманабхасвами в своём облике Нарасимхи успокоился, и Шри Нимбарка отправил поверженных брахманов к своим ученикам, дабы они приготовили сладкий рис для подношения Божеству, что они и сделали при помощи Шри Аудумбарачарьи, сопровождавшего их. Когда они вернулись вместе со всеми учениками, Шри Нимбарка провёл обряд поклонения Шри Нарасимхе и Шри Падманабхасвами. Когда он подносил кашу из сладкого риса в мисках, сделанных из скорлупы кокоса, ученики и раскаявшиеся брахманы пели хвалебные гимны. Перед тем как возвратиться в святилище храма, Шри Падманабхасвами наказал собранию принять учение Шри Нимбарки и *ведийскую Дхарму*. Увидев всё это из своей небесной обители, Шива обратился к Шри Падманабхасвами позволить ему навсегда остаться с ним в этом волшебном месте. Даже сегодня здесь можно обрести видение *Шивалингама* под рукой Шри Падманабхасвами, возлежащего на ложе из змея Шешы, стоящих рядом Шри-дэви и Бхудэви и храма Шри Нарасимхи Бхагавана неподалёку.

Освобождение Шри Дварака Пури

Шри Нимбарка продолжил своё путешествие и направился в сторону побережья, к Шри Дварака Пури, древнему царству Бхагавана Шри

Слева: Нимбарка Бхагаван благословляет четырёх лучших учеников перед отходом в вечные миры. Он называет Шри Шринивасачарью (с раковиной над головой) своим преемником. Другие три ученика, Аудумбарачарья, Гаурамукхачарья и Лакимана Бхата, обещают учить всех, кому необходимы наставления на пути Веданты. Справа: 48-ой Джагадгуру Нимбаркачарья получает Президентскую грамоту за развитие санскрита от Президента Индии Шри Пранаба Мукерджи в 2014 году.

Кришны. Он был опечален, увидев, что город наводнили атеисты, не уважавшие духовное наследие этой области. Эти горожане оскорбляли как словом, так и действием тех, кто приходил в Двараку в надежде помолиться на том месте, где раньше стоял дворец Шри Кришны. Шри Аудумбарачарья пишет в «Нимбаркавикранти», что Шри Нимбарка был очень прямодушным и сострадательным существом. Он не уничтожал злодеев физически, а очищал их, устраняя в них всё дурное, чтобы их естественные хорошие качества могли снова воссиять.

Когда Шри Нимбарка вошёл в Двараку, атеисты проводили празднество в честь основателя их философии. Он ощущал, что его присутствие может вызвать раздражение особо фанатичных последователей, и поэтому старался держаться в отдалении. В поисках воды для своих учеников он приблизился к находившемуся неподалёку озеру, где как раз в это время несколько фанатиков набирали воду. Когда они увидели на Нимбарке и его учениках *яджнопавиту* и *кантхи* (священный шнур и четки для молитвы), давно уже искоренённые атеистами в этом районе, в их разуме вспыхнула ненависть. Они начали оскорблять учеников и их учителя.

Шри Нимбарка пытался утихомирить толпу, но они послали за подкреплением и просили принести как можно больше оружия – в этот день они горели страстным желанием освободить Двараку от любых верующих в Бхагавана Шри Кришну, Бхагавана Шри Шиву, Бхагавати Дургу

Дэви и последователей любых иных *ведийских* традиций. Несколько мирно настроенных граждан старались успокоить бесчинствующих, но это только подлило масло в огонь, и экстремисты начали нападать на них. Люди, которым угрожала расправа, подбежали к Шри Нимбарке и просили его защитить их. Его ученики также собрались вокруг, ища защиты у божественного *ачарьи*.

Копнув пальцем правой ноги землю, он подбросил ногтем вверх немного земли, которая засветилась, как лунный свет. Из этой небольшой ямки в земле пробился мощный поток воды, устремившийся на нападавших. Некоторые из них, обомлев от такого сверхъестественного зрелища, немедленно поклонились Шри Нимбарке и просили его о снисхождении – они остались не затронутыми потоком. Но те, кто продолжали упорствовать в своём намерении расправиться с ним, были смыты этой волшебной рекой.

Шри Нимбарка неожиданно начал увеличиваться в размерах и стал огромным, как гора. Поток воды поднялся, неся с собой нападавших. Как только вода коснулась его ноги, она успокоилась и отступила обратно в землю. Тела нападавших остались лежать на земле, а те из них, которые остались живы, по причине скрытой в них хорошей *кармы*, сразу же раскаялись. Шри Нимбарка уменьшился до обычного размера и, улыбнувшись, оживил утонувших противников. Совер-

были посвящены в *садхана-бхакти* (практика, известная также под названием «*прапати-шаранагати*», путь преданности Всевышнему) и получили наказ возобновить почитание Владыки Двараки, Шри Дваракадхиши.

Возвращение в Браджд. Назначение преемника

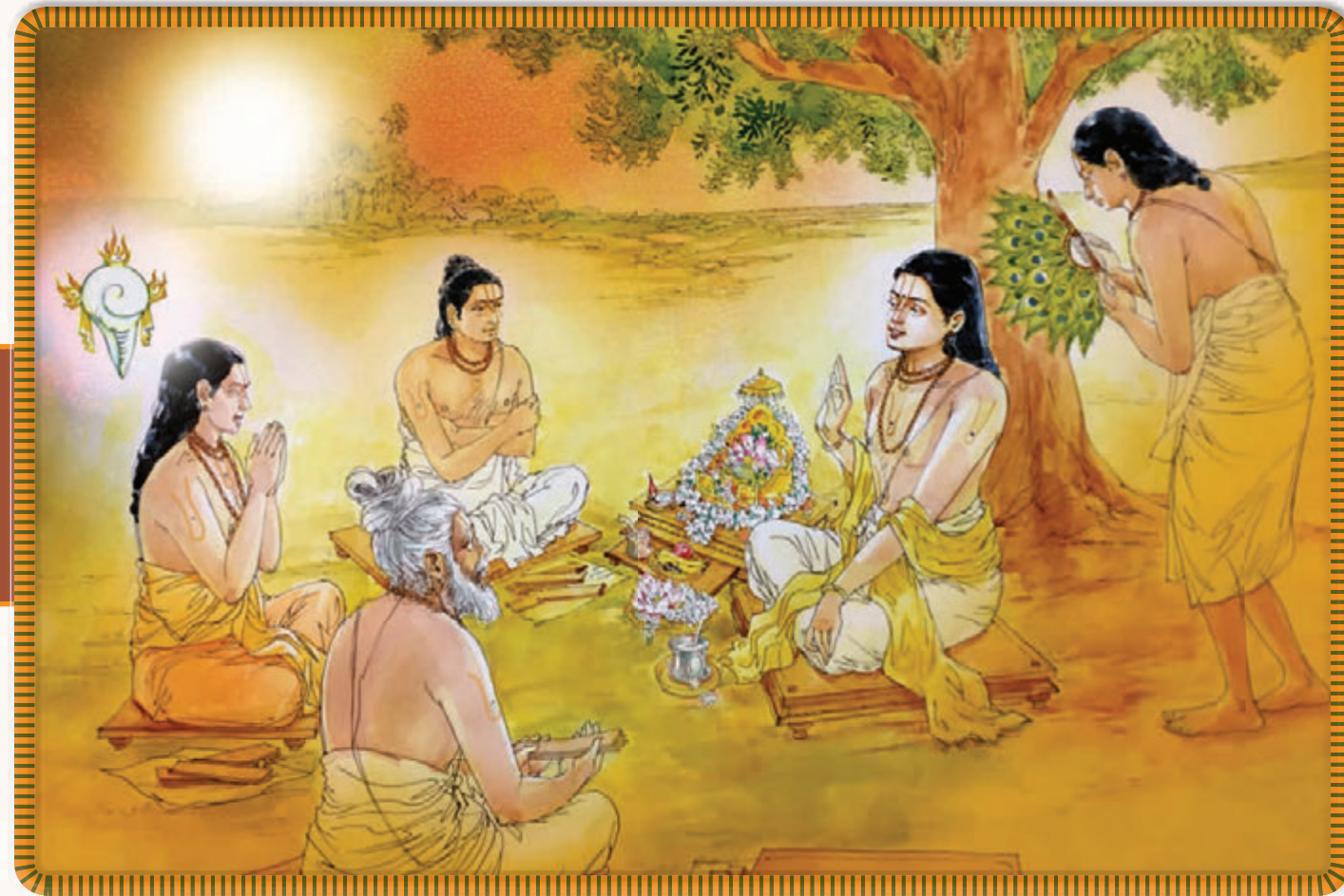
Время от времени известные учёные, путешествовавшие по Бхарате, вызывая своих коллег на словесные прения, посещали Нимбаграму. Часто один взгляд на божественного аскета устранял все их амбиции, и они становились его учениками.

После того как Шри Сударшана оставил Вайкунтху, чтобы начать выполнение своей миссии на Земле, Шри Паньчаджанья, олицетворение божественной раковины, пребывающей в левой руке Шри Нараяны, захотел отправиться на Землю и попросил у Него указаний. Шри Нараяна позволил Шри Паньчаджанье воплотиться с тем условием, что он не будет помнить своей истинной сущности, до тех пор, пока не станет учеником Шри Сударшаны. Он принял это условие и воплотился несколько земных десятилетий спустя в восточной части Бхараты, став великим *шактийским* мыслителем, известным под именем Видьянидхи. Он отправился в путешествие по Индии и победил многих известных учёных в прениях. Однако, узрев Шри Нимбарку, Видьянидхи осознал свою



дерева *удумбара* (фикус кистевидный – лат. *ficus racemosa*), у подножия которого стояла хижина Нимбарки, упал перед ним, подкатился к его ноге и коснулся пальца правой ноги. Красный, похожий на инжир, плод вспыхнул ослепительным светом, и злодеи остановились как вкопанные. Из этого света возник *муни*, восхваливший Шри Нимбарку за превращение обычного плода в святое существо, обладающее формой и знанием, подобным знанию самого Шри Нимбарки. Нимбарка Бхагаван дал ему имя «Аудумбарачарья» («учитель, появившийся из плода дерева *удумбара*). Обычные люди, увидев произошедшее, признали бы свершение перед ними божественного произволения. Но шайку негодяев это не остановило.

Они изменили свою тактику, понимая, что вряд ли смогут победить *ачарью*, показавшегося им могущественным волшебником. Они подожгли хижину и окружили его огнём. Шри Нимбарка исчез в пламени, и нечестивцы стали праздновать победу. Безусловно, *ачарья* обладал



шенно ошеломлённые и полностью убеждённые в божественности *ачарьи*, они молили о прощении и просили его принять их в свои ученики. По щекам Шри Нимбарки текли слёзы, из-за того что он был вынужден прибегнуть к такому насильственному способу для освобождения этих душ из-под власти греха. Он с радостью принял их под свою духовную опеку и таким образом восстановил *Дхарму* в Двараке. Он посвятил решившихся отвергнуть мирские привязанности с помощью обряда *паньча-самскара-вайшнава-дикша* и восстановил в Двараке практику *танта-мурда*. Те, кто приняли решение остаться домохозяевами,

истинную и вечную сущность и сразу же стал его учеником, получив имя Шри Шринивасачарья Бхагаван.

Поскольку приближалось завершение его земной жизни, Шри Нимбарка назначил Шри Шринивасачарью следующим главой монашеской общины. Он предписал, что, хотя вечная *Дхарма* была восстановлена, она никогда не должна проповедоваться с целью увеличения числа учеников. Как и в своей собственной жизни, когда люди приходили к нему из-за его добродетелей, Шри Нимбарка призывал своих учеников прежде всего к самосовершенствованию, чтобы стать истинными



ОБ АВТОРЕ

Д-р Врадживихари Шаран Брахмачари – Директор программы «Индуистская жизнь» Джорджтаунского университета и консультант «Индуистского форума Европы»; он также был лектором по азиатским религиям в Университете Кардиффа и старшим ассистентом преподавателя санскрита в Школе востоковедения и африканистики Университета Лондона. vrajvihari@hotmail.com



О ХУДОЖНИКЕ

Художник Маниам Сельван проживает в Ченнаи, он использует широкий спектр техник, от традиционных до технологических. Он проиллюстрировал, подписываясь «MaSe», «Руководство по тамильской культуре и наследию» (изобразил древний «Тирукурал») и Упанишады для Миссии Рамакришны. maniamselven@gmail.com

санньясинами, познавшими себя и обладающими глубокими знаниями писания.

Он также учил, что Бог общается с верующими в соответствии с их личными предрасположенностями. В начале духовного пути человек может стремиться обрести божественную мудрость. Тогда он должен созерцать Парабрахмана как абстрактный, неантропоморфный принцип, или Авьякта Брахман. Когда верующий развивается и осознаёт, что предоставление себя воле Брахмана – это лучший путь к освобождению в связи с бесконечными ошибками, которые совершает человек, и его неспособностью познать всё, тогда ему следует поклоняться стопам Парабрахмана в форме Шри Лакшми-Нараяны в соответствии с писанием.

По мере увеличения знания писания и преданности Всевышнему ученик может поклоняться Богу в соответствии со своим религиозным состоянием. Медитация на Бога в умиротворённом состоянии при отсутствии каких-либо желаний называется *шанта бхав*. При обращении к Богу как творцу, всеобщему повелителю, можно поклоняться Ему как своему господину – это состояние *дасья бхав*, олицетворённое в отношении Шри Ханумана джи к Владыке Шри Раме. Религиозное состояние, в котором Бог видится как вечный друг и спутник, – это *сакхья бхав*, основной пример такого состояния – взаимоотношения Бхагавана Шри Кришны и Арджуны. Когда возникает желание оберегать и защищать Всевышнего в форме ребёнка – это состояние *ватсалья бхав*, родительская привязанность, подобная любви Шри Яшоды к Шри Кришне. Шри Нимбарка указал, что, в любом из этих случаев, все четыре религиозные состояния должны быть направлены на Шри Лакшми-Нараяну или одно из их воплощений.

Однако те, кто полностью отвергли мирские привязанности и приняли *санньяса дики* (посвящение в монахи) от истинного гуру, принадлежащего монашеской традиции, основанной Шри Нимбаркой, кто совершали *бхаджану* и медитации на Всевышнего с использованием описанных методов и достигли в них совершенства, – такие души должны быть готовы поклоняться Высшему Брахману в форме чистой, бескорыстной Любви. Когда удаётся достичь поклонения Господу в таком состоянии, называемом «состояние сладости», или *мадхурья бхав*, тогда верующий может более не поклоняться Всевышнему в форме Шри Лакшми-Нараяны.

Для тех последователей, которые достигли экстатического состояния *парабхакти*, высшей преданности в любви, Шри Нимбарка впервые открыл, что изначальная, вечная форма Парабрахмана – той Высшей Души, источника всех воплощений и проявлений, которой поклоняются все просветлённые и освобождённые души в соответствии со своими религиозными состояниями, – это не что иное, как единый Бхагаван Шри Радха-Кришна. Только наиболее успешные последователи могут поклоняться Бхагавану Шри Радха-Кришне, ибо только они в достаточной мере обладают духовной мудростью и религиозной зрелостью, чтобы правильно представлять себе Господа в этой изначальной форме.

Путь духовности должен принимать во внимание, на какой именно стадии развития находится человек. Нельзя просто сказать, что Бог – это «Х», и поэтому следует поклоняться «Х». Скорее, в ходе этого многоуровневого откровения человек должен вступать в отношения с Высшим Существом в соответствии со своим пониманием и своими ощущениями, до того момента как он обретёт способность *парабхакти*, в этой жизни или в последующих. Данное нововведение Шри Нимбарки является тем наследием, которое для многих остаётся неизвестным, хотя оно оказало значительное влияние на формирование многих последующих конфессий и сект вишнуизма.

Наконец, Шри Нимбарка утверждал, что единственная задача *сампрадаи* состоит в содействии духовному развитию людей теми способами, которые им подходят в наибольшей степени. Монахам следует оказывать помощь; но никогда *санньясин* священной общины Шри Нимбарки не должен стремиться к созданию своекорыстной организации, накоплению богатства или снисканию большего числа последователей с целью обретения влияния или известности. Напротив, каждый подвижник общины Шри Нимбарки должен стремиться к простоте, чистой и нетребовательной жизни и неуклонно избегать такого общества или таких действий, которые могут привести к обретению известности самим монахом вместо проповеди выдающейся философии *Веданты*. Как *санньясины*, так и домохозяева должны следовать установлениям вишнунитской *Дхармы*, изучать философию *свабхавика-бхедабхеда* Веданты и возвращать в себе истинное смирение, достойное обретения священных религиозных взаимоотношений с Всевышним.

Наставив таким образом в Нимбаграме своих последователей и преемника, Шри Шринивасачарью, Шри Нимбарка поднялся в небо, где он превратился в *Шри Сударшана Чакру* и возвратился в правую руку Шри Нараяны, пребывающего в Вайкунтхе. Ставшие свидетелями этого знаменательного события ученики, несмотря на грусть от расставания с этим божественным воплощением, приняли непоколебимое решение следовать его учению и помогать всем, кто нуждается в их содействии, без каких-либо различий и ограничений.

По сей день, следуя его примеру, монахи общины Нимбарки предпочитают осуществлять религиозное поклонение в уединении. Они являются олицетворением истинного *парамахамсы* (аскетизма высшего порядка), и поэтому данная традиция называется также «*Парамахамса Сампрадая*», «традиция полного отречения».

В последующие столетия традиции был нанесён значительный ущерб. Во-первых, экстремисты и фанатики прошли с огнём и мечом по святым землям Матхуры и Вриндаваны, убили многих последователей, уничтожили многие обители и библиотеки *сампрадаи*, тем самым серьёзно затруднив передачу знания в рамках этой традиции. Во-вторых, другие конфессии индуизма в своём стремлении обрести последователей дискредитировали *Нимбарка Сампрадаю* в своих письменных исторических документах или вообще не упоминали о ней, чтобы присвоить себе нововведения Шри Нимбарки и его последователей.

Тем не менее, бессмертное послание замечательной жизни и вдохновенного учения *ачарьи* продолжает звучать не только во Вриндаване и остальных частях штата Уттар Прадеш, но и в Раджастане, Гуджарате, Махараштре, Харьяне, Бенгалии, Ориссе и других штатах Индии, в Непале, а также по всему миру в индийских диаспорах, где искренние верующие продолжают хранить послание, отправленное тысячелетия назад: что духовность должна основываться на писании божественного откровения, чтобы обладать истинным смыслом и действенностью, и, что особенно важно, что во всём творении и за его пределами не существует ничего превосходящего истинную и бескорыстную любовь.

ИЗ УПАНИШАД

На исходе жизни

Ведическое разъяснение

о естественном переходе души

Адаптированный перевод С. Радхакришнана отрывка четвёртой *брахманы* четвёртой главы «Брихадараньяка Упанишады» (Шукла Яджурведа), одной из 108 главных Упанишад. Стихи с 1 по 13 являются частью диалога царя Видехи Джанаки и мудреца Яджнавалкьи.

1. Когда «я» слабеет, приходит в смятение и нарастает затруднённое дыхание, оно стягивает к себе частицы своего внутреннего света и нисходит в сердце. Когда этот субъект, сокрытый в глазу, обращается внутрь, человек перестаёт различать внешний свет.

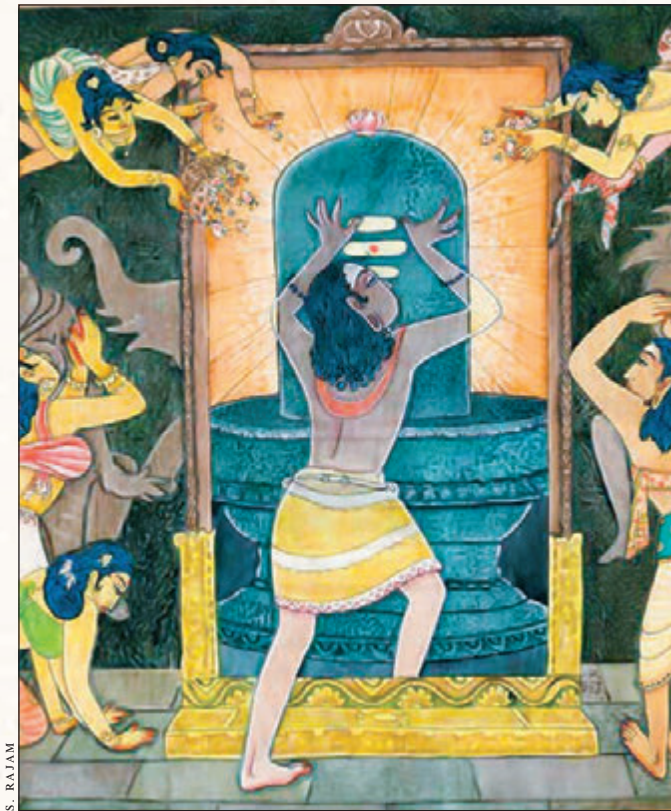
2. Окружающие его говорят: «Он стал единым, он не видит, он не обоняет, он не пробует на вкус, он не говорит, он не слышит, он не думает, он не осязает, и он не познаёт». Место его сердца становится ярким и светится, и благодаря этому свету душа уходит через глаз, через голову или через другие части тела. Когда он таким образом уходит, жизнь уходит за ним, а за ней следуют все жизненные дыхания. Он становится единым с разумом, который уходит вместе с ним, – его знаниями, его делами и его прошлым опытом.

3. Подобно тому, как гусеница, достигнув конца травинки, собирает себя вместе, прежде чем потянуться к следующей травинке, так и эта душа собирает себя вместе, совершая переход в другое тело.

4. Как ювелир, взяв кусок золота, придаёт ему новую, более красивую форму, так и эта душа, отбросив тело и рассеяв своё невежество, создает себе другую, более новую и более красивую форму, подобную образу предков или *сандхарвов*, или богов, или Праджапати, или Брахмы.

5. Поистине, эта душа является Брахманом, но отождествляется с умом, с жизнью, зрением, слухом, землёй, водой, воздухом, эфиром, светом и тьмой, желанием и бескорыстием, гневом и спокойствием, праведностью (дхармой) и злом (адхармой) и всеми остальными вещами. Вот что имеется в виду, когда говорят, что он состоит из этого (что воспринимается) и состоит из того (что предполагается). В соответствии с тем, как человек действует, в соответствии с тем, как он ведёт себя, тем он и становится. Делаящий добро становится добрым, творящий зло – злым. Человек становится добродетельным благодаря своим добродетельным поступкам и плохим – из-за своих дурных дел. Другие же говорят, что человек состоит из желаний. Каково его желание, таково его и воля; какова его воля, таково и действие, которое он совершает; каково бы ни было его действие, он пожинает того плоды.

6. Об этом есть такой стих: «Будучи связанным действием, он достигает того результата, к которому привязано его тонкое тело или ум. Искерпав результаты любой деятельности, которую он вёл в этой жизни, он возвращается из того мира в этот для (новой) деятельности». Это о человеке, у которого есть желания. Человек, у которого нет желаний, который свободен от желания, чьё желание удовлетворено, чьё желание есть «Я»; того дыхание не уходит. Будучи Брахманом, он слит с Брахманом.



S. RAJAM

7. Об этом есть такой стих: «Когда все желания, обитающие в сердце, отброшены, тогда смертный становится бессмертным, тогда он достигает Брахмана, здесь, в этом самом теле». Подобно тому, как змеиная кожа лежит на муравейнике, мёртвая, сброшенная, так лежит и это тело. Только эта бестелесная, бессмертная жизнь и есть Брахман, и есть свет.

8. Об этом есть такой стих: «Узкая древняя тропа, которая тянется далеко, была найдена мною, была пройдена мною. По этой тропе мудрецы, познавшие Брахмана, поднимаются в небесный мир после падения этого тела, будучи освобожденными, даже будучи ещё живыми.

9. «Говорят, что на этом пути есть белый, синий, жёлтый, зелёный и красный. Этот путь был найден брахманом, и по нему идёт познавший Брахмана, праведник и наделённый светом».

10. В слепую тьму вступают те, кто тьмут незнание. Словно ещё в большую – те, кто наслаждались в знании.

11. Те миры, которые покрыты слепой тьмой, зовутся безрадостными. К ним после смерти идут лишённые знания, непробужденные люди.

12. Если человек познал себя как «Я есмь То», к чему стремясь и чего желая, стал бы он страдать в этом теле?

13. Тот, кто нашёл и пробудил своё «Я», вошедшее в это опасное, недоступное место (тело), тот – творец вселенной, ибо тот – творец всего. Воистину, ему принадлежит мир, ведь он и есть сам этот мир.

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

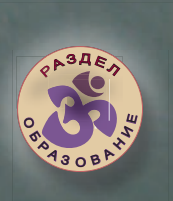


SHUTTERSTOCK

РАЗДЕЛ ОБРАЗОВАНИЕ

Как воспитать детей хорошими индуистами

Родители – наши первые гуру в религии, культуре и воспитании



Многие индуистские семьи, посещающие наш монастырь на Гавайях, особенно те, что приезжают с маленькими детьми, спрашивают, могу ли я дать им какой-нибудь совет. Обычно я даю им одно или два наставления. Я всегда подчёркиваю, как важно знакомить детей с индуизмом на практике, это сможет изменить жизнь каждого ребёнка к лучшему. К примеру, индуистские обычаи могут помочь детям получать более высокие оценки в школе и хорошо ладить с другими. Конечно, в рамках короткой встречи не хватит времени, чтобы изложить все многочисленные полезные рекомендации. Поэтому я решил написать список предложений, которые в будущем будут переданы индуистским семьям, желающим познакомить своих детей с индуизмом. Перед вами результат этой работы: руководство для родителей с минимальным набором знаний, которые им следует передать своим детям. Оно создано на основе учения моего садгуру, Шивая Субрамуниясвами, основателя журнала «Индуизм сегодня», возникшего благодаря его прозрениям, полученным за более чем 40 лет тесной работы с сотнями семей во многих странах. В этом руководстве представлено учение для воспитания личности, призванное дополнить любую индуистскую традицию или верование. Ключ в том, чтобы начать это образование как можно раньше и не останавливаться до тех пор, пока ваши дети не покинут дом. Даже если это будет единственный учебник в руках родителей, этого будет вполне достаточно, чтобы дети вышли в жизнь хорошими индуистами, добропорядочными гражданами в современном мире.

Садгуру Бодхинатха Вейлансвами

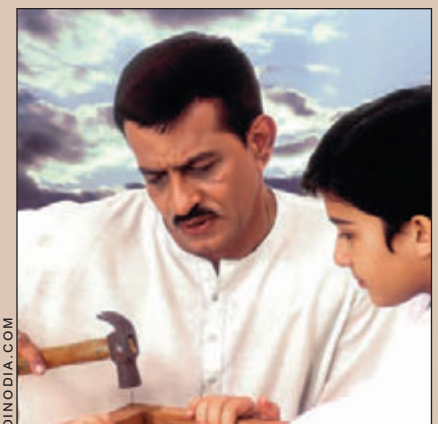
Содержание

ПЕРЕДАЧА УБЕЖДЕНИЙ И ВЗГЛЯДОВ

- Часть 1 • Расскажите об учениях индуизма и практикуйте их у себя дома.
- Часть 2 • Расскажите о душе и цели нашего существования на Земле.
- Часть 3 • Расскажите о величии индуизма.
- Часть 4 • Расскажите об индуизме и других религиях.
- Часть 5 • Расскажите, как индуизм помогает нам познать Бога.
- Часть 6 • Расскажите, как жить в этом мире позитивно.

ФОРМИРОВАНИЕ ХОРОШЕГО ХАРАКТЕРА

- Часть 1 • Развивайте девять ключевых духовных качеств.
- Часть 2 • Руководите своими детьми за счёт любви, а не страха.



Совместная работа – идеальный способ передать свои ценности, идеи, навыки и мудрость.

DINODIA.COM

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

РАССКАЖИТЕ ОБ УЧЕНИЯХ ИНДУИЗМА И ПРАКТИКУЙТЕ ИХ У СЕБЯ ДОМА

Возьмите на себя ответственность стать первыми учителями индуизма для своих детей

Замечательно, что во многих храмах действуют образовательные программы для молодёжи, которые одновременно эффективны и популярны. Однако родителям важно понимать, что эти программы дополняют, но не заменяют необходимость обучать своих детей индуизму дома. Родители действительно являются первыми гуру. Они учат по-разному: своим примером, объяснением, ответами на вопросы, советами и указаниями. Самые глубокие впечатления у ребёнка складываются из того, что делают и говорят родители. Если родители будут придерживаться системного подхода в обучении детей индуизму в первые годы становления их личности, Санатана Дхарма будет всецело интегрирована в их сознание и гарантированно пребудет с ними всю жизнь.

Без вашей помощи нет никакой гарантии, что ваши дети будут следовать своей вере, став взрослыми

Посмотрите вокруг на молодое поколение индуистов, и вы найдёте много таких, кто совершенно не интересуется индуистской религией. Сто лет назад, до появления фильмов, телевидения и компьютеров, в городах и деревнях Индии и индуистских общинах в других странах индуистский храм был самым привлекательным местом в городе. Помимо *пудж* и праздников в нём проходили спектакли, танцы, интересные дискуссии и музыкальные концерты. Храм был также общественным и образовательным центром. В нашем современном мире так много захватывающих фильмов, телевидения и компьютеров, и многие индуистские дети предпочитают проводить свободное время, наслаждаясь ими со своими друзьями, чем находиться в храме. Почему так происходит? Есть много причин. В наше время семьи уже не так близки. Раньше было намного проще привлечь детей в храм, так как это был центр деревенской жизни, и конкуренция за их внимание была невысокой. Времена изменились. Современные дети считают храм скучным по сравнению с доступными светскими формами развлечений. Поэтому перед родителями сегодня как никогда стоит трудная задача отвечать на запутанные вопросы своих детей, чего не приходилось делать бабушкам и дедушкам, давая разумные, прагматичные

объяснения храмового богослужения и богатейшего набора культурных и мистических практик индуизма. Современным детям нужны понятные им ответы. Их не устроит фраза: «Мы всегда так поступали». Когда родители не могут справиться с этой задачей, индуизм не становится значимым и полезным для детей. Многие молодые люди сегодня не считают религиозную практику необходимой для того, чтобы сделать свою жизнь более счастливой и успешной. Это проблема, с которой сталкиваются все родители-индуисты. Но не всё ещё потеряно. Новые поколения стремятся услышать возвышенные истины, и эти истины можно дать им, но сделать это нужно таким образом, чтобы они стали интересными и привлекательными для них в свете современного мира.

Установите святилище в доме

Индуизм не укрепляется более эффективно в жизни детей и семьи, чем созданием домашнего святилища. Лучше всего выделить под него отдельную комнату. Так её можно использовать строго для поклонения и медитации, не засоряя энергетику мирскими разговорами или другими делами. Это в идеале. Однако, если это невозможно, нужно выделить укромный уголок комнаты, а не полку на стене или в книжном шкафу.

Естественно, что выполнение ежедневного поклонения в святилище не менее важно, чем его установка. В алтарной комнате следует предлагать фрукты, цветы и еду. Посещайте святилище перед выходом из дома, а также по возвращении с работы или прогулки. Поклоняйтесь с искренней преданностью, очищая внутренние каналы взаимодействия с Богом и Божествами, чтобы их милость изливалась на вас и ваших

Совместное проведение праздников и создание домашнего святилища привносит религию в жизнь ребенка



близких. Сделайте святилище прибежищем, где все члены семьи могут найти мир и утешение, где они смогут соединиться с Богами и вознести им хвалу, молитвы, поведать о своих нуждах. Обучайте детей совершать поклонение в домашнем святилище перед каждым важным

событием в жизни, например, перед серьёзным экзаменом в школе, или когда они сталкиваются с личным испытанием или проблемой. Следование этой простой традиционной практике в священном пространстве внутри дома сделает многое для того, чтобы индуизм стал для них помощником в их повседневной жизни.

Каждое утро вместе совершайте поклонение в домашнем святилище

Популярная английская поговорка гласит: «Семья, которая молится вместе, всегда будет вместе». Это прекрасно характеризует идеальную индуистскую семью, где все её члены участвуют в утреннем богослужении в домашнем святилище перед завтраком. Детей нужно научить приходить на *пуджу* «не с пустыми руками» – приносить в качестве подношения цветок или хотя бы лист. Отдельные аспекты повседневной практики в данном случае будут зависеть от религиозного бэкграунда и преемственности семьи. Типичная церемония включает простое *арати* или более сложную *пуджу*, пение *бхаджанов*, повторение мантры, чтение священных писаний, медитацию и практику йоги. По мере взросления дети могут брать на себя всё больше обязанностей во время утреннего богослужения. Многие индуисты рассказывали нам, что их стойкость и приверженность индуизму, несмотря на то, что в юности они сталкивались с другими религиозными традициями в школе и прочих местах, сохранилась благодаря тому, что вся семья вместе выполняла индуистские практики дома.

Раз в неделю всей семьёй совершайте поклонение в местном храме

Присутствие каждую неделю на храмовой *пудже* позволяет нам регулярно получать благословения Бога и Божеств. Это помогает нам поддерживать чистоту и силу в наших религиозных стремлениях. Духовная вибрация домашнего святилища также усиливается благодаря регулярному посещению храма. В частности, некоторая часть духовной атмосферы храма может быть перенесена в дом вместе с вами, если вы просто зажжёте масляную лампаду в своей алтарной комнате, когда вернётесь из храма. Это священнодействие приводит *дэвов* из храма прямо в домашнюю алтарную комнату, где из внутреннего мира они могут благословить всех членов семьи и укрепить духовное силовое поле дома.

ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ, Часть 1

РАЗВИВАЙТЕ ДЕВЯТЬ ДУХОВНЫХ КАЧЕСТВ



Родители могут сознательно и систематически развивать в своих детях ключевые качества, которые помогут им стать счастливыми, религиозными и успешными, когда они вырастут. Однажды мудрая мать написала мне в письме по электронной почте: «Я искренне верю, что мы проживаем часть нашей кармы в своих детях, и мы растём и совершенствуемся вместе с ними». Хотя родители могут думать, что они просто помогают своим детям стать лучше, на самом деле родители не могут отделить себя от своих детей. Рост и духовная эволюция ребёнка – это также развитие для родителей. Существует много качеств, которыми мы хотим, чтобы наши дети обладали. Ниже мы рассмотрим девять из них, чтобы увидеть, чему родители должны учить детей и чему учить не следует для развития каждого качества. Вот эти девять качеств:

- ❖ Позитивная самооценка
- ❖ Проницательная самокритика
- ❖ Эффективный самоконтроль
- ❖ Твёрдая уверенность в себе
- ❖ Игровая самоудовлетворённость
- ❖ Добродетельный характер
- ❖ Умение разрешать конфликты
- ❖ Близость с родителями
- ❖ Сознание, свободное от предрассудков

1. РАЗВИВАЙТЕ ПОЗИТИВНУЮ САМООЦЕНКУ



Позитивная самооценка возникает, когда мы думаем о себе как о достойном человеке, заслуживающем прекрасной жизни. Как этого достичь? Будьте щедры на похвалу и признательность, чтобы дети знали, что их любят и ценят, что важно то, кем они являются, а жизнь полна надежд. К сожалению, многие дети взрослеют с негативной самооценкой, чувствуя, что другие лучше, чем они, и что жизнь мало что может им предложить. Негативная самооценка развивается в результате вербального оскорбления ребёнка – поддразнивания, насмешек или едких замечаний. Это, конечно, нужно прекратить и заменить поощрением и похвалой. Когда возникает необходимость скорректировать ненадле-

жащее поведение, разумно провести различие между человеком и его поведением. Глупым было поведение, а не сам человек. Например, вы можете сказать своим детям, когда они плохо себя ведут: «То, что вы делали, было очень глупо, но вы умны, и я уверен, что теперь вы сделаете выводы и больше так не поступите». Родители также не должны позволять своим детям называть друг друга такими прозвищами, как «толстый» или «хромой». Положительное представление о своём внешнем «я» позволяет ребёнку принять индуистское учение о том, что внутреннее «я» – это божественная сущность, сияющая душа. Мой Гурудэва писал: «Хвалите своих детей. Прославляйте их Божественность. Наслаждайтесь ими и интересно проводите время вместе с ними».

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

РАССКАЖИТЕ О ДУШЕ И ЦЕЛИ НАШЕГО СУЩЕСТВОВАНИЯ НА ЗЕМЛЕ

Объясните, что цель жизни – духовное продвижение

Индуистский взгляд на жизнь состоит в том, что мы – божественное создание, душа, проживающая много жизней на Земле, что цель нашего пребывания здесь – духовное раскрытие. Из жизни в жизнь мы становимся всё более и более духовными и, таким образом, можем глубже переживать божественное сознание. В конечном итоге это приводит к глубокому переживанию Бога, что завершает цикл нашего перерождения на Земле. Это достижение называется *мокша*, освобождение. Великая святая Северной Индии, Анандамайи Ма, очень красиво сформулировала эту цель Осознания Бога: «Каждый является человеческим существом ровно настолько, насколько он стремится к Само-реализации. Это то, для чего предназначено человеческое рождение. Осознать Единое – высший долг каждого человека».

Расскажите о четырёх традиционных целях жизни

Четыре традиционные индуистские цели жизни – это любовь (*кама*), богатство (*артха*), долг (*дхарма*) и освобождение (*мокша*). У индуиста есть такие же амбиции, как и у всех: испытать любовь, завести семью и детей, получить образование, профессию, обрести уверенность в себе, богатство и быть полезным обществу. Дхарма предписывает индуистам реализовывать эти амбиции честным, добродетельным и исполненным долга образом. Хотя *дхарма*, *артха* и *кама* часто рассматриваются как личностные цели, их величайшая ценность заключается в предоставлении необходимой среды и опыта, которые помогают воплощенной душе созреть на протяжении многих жизней, постоянно углубляясь в осознании Бога, кульминацией чего является *мокша*, четвёртая и последняя цель – освобождение от цикла рождения, смерти и перерождения.

Расскажите о молодых и старых душах

Каждая душа исходит от Бога, как искра из огня, и так начинает своё духовное путешествие, которое в конечном итоге приведёт её обратно к Богу. Все человеческие существа пребывают в этом путешествии, осознают они это или нет, и, конечно же, это путешествие включает множество жизней. Кто-то может спросить, если все находятся в одном и том же путешествии, почему существует такое неравенство

между людьми? Некоторые люди ведут себя как святые, а другие – как грешники. Некоторым нравится помогать другим, в то время как другие получают удовольствие, причиняя вред окружающим. Индуизм объясняет это тем, что каждый из нас начал своё путешествие в разное время. Одни из нас – молодые души, находящиеся в самом начале духовного пути, а другие – старые души, близкие к реализации.

Наш парамагуру, Шива Йогасвами, в разговоре с последователями описал жизнь как школу, где одни учатся в старших классах, а другие – в подготовительных. Понимая разницу в духовной зрелости, он наставлял каждого соответственно. Индуисты не разделяют людей на добрых и злых, а скорее рассматривают всех как божественных существ – молодых и старых душ, или находящихся на промежуточных стадиях эволюции души. Если детей научить этому основополагающему индуистскому принципу, они смогут принять различие между людьми как часть божественного космического плана духовной эволюции.

Расскажите о тройственной природе человека

Нашу природу можно охарактеризовать как тройственную: духовную, интеллектуальную и инстинктивную. Один или несколько из этих аспектов в уникальном сочетании преобладают в каждом из нас в зависимости от нашей зрелости и этапа эволюции. Духовная природа – это чистый, сверхсознательный, интуитивный разум души. Интеллект – это мыслящая, рассуждающая природа. Инстинктивный аспект нашего существа – это животная природа, которая управляет физическим телом и порождает сильные желания и более низкие эмоции, такие как гнев, ревность и страх. Наша цель состоит в том, чтобы научиться контролировать эти животные инстинкты, а также интеллект и гордыню (эго), чтобы проявилась наша духовная природа.

Именно инстинктивная природа содержит в себе тенденцию причинять вред другим, игнорировать благоразумные законы общества и разжигать конфликты внутри дома, нации и за её пределами. Те, за кем прослеживаются такие тенденции, – молодые души, которым еще предстоит узнать, для чего и как использовать инстинктивные силы. Таким людям может потребоваться много жизней, чтобы подняться к более высокому состоянию сознания и жить в соответствии со своей духовной природой. Таким



Такие праздники, как Дивали, идеально подходят для семейного общения и передачи культуры индуизма

образом, индуистский подход, которому детей можно обучать с раннего возраста, заключается не в том, чтобы обличать негативные качества кого-то, а скорее в том, чтобы сосредоточиться на сдерживании стремления причинить кому бы то ни было вред и помочь научиться контролировать свои инстинкты, улучшая своё поведение.

Гурудэва проникновенно описывает следующее: «Люди, которые не соприкасаются с природой своей души и живут полностью во внешнем, инстинктивном уме, поступают дурно. То, что невежественные считают злом, просветлённые видят, как действия низменных и незрелых людей».

2. РАЗВИВАЙТЕ ПРОНИЦАТЕЛЬНУЮ САМОКРИТИКУ



Проницательная самокритика присутствует, когда мы способны быстро извлечь урок из каждого опыта и принять решение не повторять свои ошибки. Как родители развивают это качество у детей? Обучая их тому, что делать ошибки – не так уж и плохо. Все совершают ошибки. Это естественно и просто показывает, что мы чего-то не понимаем. Родителям важно определить, какого понимания не хватает ребёнку, и научить его этому, ни в чём не обвиняя. Когда дисциплина, применяемая со стороны родителей является логически понятным следствием, дети побуждаются к тому, чтобы научиться размышлять о возможных последствиях своего поведения, прежде чем что-то сделать. Такой мудрый подход можно воспитать, поощряя самокритику, предлагая ребёнку поду-

мать о том, что он сделал, и как он смог бы избежать повторения этой ошибки. Проницательная самокритика позволяет молодым людям быстро учиться на своих неизбежных ошибках, соответствующим образом корректировать своё всё ещё формирующееся поведение и тем самым быстрее продвигаться по духовному пути. Гурудэва замечал: «Родителям доверено любить, направлять и защищать своих детей, потому что они – будущее нашего будущего. Однако детям может быть непросто воспитать в себе хорошую гражданскую позицию. Существует много конструктивных способов направить их – объятие, доброе слово, уделённое время для объяснений, мудрое руководство и показательный пример того, кем вы хотите, чтобы они стали».

3. РАЗВИВАЙТЕ ЭФФЕКТИВНЫЙ САМОКОНТРОЛЬ



Эффективный самоконтроль – это способность сдерживать деструктивные эмоции, такие как гнев, когда мы испытываем искушение дать им волю. Как развить такой контроль у детей? Через пример родителей, которые сами никогда не поддаются таким эмоциям. Дети учатся, наблюдая за своими родителями, когда приемлемо выражать эмоции, а когда нет. Самоконтроль культивируется путём частого упоминания десяти ограничений (*ям*) индуистского кодекса поведения, а также наглядной демонстрации этих идеалов в повседневной жизни, на телевидении и в кино. *Ямы* – это непричинение вреда, правдивость, неприсвоение чужого, божественное поведение, терпение, стой-

кость, сострадание, честность, умеренный аппетит и чистота. Самоконтроль также культивируется посредством подчёркивания, с самого раннего возраста, важности традиционного индуистского императива сохранять целомудрие до брака. Самоконтроль ведёт к самообладанию, позволяя более успешно достигать внешних и внутренних целей. Гурудэва отмечал: «Детям, которые видят, как их мать и отец решают свои разногласия в зрелой беседе или в алтарной комнате посредством молитвы и медитации, в этот момент предоставляется возможность поступать также в своей жизни, когда они вырастут. Они становятся элитой общества, опорой общества во времена трудностей и лишений. Когда эти дети станут старше, они обязательно будут придерживаться принципов дхармы и не поддадутся искушениям низшего ума».

Прививайте детям гордость за свою религию, на примере мудрых заповедей индуизма

С середины XX века учения индуизма стали лучше пониматься во всём мире. В результате основные аспекты индуистского подхода к жизни были подхвачены многими мыслящими людьми различных религий и этнических групп далеко за пределами Индии. Это произошло потому, что они посчитали их мудрыми и эффективными для применения в жизни. Индуистские предписания, получившие широкое распространение в XXI веке, включают:

- ❖ Соблюдение вегетарианской диеты
- ❖ Почтение к окружающей среде и стремление беречь её
- ❖ Разрешение конфликтов ненасильственными методами
- ❖ Терпимость по отношению к другим
- ❖ Учение о том, что весь мир – одна семья
- ❖ Вера в карму как систему божественной справедливости
- ❖ Вера в реинкарнацию
- ❖ Практика йоги и медитации
- ❖ Стремление лично испытать переживание Божественного

Объясните своим детям, что исключительная мудрость их веры, выраженная в перечисленных выше принципах, ценится и принимается духовными искателями больше, чем когда-либо прежде. Свами Чинмаянанда в своём первом публичном выступлении в 1951 году сделал убедительное заявление об эффективности индуизма: «Истинный индуизм – это наука о совершенстве. В этом истинном индуизме есть решение каждой индивидуальной, социальной, национальной и международной проблемы. Истинный индуизм – это Санатана Дхарма Упанишад». Дети, чьи сверстники не ценят индуизм, должным образом воспримут вселяющие гордость слова Свами.

Традиционная индуистская вегетарианская диета имеет множество преимуществ, как для отдельно взятого человека, так и для планеты в целом

Всё больше и больше людей в мире отказываются от мясной диеты своих родителей и переходят на вегетарианскую диету по соображениям совести и из-за сострадания к животным. В этом с ними

солидарен индуизм. Вегетарианство основано на добродетели *ахимсы*: воздержания от причинения физического, умственного или эмоционального вреда кому бы то ни было. Индуист, который хочет строго следовать пути ненасилия, естественно, принимает вегетарианскую диету. Распространённая поговорка, может передать этот принцип даже самому маленькому ребёнку: «Я не буду есть ничего, что имеет глазки, если только это не картофель».

Второе обоснование вегетарианства связано с нашим состоянием сознания. Когда мы едим мясо, рыбу, птицу и яйца, мы поглощаем вибрацию этих инстинктивных существ нашей нервной системой. Это химически изменяет наше сознание и усиливает нашу собственную инстинктивную природу, которая является частью нас, склонной к страху, гневу, ревности, замешательству, негодованию и тому подобному. Следовательно, вегетарианство очень помогает в достижении и поддержании духовного состояния сознания. Некоторые люди принимают вегетарианство только по этой причине.

Третье обоснование вегетарианства состоит в том, что оно использует природные ресурсы планеты гораздо более разумным образом. В значительной степени, проблема растущего числа исчезающих видов, уничтожение древних дождевых лесов под пастбища для домашнего скота, потеря плодородного слоя почвы, загрязнение окружающей среды – всё это связано с единственным фактом наличия мяса в рационе человека. Ни одно решение, которое мы можем принять индивидуально или как раса, не может иметь столь положительного влияния на улучшение экологии нашей планеты, как простое решение не есть мясо. По этой причине многие защитники экологии земли стали вегетарианцами.

Обучая детей ценностям вегетарианской диеты, мы защищаем их здоровье, продлеваем их жизнь, повышаем их сознание и сохраняем Землю, которая является нашим общим домом.

Индуисты испытывают глубокое почтение к планете Земля и всем живым существам, которые на ней обитают

Думающие люди разделяют индуистскую точку зрения, что человеку не подобает убивать и причинять вред животным ради еды или спорта. Они верят, что животные имеют право наслаждаться жизнью на этой планете также, как и люди. На этот счёт есть ведические строфы, в которых говорится: «Ахимса – это непричинение вреда ни одному живому существу никогда и никакими действиями своего ума, речи или тела». В других ведических строфах утверждается: «Вы не должны использовать данное Богом тело для убийства других Божьих созданий, будь то люди, животные или другие живые существа».

Млекопитающие, рыбы, птицы, пресмыкающиеся, насекомые и растения – все священны для индуиста. Но особенно ярко индуисты



Совместные поездки и путешествия укрепляют семейные узы

выражают свою любовь и привязанность к коровам. Махатма Ганди однажды сказал: «Можно измерить величие нации и её моральный прогресс по тому, как она обращается с животными. Для меня защита коровы – это не просто защита животного. Это означает защиту всего живого, беспомощного и слабого в этом мире. Корова символизирует весь животный мир».

Многие люди озабочены защитой окружающей среды и её сохранением для будущих поколений. Индуисты разделяют это беспокойство и с благоговением почитают окружающий их мир как творение Бога. Они работают над защитой разнообразия видов и ресурсов Земли для достижения цели создания безопасной и устойчивой окружающей

среды. Сегодня у детей, как никогда раньше, есть естественное понимание места человека на Земле, и наш долг – укрепить это понимание в их юных головах.

Индуизм уважают за принцип разрешения конфликтов ненасильственными методами

Твёрдая вера Махатмы Ганди в индуистский принцип *ахимсы* и его ненасильственные методы противодействия британскому правлению хорошо известны во всём мире. Ненасильственный подход сознательно использовали и другие. Одним из наиболее известных сторонников ненасилия был д-р Мартин Лютер Кинг-младший. После десятилетий

4. РАЗВИВАЙТЕ ТВЁРДУЮ УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ



Твёрдая уверенность в себе демонстрируется, когда ребёнок сталкивается с трудной задачей, и его первая реакция – убеждённость в том, что он сможет её выполнить. К сожалению, многие дети достигают совершеннолетия, не будучи уверенными в себе, и их первой реакцией является ощущение, что они не смогут выполнить задачу – что это слишком сложно. Как культивировать твёрдую уверенность в себе? Во-первых, благодаря чёткому пониманию того, что ребёнок уже обладает позитивной самооценкой. Во-вторых, помощи ребёнку в постоянном достижении успеха в выполнении всё более сложных задач по мере его взросления. Паттерн частых успехов, проникающий в наше подсознание, породит чув-

ство уверенности в себе и чувство, что мы справимся с любой задачей. Например, отец обучает сына плотническому делу в возрасте с десяти до восемнадцати лет. Каждый год отец помогает сыну сделать что-то более сложное, но посильное, хваля за каждое очередное достижение. Уверенность в себе также культивируется наблюдениями за неудачами в школе или дома и работой над ними. Если ребёнок застенчив и у него проблемы с публичными выступлениями в школе, поработайте с этим лично или с помощью репетитора, чтобы он преодолел эту застенчивость и смог спокойно говорить перед группами людей в любой ситуации. Уверенность в себе помогает молодёжи притягивать успех.

5. РАЗВИВАЙТЕ ИГРИВУЮ САМОУДОВЛЕТВОРЁННОСТЬ



Игровая самоудовлетворённость чаще всего проявляется, когда у ребёнка весёлое, счастливое и удовлетворённое настроение. Как его развить? За счёт того, что родители сами придерживаются и постоянно озвучивают философию того, что жизнь надо проживать радостно. Именно благодаря такой точки зрения, что счастье не зависит от внешних обстоятельств, но является состоянием сознания, которое мы можем испытывать, независимо от того, свободна наша жизнь от проблем или наполнена ими. Оно достигается посредством обучения детей тому, чтобы быть удовлетворёнными тем, что у них есть в настоящем, а не разочаровываться в том, что у них чего-то нет. Оно возвращается семье, проводящей время вместе, наполняя его играми и смехом. Способность оставаться радостным, защищённым и

довольным позволяет человеку невозмутимо встречать все жизненные взлёты и падения. Гурудэва следующим образом описал удовлетворённость, *сантошу*, которой мы должны обучить детей: «Истинная *сантоша* – это видение всепроникающей единой божественной силы повсюду. Свет в глазах каждого человека – это божественная сила. Имея это в виду, вы можете пойти куда угодно и заняться чем угодно. Удовлетворённость уже пребывает внутри вас, и её нужно только выпустить наружу. Это духовная сила. Делайте то, что приносит вам удовлетворённость, но знайте, что она действительно превосходит беспокойство о проблемах, с которыми вы сталкиваетесь. *Сантоша* позволяет быть миролюбивыми в любой ситуации. Чем сильнее вы погружены в *сантошу*, тем большие проблемы вы сможете преодолеть».



тщательного обдумывания проблемы расовой дискриминации в Соединенных Штатах Америки д-р Кинг выбрал индуистский принцип *ахимсы*, примером которого является тактика ненасильственного сопротивления Махатмы Ганди, как наиболее эффективный метод преодоления несправедливых законов, существовавших в то время в Северной Америке. В 1959 году д-р Кинг провёл пять недель в Индии, лично обсуждая с последователями Ганди философию и методы ненасилия, прежде чем применить их на Западе.

Дети учатся разрешению конфликтов в раннем возрасте, создавая паттерны, которые будут служить им на протяжении всей жизни. Некоторые узнают, что кулаки, сила и гневные слова – это способ разрешить ситуацию. Другие познают, что дипломатия и доброжелательная речь служат той же цели более эффективно и дают более длительные результаты. Дети усваивают эти вещи главным образом на домашнем примере, наблюдая, как мама и папа разрешают возможные разногласия.

Индуизм исключительно терпим и считает весь мир одной семьёй

В мире XXI века главной проблемой являются многочисленные войны и столкновения между людьми разных религий, национальностей и этнических групп, основанные на ненависти с одной или обеих сторон. Противоположность ненависти – терпимость, и в этом индуизм превосходит всех остальных. Индуистское верование, которое способствует терпимости к различиям в расе и национальности, состоит в том, что всё человечество, все мы – божественные существа, души, созданные Богом. Поэтому мы уважаем и принимаем все человеческие расы. Индуистская практика приветствия друг друга словом «Намаскар», что означает «я поклоняюсь Богу в тебе» – это прямое воплощение этой философской истины в повседневной жизни.

Индуисты не верят в то, что одни люди будут спасены, а другие прокляты, они не верят в избранный народ и в мир, разделённый на добро и зло, заселённый верными и неверными. Индуизм уважает и защищает права людей любой касты, вероисповедания, цвета кожи и пола и требует, чтобы эти же права были предоставлены миллиардам его последователей. Индуисты мыслят глобально и действуют локально как межрасовые, интернациональные граждане Земли. Они чтят и ценят все человеческие культуры, вероисповедания, языки и народы, никогда не оскорбляя одну ради поддержки другой.

Этот принцип индуизма провозглашён в древней строфе: «Весь мир – одна семья». Все ориентированы на семью. Все наши усилия



Детей нужно с самого раннего возраста учить гордиться своим наследием и историей

сосредоточены на том, чтобы принести пользу членам нашей семьи. Мы хотим, чтобы все они были счастливы, успешны и реализованы в духовной сфере. И когда мы определяем семью как целый мир, становится ясно, что мы желаем всем в мире счастья, успехов и духовной

реализации. Ведическая строфа, отражающая это ощущение, звучит так: «Пусть все люди будут счастливы». Обучая наших детей такому безграничному принятию людей, даже сильно отличающихся от нас, мы воспитываем в них любовь ко всем и сострадательную терпимость, которые будут служить им на протяжении всей их жизни.

Многие люди на Земле твёрдо верят в карму и реинкарнацию

Индуистские концепции становятся всё более популярными и влиятельными на Западе. Каждый год тысячи жителей Западного мира принимают веру в карму и реинкарнацию как логическое объяснение того, что они наблюдают в жизни. Современное выражение закона кармы: «Что посеешь, то и пожнешь». Карма – это универсальный принцип причины и следствия. Наши действия, как хорошие, так и плохие, возвращаются к нам в будущем, помогая нам учиться на жизненных уроках и становиться лучше. Реинкарнация – это вера в то, что душа бессмертна и рождается вновь и вновь. Благодаря этому процессу мы получаем опыт, извлекаем уроки и духовно развиваемся. Наконец, мы освобождаемся от физического рождения и продолжаем учиться и развиваться на внутренних планах сознания без потребности в физическом теле, пока, в конце концов, не сольёмся с Богом. Вера в карму и реинкарнацию даёт детям логическое объяснение тому, что в противном случае могло бы показаться несправедливым, безразличным или безбожным в этом мире. Им можно объяснить, что все сложные вопросы (представленные ниже) имеют логическое объяснение, если рассматривать их через призму знания о карме и реинкарнации.

- ❖ Почему некоторые невинные дети умирают так рано?
- ❖ Почему одни люди намного талантливее других?
- ❖ Почему некоторые люди поступают плохо?
- ❖ Почему злой человек может добиться успеха, а добрый – потерпеть неудачу?

Вера в единственную жизнь делает невозможной приятие подобного положения вещей, заставляя человека задуматься, почему справедливый и доброжелательный Бог позволяет такому случиться. Но понимание кармы, как Божественного закона, выходящего за рамки одного рождения и призывающего к ответственности за действия во многих прошлых рождениях на Земле, объясняет многое. Этот невинный ребёнок мог быть в прошлой жизни детоубийцей. Этот музыкальный гений, возможно, настолько усовершенствовал своё мастерство в прошлой жизни, что унаследовал редкий талант при рождении и стал вундеркиндом.

Вера в карму и реинкарнацию придаёт нашей жизни духовную цель. Мы знаем, что причина, по которой мы находимся здесь, на Земле, заключается в духовном созревании, и что этот процесс

распространяется на многие жизни. Мы знаем, что карма – наш учитель в этом процессе, обучает нас, что делать и чего не делать, через плоды, которые она приносит нам в будущем. Таким образом, наше нынешнее воплощение – природа нашего тела, семьи, склонностей, талантов, сильных и слабых сторон – создано нами, нашими прошлыми действиями, как положительными, так и отрицательными, чтобы мы продолжали учиться и развиваться.

Индуизм смело провозглашает, что человек может познать Бога

Сегодня во всём мире многие, кто находится на духовном пути, хотят получить личный духовный опыт. Они хотят увидеть Бога. Индуизм не только даёт им надежду на то, что они смогут достичь своей цели в этой жизни, но и предлагает им практические инструменты, такие как йога и медитация, благодаря которым эта цель в конечном итоге становится реальностью.

Многие религии сосредоточены на том, чтобы помочь неверующему обрести веру в Бога. Вера в Бога в таких религиях – это начало и конец пути. Как только вы поверите в Бога, вам больше ничего не надо делать. Однако в индуизме вера – это только первый шаг. Индуисты хотят перейти от веры в Бога к знанию Его. Для индуиста вера – подготовительный этап к познанию Божественного, ежедневному общению с Ним и самореализации.

Существует хрестоматийная история из жизни Свами Вивекананды, одного из самых известных современных учителей индуизма, которая иллюстрирует индуистскую точку зрения в вопросе познания Бога. Когда Вивекананда ещё был студентом университета, он спрашивал многих выдающихся религиозных лидеров в районе Калькутты, где он жил, видели ли они Бога. Однако он так и не получил чёткого и авторитетного ответа от кого-либо из них, пока не встретил Шри Рамакришну. Во время своей второй встречи со Шри Рамакришной он спросил великого мудреца: «Господин, вы видели Бога?» Шри Рамакришна спокойно ответил: «Да, я видел Его так же ясно, как человек видит яблоко на своей ладони. Нет, даже более отчётливо. Ты тоже можешь увидеть Его». Это произвело глубокое впечатление на молодого Вивекананду, который вскоре принял Шри Рамакришну, как своего гуру.

Рассказывая детям о том, какое место в индуизме занимает личный опыт познания Божественного, мы направляем их на путь самопознания, самосовершенствования и открытия Божественного, путь, который не опирается только на чьи-то убеждения или опыт. Это даёт им возможность оценить каждый шаг в жизни – будь то приятный или неприятный – как неотъемлемую часть радостного духовного путешествия.

6. РАЗВИВАЙТЕ ДОБРОДЕТЕЛЬНЫЙ ХАРАКТЕР



Добродетельный характер присутствует, когда мы, естественным образом, относимся к другим с добротой, щедростью и признательностью. Он в полной мере проявляется, когда мы на протяжении всей жизни ищем благословений Бога, божеств и гуру. Как его можно воспитать в детях? Именно посредством того, что родители сами демонстрируют эти качества. Дети узнают, что от них ожидают такого поведения, наблюдая за действиями своих родителей. Добродетельность культивируют, часто ссылаясь на десять предписаний (*ниям*) индуистского кодекса поведения, и указывая на их актуальность на примере повседневной жизни, телевидения и в кино. *Ниямы* – это раскаяние, удовлетворенность, даяние, вера, поклонение Господу, слушание священных писаний,

познание, священные обеты, рецитация и аскеза. Добродетельный характер воспитывается, обучением ребёнка совершать поклонение и молиться в домашнем святилище или в храме перед важными событиями, такими как начало нового учебного года или перед выпускными экзаменами. Добродетельное поведение приносит в жизнь наших детей радость божественного благословения. Гурудэва описал идеальную картину так: «К индуистским детям всегда относятся с большим уважением и трепетом, потому что не всегда известно, кем они являются. Они могут быть реинкарнациями бабушки, дедушки, тёти или дяди, горячо любимой матери, сестры, брата, чтимого отца, йога или *риши*, снова воплотившихся, чтобы помочь человечеству в духовном продвижении. Мы должны спросить: “Кто эти души? Какова их судьба в этой жизни? Чем мы можем им помочь?”»

7. РАЗВИВАЙТЕ НАВЫКИ РАЗРЕШЕНИЯ КОНФЛИКТОВ



Наше мастерство в разрешении конфликтов проявляется, когда мы решаем разногласия с другими, используя интеллект и находя компромиссы, устраивающие обе стороны. Как оно культивируется в юности? Через родителей, которые сами демонстрируют эти качества. И снова дети понимают, чего от них ждут, наблюдая за своими родителями. Дипломатии обучают каждый раз, когда дети используют гнев, физическую силу или словесные оскорбления, чтобы победить в конфликте, обсуждая с ними, как проблему можно было бы урегулировать за счёт использования интеллекта, а не грубой силы. Это происходит путём замены идеи «Я хочу, чтобы я выиграл, а ты проиграл» на идею «Я выигрываю, когда выигрывают все». Дети могут научиться от родителей, что именно благодаря кротости, а не за счёт доминирующей позиции, конфликты разрешаются наиболее гладко и легко. Примеры того, что делать и чего не делать, можно почерпнуть от людей, которых они видят по телевидению и в кино. Мастерство в умении разрешать конфликты воспитывается родителями, которые решают свои супружеские разногласия до отхода ко сну, поскольку это на собственном примере учит тому, как важно столкнуться с конфликтом и разрешить его, а не убежать от него. Искусство разрешения разногласий сохраняет жизнь наших молодых людей возвышенной, а их подсознание – свободным от волнений, вызванных воспоминаниями о неразрешённых конфликтах.

ЧАСТЬ ЧЕТВЁРТАЯ

РАССКАЖИТЕ ОБ ИНДУИЗМЕ И ДРУГИХ РЕЛИГИЯХ

Расскажите об утверждении из Вед: «Истина одна, но мудрецы описывают её по-разному»

Индуизм часто неправильно понимают как политеистический, считая, что в нём поклоняются множеству богов, ни один из которых не является абсолютным. Важно исправить это заблуждение в сознании детей. Им можно объяснить, что индуисты почитают великих существ света, называемых Махадэвами, точно так же, как католики почитают небесных Архангелов. Что все индуисты поклоняются единому Высшему Существо, известному в различных деноминациях под разными именами. Более того, индуисты верят, что имманентно-трансцендентный Господь, которому они поклоняются, действительно является тем же самым Богом, которому поклоняются все народы всех вероисповеданий и религий мира. Вы можете пояснить детям что, также как в стране есть только один король, так и во вселенной есть только одно Высшее Существо. Единство Бога легко понять, когда мы видим, что разные религии используют различные имена для описания одной и той же Истины. Обучение этому детей устраняет многие заблуждения как внутри самого индуизма, так и между индуизмом и различными религиями мира.

Объясните правильный смысл ведического утверждения: «Истина одна, а путей к ней много»

Некоторые индуисты учат своих детей, что все религии едины, думая, что это хороший способ описать широту взглядов Санатаны Дхармы. Однако это сомнительный аргумент в пользу индуистской веры, искажающий смысл того, что «Истина одна, а путей к ней много». Такое обучение приведёт к тому, что дети станут индуистами лишь наполовину, не будут полностью преданными своей вере и не вдохновятся на то, чтобы передать её своим потомкам. Я видел, как такое отношение порождает равнодушных индуистов, заходящих в церковь, пассивно участвующих в службах другой религии, видимо, полагая, что это не имеет большого значения, в какой традиции растить своих детей.

Правильное учение состоит в том, что индуисты верят, что все религии поклоняются одной и той же Истине, одному и тому же Высшему

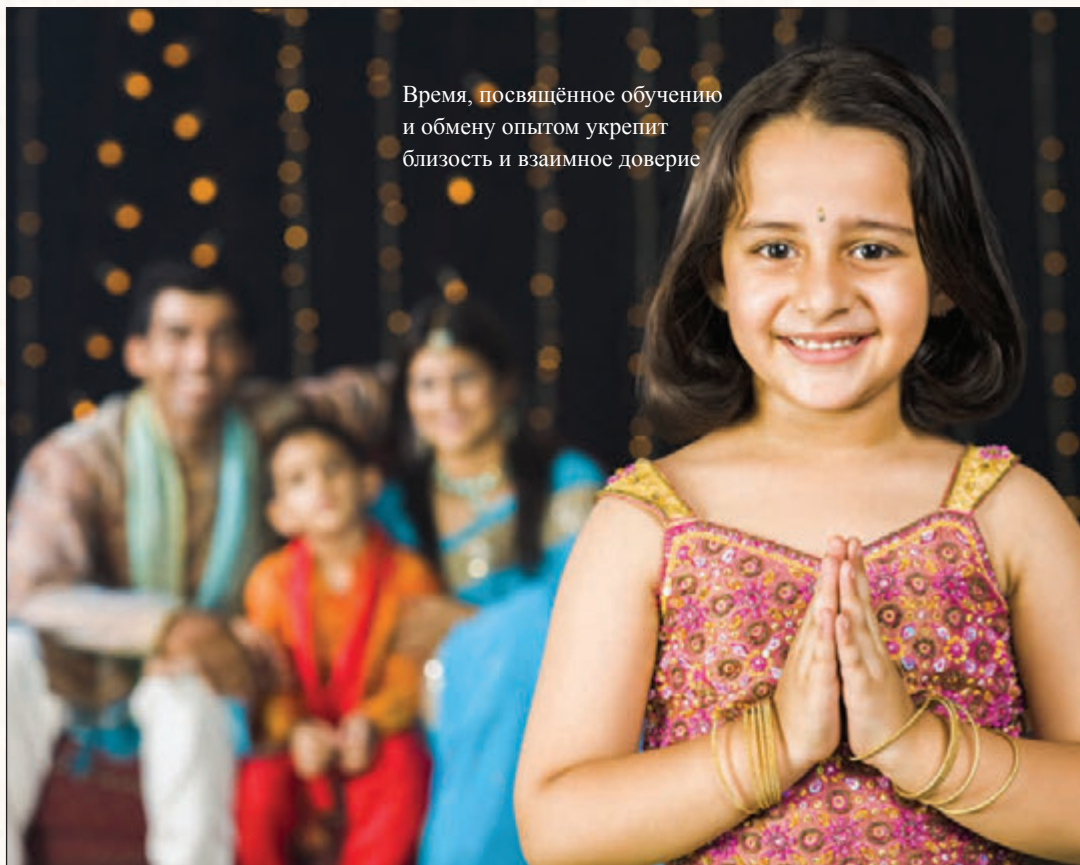
Существу, но при этом различные религии не являются идентичными, и имеет большое значение, какой религии вы следуете. Верования и практики различных мировых религий, в действительности, очень разные. Бог, которому поклоняются, один, но каждый из множества путей, ведущих к Нему, может существенно отличаться. Эти знания помогут детям увидеть множество мировых религий в реалистичном свете и следовать своему индуистскому пути с полной самоотдачей.

Индуисты верят, что все основные мировые религии являются верными путями, и что каждый находит на своём месте в своей вере

Индуисты не являются сторонниками прозелитизма – они не пытаются обратить представителей других религий в свою веру. Прозелитизм основан на убеждении, что чья-то религия является единственно истинной религией, и что каждый, исповедующий другую религию, должен присоединиться к ней. Индуисты придерживаются противоположной точки зрения, а именно, что все веры хороши, и представители этих религий прекрасно себя чувствуют, оставаясь в рамках своей веры. Каждая религия имеет свои уникальные убеждения, практики, цели и пути продвижения, а доктрины одной часто конфликтуют с доктринами другой. Даже это никогда не должно быть причиной религиозной нетерпимости. Индуисты уважают все религиозные традиции и людей, им приверженных. Они знают, что хорошие граждане и стабильные общества создаются группами религиозных людей во всех странах.

Однако важно научить детей тому, что, хотя индуисты не выступают за прозелитизм, индуизм принимает и всегда принимает в свою религию новых членов, стремящихся познать его на самых глубоких уровнях. Это неправда, что нужно родиться

Время, посвящённое обучению и обмену опытом укрепит близость и взаимное доверие



индуистом, чтобы быть индуистом. Когда один почитатель спросил мнение на этот счёт Свами Вивекананды, тот ответил: «В далёком прошлом чужаков обращали толпами, и этот процесс продолжается до сих пор».

Индуисты, вступающие в брак с человеком, не являющимся индуистом, но интересующимся Санатана Дхармой, мудро побуждают его или её изучать и в конечном итоге принять веру, чтобы вместе вырастить своих детей как набожных индуистов, а не разрывать их между двух религий.

ЧАСТЬ ПЯТАЯ

РАССКАЖИТЕ, КАК ИНДУИЗМ ПОЗВОЛЯЕТ ПОЗНАТЬ БОГА

В индуизме есть продвинутые практики, которых нет в других религиях

Если вы просто хотите жить добродетельной, благочестивой жизнью и быть частью сообщества единоверцев, вы обнаружите, что все религии похожи на этом базовом уровне. Но если у вас появится желание получить личное переживание Бога, вы найдёте продвинутые практики, ведущие к этому божественному опыту, лишь в нескольких религиях. Хороший пример, подтверждающий этот факт, можно наблюдать в католических монастырях уже на протяжении десятилетий. Некоторые монахи в этих монастырях испытывают желание лично получить опыт переживания Божественного. Что они делают для этого? Они обращаются к индуистским писаниям, таким как афоризмы Йоги Патанджали, за рекомендациями использовать практику глубокой медитации и внутреннего духовного продвижения, поскольку в христианстве подобных учений немного. Такие учения, однако, рассматриваются католической церковью как еретические, и Ватикан приказал монахам и монахиням прекратить все практики йоги и вернуться на путь молитвы. Применяя современную аналогию, можно сказать, что все религии – это компьютеры, предназначенные для ответа на наши вопросы о жизни и Боге. Какие-то религии – это персональные компьютеры, какие-то – миникомпьютеры, другие – ЭВМ, но индуизм – это суперкомпьютер.

Индуизм предлагает четыре способа личного переживания Бога; первые два способа включают видение божественного в других людях

В индуизме очень важно углублять личное осознание Божественного присутствия. Возможно, проще всего начать с того, чтобы увидеть Бога в великих религиозных учителях. Мы ощущаем в них особую духовную ауру, которая поднимает настроение и вдохновляет. Мы видим свет в их глазах и чувствуем любовь в их присутствии, которой не находим в других.

Второй способ увидеть Бога – это заглянуть в глаза другому человеку. Вглядитесь пристально, за пределы его или её личности, интеллекта и посмотрите на чистую жизненную энергию человека как на

8. РАЗВИВАЙТЕ БЛИЗОСТЬ С РОДИТЕЛЯМИ



Близость с родителями выражается, когда дети, достигнувшие совершеннолетия, решают проводить с ними время, потому что им действительно нравится быть с ними. Между ними существуют сильные узы любви и понимания. К сожалению, часто бывает наоборот. Как культивируется чувство близости с родителями? Это происходит через выражение любви, объятия и частое повторение трёх волшебных слов «Я люблю тебя». Если любовь никогда не выражается, развивается дистанция в отношениях. Близость воспитывается, когда плохое поведение ребёнка корректируется с помощью позитивных дисциплинарных методов, таких как перерыв в работе и логическая оценка естественных последствий соответствующего проступка. Использование физического насилия, гнева,

несопоставимых проступку наказаний, порицания и стыда порождают дистанцию. Близость приходит, когда достаточно времени проводится вместе за делами, которые нравятся всем членам семьи. Она развивается благодаря привязанности отца к его сыновьям и привязанности матери к её дочерям, через появление общих хобби или в играх и совместном занятии ими. Она защищена, когда родители создают в доме безопасную атмосферу доверия, в которой их дети могут свободно рассказывать им обо всём, что они сделали, не опасаясь тяжёлых последствий. Они знают, что родители любят их, несмотря ни на что. Близость с любящими родителями укрепляет все последующие отношения, которые развиваются у детей, даже их отношения с Богом.

9. РАЗВИВАЙТЕ СОЗНАНИЕ, СВОБОДНОЕ ОТ ПРЕДРАССУДКОВ



Сознание, свободное от предрассудков, проявляется, когда мы видим Бога в каждом и полностью принимаем различия в этническом происхождении и религии. Мы рождаемся с предрассудками? Совершенно точно нет! Мы обретаем их дома, в школе и в других местах. Как развивать сознание свободное от предрассудков? Обучая наших детей тому, что весь мир – это наша семья, а все люди – божественные сущности. Избегая любых высказываний, содержащих предубеждения с расовым или религиозным подтекстом. Это достигается путём обсуждения с нашими детьми любых рассуждений о предрассудках, которые они слышат в школе или где-либо ещё. Задача заключается в том, чтобы научить детей избегать обобщений о людях и вместо этого думать о конкретных личностях и качествах,

которыми они обладают. Телевидение и кино могут предоставить полезный материал для обсуждения. Принятие других воспитывается, когда дети встречаются, общаются и учатся чувствовать себя комфортно с детьми других национальностей и религий. Люди, обладающие терпимостью, помогают сообществам функционировать с меньшими тренирами и недопониманием. Гурудэва учит нас: «Каждая вера порождает определённую жизненную позицию. Наша жизненная позиция определяет все наши действия. Вера в карму, реинкарнацию и существование всепроникающей Божественности во вселенной порождает чувства благоговения, доброжелательности и сострадания ко всем существам. Естественным следствием этого верования является принцип *ахимсы*, непричинения вреда».



Детей нужно учить правильному месту компьютеров в их жизни

Бога. В индуистской культуре у нас есть возможность каждый раз, когда мы приветствуем других людей традиционным жестом «Намаскар», смотреть им в глаза достаточно глубоко, чтобы видеть в них Бога как «Жизнь их жизни». Эта практика – отличный способ для детей узнать, что все люди – божественные сущности.

Третий и четвёртый способы познать Бога – это храмовое поклонение и медитация

Третий способ увидеть Бога – через образ Божества в индуистском храме. Это религиозный или теистический подход. Боги и *дэвы* из

внутреннего, духовного мира могут благословить нас через свой образ в храме. Образ подобен временному физическому телу, которое они используют во время храмовых церемоний. Хотя иногда у почитателя может возникать мистическое видение Бога, чаще всего мы воспринимаем богов и *дэвов* как возвышающую, умиротворяющую, божественную энергию или *шакти*, исходящую от образа. Легче всего ощутить их благословение в кульминационный момент *пуджи*, когда пламя от масляного светильника, *дипы*, поднимается высоко. Если детей с самого раннего возраста учить радостям храмового поклонения, они разовьют отношения преданности с

Божествами, которые укрепят их и будут направлять на протяжении всей жизни.

Четвёртый способ увидеть Бога – это медитация, которая является формой внутреннего поклонения. Это монистический, или объединяющий, подход к познанию Бога – достаточно глубоко проникнуть в наше внутреннее сознание, чтобы найти сущность нашей души, которая тождественна Богу. Детей можно обучить основам медитации в раннем возрасте, начиная с сидения с прямой спиной, регулирования дыхания и выполнения хатха-йоги для успокоения умственной и физической активности. Эти практики помогут им оставаться сосредоточенными, и по мере взросления они естественным образом созреют для более глубоких внутренних переживаний.

Индуизм фокусируется на личной, духовной трансформации посредством регулярной практики различных дисциплин, называемой *садхана*

Чтение духовных книг является неотъемлемой составляющей продвижения по индуистскому пути. Однако ещё более важным является регулярное соблюдение религиозных дисциплин. Наша эмоциональная, интеллектуальная и духовная природа значительно улучшается и развивается благодаря регулярному выполнению таких дисциплин в течение многих лет. Чем более последовательно мы практикуем, тем быстрее прогрессируем. Установление хороших образцов поведения, включая ежедневные духовные практики, называемые *садхана*, начинается в раннем детстве, дома. Самая успешная индуистская практика в семье – это когда родители просят своих маленьких детей участвовать в утренних молитвах и по мере их взросления приглашают их присоединиться к занятиям йогой и медитацией.

Духовные практики индуизма делятся на четыре категории

Множество духовных практик индуизма можно разделить на четыре категории: хорошее поведение, служение, преданность и медитация.

❖ Воспитание хорошего поведения – основополагающая практика

Воспитание хорошего поведения или развитие хорошего характера – основа всех других практик в индуизме. Хорошее поведение начинается с преодоления основных инстинктивных паттернов, таких как склонность злиться и причинять боль. Десять классических ограничений, называемых *ямами*, помогают нам преодолеть

эти тенденции. Такими ограничениями являются: непричинение вреда, правдивость, неприсвоение чужого, божественное поведение, терпение, стойкость, сострадание, честность, умеренный аппетит и чистота. Следование *ямам* естественным образом ведёт к десяти религиозным предписаниям, называемым *ниямами*, это: раскаяние, удовлетворённость, даяние, вера, поклонение Господу, слушание священных писаний, познание, священные обеты, рецитация и аскеза. Просто запомнив эти двадцать принципов, ребёнок многое узнает о том, чего от него ожидают. Хорошее поведение включает выполнение своего долга перед семьёй и обществом, почитание святых мужчин и женщин, уважение к старейшинам и искупление проступков.

❖ Служение – вторая категория

Служение, также называемое карма-йогой или *севой*, относится к религиозному служению, совершаемому без малейшей мысли о вознаграждении, и имеет чудодейственный эффект для смягчения эго и пробуждения врожденной преданности души. Примером служения является выполнение простых обязанностей в храме, например, подметание полов или чистка лампад. Другие формы *севы* включают в себя ежемесячное кормление бедняков в храме, оказание поддержки жертвам стихийных бедствий, посещение заключённых и помощь бездомным. Дети любят быть полезными, и их следует поощрять в том, чтобы они находили религиозные выражения этого стремления.

❖ Преданность – третья категория

Преданность, или бхакти-йога, сосредоточена вокруг регулярного поклонения Божеству в храме и стремления пробудить любовь к Богу в наших сердцах, смягчить интеллект и развить глубокое чувство смирения. Она включает в себя религиозное пение, паломничество и выполнение *пуджи* в домашнем святилище. Для детей это может быть так же просто, как приносить цветок к святыне каждое утро перед школой. Дети любят Богов, особенно Господа Ганешу, и их, даже в самом раннем возрасте, можно научить держать руки в приветственном жесте «Намаскар», простираясь перед алтарём и разучивать песни и гимны, восхваляющие их любимое Божество.

❖ Медитация – четвёртая категория

Медитация также называется раджа-йогой или аштанга-йогой, поскольку она состоит из восьми частей. Две основополагающие

ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ, ЧАСТЬ 2

РУКОВОДИТЕ СВОИМИ ДЕТЬМИ С ПОМОЩЬЮ ЛЮБВИ, А НЕ ЗА СЧЁТ СТРАХА



Дети совершают ошибки не потому, что они плохие, а потому, что им не хватает знаний или подготовки.

Для всего человечества, независимо от того, где человек находится на пути, духовное продвижение происходит за счёт улучшения его поведения. Мы делаем это, извлекая уроки не только из своих успехов, но и неудач. К сожалению, этот процесс часто тормозится идеей о том, что почему-то мы не должны ошибаться. Мы растём, порицаемые родителями за наши ошибки. Некоторые учителя высмеивают и даже бьют учеников, когда они делают ошибки. Начальники кричат на своих сотрудников, когда те ошибаются. Неудивительно, что многие взрослые чувствуют себя ужасно, когда у них что-то плохо получается. Чтобы извлечь духовную пользу из наших ошибок, нам нужен новый подход, открывающий дверь для понимания и ведущий к совер-

шенствованию. Мы можем рассматривать ошибки как прекрасную возможность для обучения. Приучая наших детей к дисциплине, важно сосредоточить внимание на том, чтобы выяснить, какой недостаток знаний или подготовки вызвали неправильное поведение, а затем дать им необходимые наставления. Этот процесс можно понять в свете концепции желания, действия и мудрости. Мы хотим, чтобы наши дети вели себя хорошо, но если наши действия по их воспитанию вызывают страх, негодование или чувство неполноценности, тогда они не улучшатся, и мы не достигнем нашей цели. Относясь к ошибочному поведению ребёнка с любовью и пониманием, мы обнаруживаем свою собственную мудрость в общении с детьми и помогаем им прийти к здоровой зрелости, подготовленными к тому, чтобы руководить своими собственными детьми с любовью и мудростью.

Сосредоточьтесь на поиске решения, а не на наказании.

Для некоторых родителей дисциплинирование своих детей за плохое поведение – это просто вопрос наказания. Но дисциплинировать означает «учить», поэтому наказание упускает суть, если оно не сопровождается бережным обучением и добросердечной помощью ребёнку, ободрением, поднятием его самооценки и воодушевлением. Во многих случаях допустив-

ший ошибку ребёнок просто чего-то не знает или не понимает. Ребёнку не хватает некоторого знания. Вдумчивым родителям необходимо выяснить, что это за знание, и преподать его ребёнку так, чтобы он или она могли усвоить и запомнить. Это более трудоёмкий процесс, чем быстрый удар по спине, но он приводит к гораздо более постоянным и положительным результатам.

Существуют лучшие способы дисциплинирования, чем телесные наказания и вербальные оскорбления.

Когда дети действительно плохо себя ведут, наказание, конечно, должно быть частью ответных мер. Различные формы телесных или физических наказаний и вербальных оскорблений – щипки, шлепки, удары, использование резких или гневных слов – всё это вызывает у ребёнка обиду и страх. В таком состоянии он не может и не желает сосредоточиться на уроке, который родитель намеревается преподать. Такие наказания неизбежно создадут дистанцию между родителем и ребёнком и снизят его самооценку. С другой стороны, альтернативные формы наказания – любящие, позитивные стратегии, такие как перерыв в работе, логическая оценка последствий ошибочного поведения и отказ в привилегиях – более эффективны и способствуют тому, чтобы ребёнок усвоил урок прошлого, здоровым обра-



части – это *яма* и *ниама*, о которых говорилось ранее. Третья и четвёртая – это *асана*, спокойное сидение в йогической позе, и *пранаяма* – контроль дыхания. *Пратьяхара*, отстранение чувств, приводит осознание к дхаране, концентрации, а затем к *дхьяне*, медитации. *Дхьяна* ведёт к *самадхи*, осознанию Бога, и в конечном итоге расцветает в состояние, называемое *джняной*. Дети могут научиться понемногу сидеть в позе лотоса, дышать диафрагмой и успокаивать свой ум и эмоции с помощью внимания и концентрации. Когда они станут более зрелыми, вы можете ответить им к *свами* или учителю йоги, чтобы глубже погрузиться в практику.

ЧАСТЬ ШЕСТАЯ

РАССКАЖИТЕ, КАК ЖИТЬ В ЭТОМ МИРЕ ПОЗИТИВНО

Обучайте детей тому, что мир – это позитивное место, наполненное возможностями для роста

В этом смысле мир – арена для жизни, особенно там, где мы больше всего взаимодействуем с людьми, например, в доме, школе и на работе. С позиции Запада эти места не считаются духовными, но не в индуизме, где нет чёткого разделения между священным и светским. Как сказал наш парамагуру Шива Йогасвами: «Мир – это *ашрам*, тренировочная площадка для достижения *мокиши*».

Что же превращает мир из светского места в священное? Это понимание того, что именно через процесс проживания жизни мы развиваемся духовно. Это знание того, что, выполняя наши естественные обязанности, честно и в меру наших возможностей, мы добиваемся духовного прогресса. Почему? Взаимодействуя с другими, мы извлекаем важные уроки и в результате постепенно углубляем своё понимание, улучшаем наше поведение и становимся более духовными.

В этом процессе мы прорабатываем кармы из прошлого и создаем новые кармы, с которыми нам предстоит столкнуться в будущем. Наша повседневная деятельность, встречи и эмоциональные реакции способствуют нашему прогрессу так же, как посещение *пуджи* в храме, изучение священных текстов, медитация и поклонение в

нашем домашнем святилище. Парамагуру Йогасвами уловил суть этой точки зрения, когда сказал: «Вся работа должна выполняться с целью достижения Бога».

Объясните, что жизнь – это классная комната, в которой мы усваиваем важные уроки

Жизнь – это процесс обучения методом проб и ошибок, дающий возможность духовного продвижения. Гурудэва учил: «Жизнь – это череда переживаний, следующих одно за другим. Каждый опыт можно рассматривать как классную комнату в большом университете жизни, если мы только подойдём к нему таким образом. Кто посещает эти классы? Кто является членом этого университета жизни? Это не ваш инстинктивный ум. Это не ваш интеллектуальный ум. Это тело вашей души, ваше сверхсознательное я, это чудесное тело света. Оно созревает под воздействием стресса и напряжения».

Дети проводят большую часть своего дня, обучаясь, как правило, в школьном классе, поэтому идея о том, что вся жизнь – это школа для нашей души, легко ими воспримется и научит ценить уроки жизни, откуда бы они не приходили.

Расскажите о трёх великих силах: желании, действии и мудрости

Важное понимание процесса созревания души может быть получено при внимательном рассмотрении трёх *шакти* Бога – *иччхи*, силы желания, *крийи*, силы действия, и *джняны*, силы мудрости, которые также являются тремя силами души. Сначала у нас появляется желание, а когда желание становится достаточно сильным, мы действуем. В молодых душах действие может быть непродуманным и неправильным или адхармичным, лишённым мудрости. Например, нам нужен компьютер, поэтому мы его просто крадём. Нам нужны деньги, поэтому мы занимаем деньги, не собираясь их возвращать. Душа повторяет цикл подобных опытов, переходя от желания к действию, от желания к действию.

В случае адхармичного поступка, к примеру, воровства, душа рано или поздно усвоит урок, что воровство – не лучший способ получить то, что нам нужно или чего мы хотим. Это может произойти после того, как нас поймут, что станет крайне тяжёлым опытом, или из-за того, что мы увидим страдания, которые наши действия причиняют другим. Такое обучение – это *джняна шакти*, одухотворённая мудрость, которая проявляется и приводит к улучшению поведения. Этот процесс также работает для добродетельных или дхармичных действий. Например, мы работаем волонтерами в храме,



зом сотрудничая с родителями и не повторяя подобного поведения в будущем.

Научите детей, как мудро реагировать на свои ошибки, с помощью следующих четырёх шагов.

Наиболее частая первая реакция на ошибку – это расстроиться, переживать по этому поводу или, если это серьёзная ошибка, чувствовать себя ужасно обременённым и даже подавленным. Это естественная первая реакция, но если это наша единственная реакция, этого недостаточно. Нам нужно справиться с эмоциональной реакцией на действие и перейти ко второму этапу – этапу обучения.

Хороший второй шаг к исправлению ошибки – это чётко подумать о том, что произошло и почему, и найти способ не повторять ту же ошибку в будущем. Возможно, мы были недостаточно осторожны, и решение быть более осторожным в следующий раз предотвратит повторение ошибки. Возможно, мы были просто не информированы или не обдумали своё действие. Но с дополнительными знаниями, извлечёнными из нашей ошибки, мы можем решить, что лучше делать в следующий раз, когда возникнет аналогичная ситуация. Возможно, мы создали непредвиденные негативные последствия для себя или других. Теперь, когда мы осознаём эти последствия, мы определённо больше не пойдём по этому пути. Недавно



Бабушки и дедушки – бесценные наставники для детей

чтобы раз в месяц проводить уроки для детей. Бескорыстное действие и его влияние на нас приносят внутреннюю радость. Таким образом, *джняна* направляет нас к принятию решения о ещё большем служении и от этого – к ещё более радостным ощущениям. Мы

снова улучшили своё поведение. Если детям рассказывать об этих трёх основных силах, действующих в их жизни, они будут стремиться понять свои желания, думать о своих действиях и стремиться к мудрости.

группа детей в Австралии устроила пожар в небольшом лесу. Несколько ни в чём не повинных людей получили серьёзные ожоги. Детей поймали, и в порядке наказания судья направил их навестить пострадавших в больнице, чтобы увидеть последствия своих действий. Это произвело на них сильное впечатление. Побуждая детей оценивать последствия своих поступков, мы даём возможность детям перейти от сожаления «Я не должен был этого делать» к обещанию «Я больше не буду этого делать».

Третий шаг может потребоваться, если наша ошибка напрямую затрагивает других людей. Возможно, мы обидели их чувства или создали напряжение в отношениях. Личное извинение может исправить это, если мы хорошо их знаем. Если мы недостаточно близки с человеком, чтобы извиниться устно, щедрый поступок может привести поток наших чувств в гармоничное состояние. Например, детей можно научить включать тех, кого они обидели или оскорбили, в группу друзей, приглашённых на вечеринку или просто поделиться печеньем или другими вкусностями.

Четвёртый шаг может потребоваться в случае серьёзного проступка, например, если мы сделали что-то нечестное. В этом случае, даже если мы решим не повторять такие действия и

извиниться перед участниками, мы всё равно можем чувствовать себя плохо. В этом случае нам нужно совершить некую форму аскезы, *праяччитту*, чтобы избавиться от чувства вины за свои действия. Типичные формы аскезы для взрослых – это пост, выполнение 108 простираний перед Божеством, либо простиранья по священной тропе или вокруг храма. Это слишком сурово для детей младшего возраста, но они могут совершить более простую аскезу, например, пропустить один приём десерта или отказаться от любимой телепрограммы перед сном.

Помогите своим детям научиться совершенствовать искусство быстрого обучения на своих ошибках.

Духовный путь – это серия переживаний, и иногда эти переживания – это ошибки, которые мы совершаем. Если мы научим наших детей быть активными в саморефлексии, они смогут быстро учиться на своих ошибках, избегать их повторения и двигаться вперёд по духовному пути. Если дети постоянно повторяют одни и те же ошибки снова и снова, они не добьются хорошего прогресса. Это то, к чему родители должны быть внимательными, поскольку именно они устанавливают поведенческие шаблоны для разрешения кармы в жизни своих детей.

Издательство «Гита Пресс» вступает в новое столетие

Это уважаемое издательство за время своей работы напечатало более 700 миллионов религиозных книг и брошюр, в том числе 141 миллион копий «Бхагавад Гиты».



ТИРТХО БАННЕРДЖИ, ИНДИЯ

Наиболее распространёнными книгами, хранящимися в индуистских семьях по всей Индии, являются «Шримад Бхагавад Гита» и «Рамчаритманас», часто стоящих рядом с буклетом «Хануман Чалиса». Большинство из них издаётся «Гита Пресс» в Горакхпуре. Почему? Их цена является главной причиной, а также безошибочный перечень книг, написанных понятным языком, с красиво оформленным текстом и высококачественной печатью.

Через два года, 29 апреля 2023 года, «Гита Пресс» – крупнейшей типографии и издательству, распространяющему индуистскую религиозную литературу – исполнится 100 лет. Но компания продолжает скромно трудиться, не поднимая шума о своей огромной проделанной работе и невероятных достижениях.

К марту 2019 года «Гита Пресс» выпустила 141,3 миллиона копий «Бхагавад Гиты» в различных изданиях, 108,7 миллионов копий «Рамчаритманаса» и других произведений Госвами Тулсидаса; 25,2 миллиона экземпляров Пуран и Упанишад, 5 миллионов экземпляров «Хануман Чалисы», 198,6 миллионов копий небольших книг, особенно для детей и малообразованных; и 160 миллионов экземпляров буклетов, брошюр и текстов на основе священных писаний по темам, связанным с духовным развитием.

«С момента своего основания “Гита Пресс” опубликовала более 700 миллионов книг», – говорит д-р Лал Мани Тивари, менеджер по производству. Книги не ограничиваются только хинди и санскритом. Индуистские религиозные произведения, комментарии и переводы публикуются на английском, малаялам, телугу, гуджарати, тамильском, маратхи, одия, каннада, урду, ассамском, бенгальском,



пенджаби и непали. Кальян – самое популярное периодическое издание на хинди, имеет более 230 000 подписчиков, а его англоязычная версия, Кальяна-Кальпатару, имеет более 100 000 подписчиков. Только представьте себе круг читателей издательства!

Посетив территорию типографии, можно восхититься архитектурным величием её знаменитых входных ворот, на которых отражены популярные в стране стили храмового зодчества. Входные колонны спроектированы по образцу колонн пещерного храма Эллары.

Круглое углубление в средней части за колесницей Шри Кришны и Арджуны вырезано в виде входа в пещерный храм Аджанты. Башни над воротами копируют архитектуру храма Минакши. Выступающие конструкции и роспись на потолке изображают Бадринатх, Дварку, Пури и Рамешварам, четыре основных места паломничества в Индии. Надпись «Сатьямвад дхарамачар» («Говори правду и практикуй дхарму») выгравирована на входной двери. Д-р Раджендра Прасад, первый президент Индии и великий учёный, от-



Священное печатание: (по часовой стрелке слева) логотип «Гита Пресс»; богато украшенный вход на территорию типографии; большой одноцветный пресс с бумажными рулонами на переднем плане; сборочная линия для брошюровки; книжный магазин при издательстве

крыл это грандиозное сооружение 29 апреля 1955 года.

«Гита Пресс» функционирует на участке земли площадью 1,3 га. Как и любая другая типография, она имеет четыре основных отдела: допечатной подготовки, печати, переплёта и дистрибуции. Недавно типография за 1,5 миллиона долларов США приобрела немецкую печатную машину, которая способна выполнять более качественную и эффективную печать, способствующую сокращению производственных расходов. Лал Мани сказал, что они также импортировали машины из Японии и Италии для увеличения производительности и эффективности. Рёв огромных современных машин разносится по всему цеху – в книжном производстве нет ничего тихого. Ежегодно через них проходит 4500 тонн бумаги.

Грандиозные производственные масштабы и великолепие оборудования дополняются безупречной работой. Каждый сотрудник выполняет свою часть работы с точностью хирурга и синхронно с другими. Синхронность здесь имеет решающее значение. После печати и резки будущие книги аккуратно укладывают на поддоны и переносят в переплётную мастерскую для окончательных работ, а затем в отдел отгрузки. Наблюдать весь процесс – видеть, как написанное слово превращается в массовое печатное издание – значит быть впечатлённым масштабом его реализации.





ATUL PATEL



ATUL PATEL



ATUL PATEL

Ценовая политика направлена на максимальное распространение

Путешествуя поездом по Индии, можно заметить киоски «Гита Пресс» на каждой платформе. Торговые точки расположены по всей стране, от Ченнаи до Харидвара и от Сурата до Каттака. По оценкам Лала Мани, на железнодорожных станциях Индии насчитывается более 2500 точек продаж и около 50 книжных киосков, и все они активно работают. По приблизительным подсчётам, каждый день продаётся порядка 50 000 книг «Гита Пресс» различной тематики. Экземпляр «Бхагавад Гиты» можно приобрести за 42 цента, а буклет «Хануман Чалисы» – всего за шесть центов. Как они удерживают цены на таком низком уровне?

«Гита Пресс» управляется трастом на некоммерческой основе. Управление не требует внешнего финансирования, пожертвований или рекламы. Лал Мани объясняет: «Гита Пресс» не предназначена для получения прибыли; она не хочет чеканить деньги. Издательство управляется советом попечителей. На работу высшего руководства ничего не тратится. Книги издаются на новейшем оборудовании. Из-за всех этих факторов производственные затраты невелики, и книги предоставляются по субсидированным ценам».

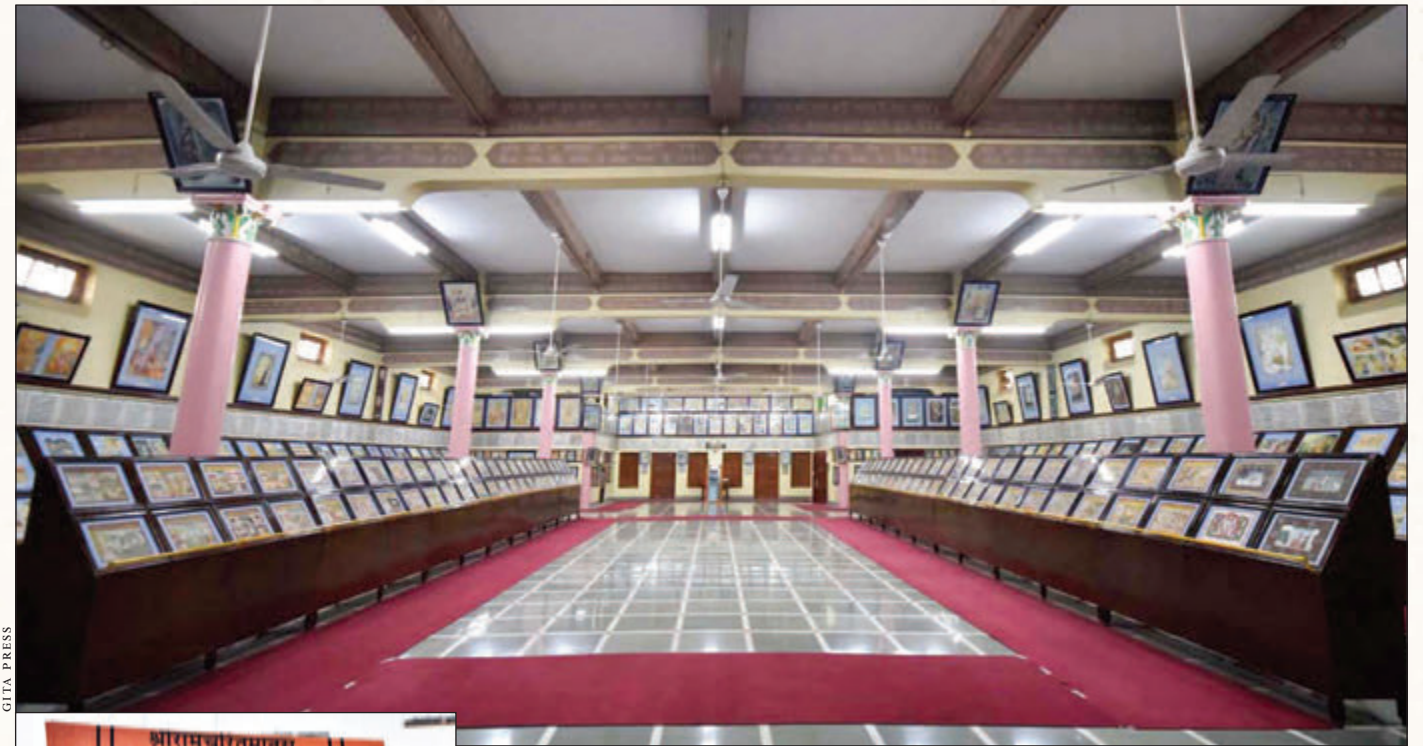
Любые понесённые убытки частично компенсируются за счет доходов, полученных журналом «Кальян», аюрведическим брендом «Гита Аюрведа» и маркой «Хаст Нирмит Ваистра Вибхаг», популярными магазинами одежды в нескольких городах (см. страницы 48-49).

Хранитель индуистской культуры

Читатели издательства единодушно считают, что ни одно другое учреждение в мире не оказало такой добросовестной службы для продвижения индуистской философии и культуры. Их общий рефрен звучит так: «Наследие “Гита Пресс” будет существовать веками и будет продолжать оберегать священные писания».

Учёные, читающие книги издательства на протяжении многих лет, глубоко уважают это учреждение и рекомендуют его публикации всем остальным. Профессор Мурли Манохар Патхак, заведующий кафедрой языков санскрита и пракритов в университете Дин Даял Упадхья (DDU) Горакхпура, заявляет следующее: «С детства я видел книги “Гита Пресс” в своём доме. Мой дедушка был заядлым читателем журнала “Кальян”. Это передалось и мне. Он был полон интересной информации и очень ненавязчиво передавал знания. Я жил в Удждаине долгое время и всегда рекомендовал книги “Гита Пресс” как среди читателей, так и книготорговцев. Мой младший брат проживает в Лондоне, и всякий раз, когда он приезжает сюда, он увозит с собой их книги коробками». Патхак также посещает мероприятия, проводимые «Гита Пресс», и считает, что эта традиция слишком прочно устоя-

.....
Производство книг: (сверху вниз) четырёхцветная печатная машина, недавно прибывшая из Японии; ручная сборка подписей к книгам; отдел отгрузки



GITA PRESS



GITA PRESS



GITA PRESS

Художественная выставка: (по часовой стрелке сверху) вид на просторную художественную галерею, расположенную на территории «Гита Пресс»; посетители внимательно изучают выставленные предметы искусства; «Рамчаритманас» Госвами Тулсидаса в рукописном издании; книги в переплёте с тем же текстом – на сегодняшний день напечатано более 108 миллионов экземпляров



ATUL PATEL

лась и глубоко укоренились, чтобы исчезнуть из-за различных современных нападков.

Доктор Вишванатх Тивари, бывший президент Национальной академии литературы (Sahitya Akademi) и профессор кафедры хинди в университете DDU Горакхпура, говорит: «Книги “Гита Пресс” были постоянным атрибутом в моей семье, неотъемлемой частью моего воспитания». Вишванатх подчеркивает, что люди узнают о Горакхпуре в основном через «Гита Пресс»: «Фактически, именно “Гита Пресс” поместила Горакхпур на карту мира».

Горакхпур, конечно, также известен Горакхпур Матхом (монастырём), основанным в XI веке святым Горакшанатхой из *натха*

сампрадайи (традиции), и в честь которого назван город. Горакхпур Матх активно участвует в индийской политике уже более века; его нынешний глава Йоги Адиянатх является главным министром штата Уттар-Прадеш.

Где бы он ни путешествовал по Индии, доктор Тивари повсюду встречает людей, знакомых с книгами издательства «Гита Пресс». Однажды у Золотого Храма в Амритсаре он разговаривал с пожилым сикхом, владельцем небольшого магазина, чья мать, о возрасте которой можно лишь догадываться, тоже сидела там. «Когда я сказал им, что связан с “Гита Пресс”, старушка спросила меня, могу ли я послать ей копию Сундерканды Тулсидаса, раздела “Рамаяны”,



описывающего путешествие Ханумана на Шри-Ланку. Точно так же, когда я был в храме Минакши в Мадуре, владелец магазина Марвари попросил меня прислать ему копию “Кавитавали” Тулидаса», — рассказывает доктор Тивари.

Лила Читра Мандир

Посетители территории типографии «Гита Пресс» не должны пропустить художественную галерею Лила Читра Мандир, которая содержит большую коллекцию картин знаменитых индийских художников, относящихся к разным эпохам. Около 684 картин, расположенных в соответствии с последовательностью событий, изображают рассказы и учения Господа Рамы и Господа Кришны. На одном из них изображён Господь Кришна, омывающий ноги своему дорогому другу Судаме в знак приветствия, когда тот прибыл в его царство.

Многие другие картины, представленные в галерее, украшают её, в том числе серия из 92 старинных миниатюр в меварском стиле, изображающих лилы Шри Кришны. Стены выложены мраморными плитами, на которых представлены все 700 строф «Бхагавад Гиты» и 700 двустийших различных святых.

Здесь также расположена библиотека индуистских религиозных книг, в которой хранятся старинные и редкие экземпляры «Бхагавад Гиты» с комментариями на разных языках. Согласно Википедии, в архивах содержится более 3500 рукописей, в том числе 100 интерпретаций «Бхагавад Гиты». Для любого, кто исследует какое-либо конкретное индуистское священное писание, библиотека — это настоящая сокровищница и идеальное место для изучения текста.

Истоки возникновения во время борьбы за свободу

«Гита Пресс» была основана 29 апреля 1923 года с целью распространения и защиты Санатана Дхармы. Это было время, когда религиозные преобразования достигли своего пика, и Индия находилась во власти британ-

Территория издательства и торговые точки: (вверху) часть территории издательства, занимающей более гектара, в Горакхпуре; (внизу) типичный книжный киоск «Гита Пресс», который можно встретить по всей Индии, этот находится в Канпуре, Уттар-Прадеш

ского режима. Джая Даял Гояндка, Гханшьям Дас Джалан и Хануман Прасад Поддар объединились, чтобы создать издательство для пробуждения духовности и праведности.

В течение первых четырёх лет «Гита Пресс» печатала только древние писания. Перечень расширился в 1927 году, когда Поддар основал журнал «Кальян». Он стал новым лицом «Гита



Пресс». Помимо проповеди религиозной этики, медитации, йоги и дхармы, «Кальян» также начал освещать социальные проблемы и актуальные вопросы, с которыми Индия боролась в те времена. Несмотря на то, что духовность оставалась центральной темой, в периодических, зачастую резких, статьях Поддара чувствовался скрытый националистический пыл.

В 1950-е годы он выступал против политических лидеров и академиков. Среди них были Махатма Ганди, Мадан Мохан Малвия, С. Радхакришнан, Рабиндранатх Тагор, Гопинатх Кавирадж, Радхакамал Мукхерджи и Раджендра Прасад. Почти все они писали для «Кальяна», и их разносторонние тексты помогли журналу достичь головокружительной известности.

После обретения Индией независимости Поддар продолжал писать, вплоть до своего ухода в 1971 году. В 1992 году правительство Индии выпустило почтовую марку в его память. «Кальян» до сих пор публикует свои комментарии к философским традициям Индии. Журнал остаётся популярным и по сей день; но популярность издательства «Гита Пресс» основывается на религиозных книгах, и спрос на них растёт год от года.

Короткий период рабочей нестабильности

В декабре 2014 года типография была закрыта после того, как переговоры между руководством и рабочими зашли в тупик. Сотрудники объявили забастовку. Их требования включали повышение зарплаты. Были разработаны планы по перемещению типографии в другое место. «Необоснованные слухи вызвали непонимание среди рабочих», — объясняет Лал Мани, — они чувствовали, что не получают требуемой по закону минимальной заработной платы, на которую они имели право, даже несмотря на то, что «Гита Пресс» платила намного больше. Я сам поехал с ними к трудовому комиссару. Когда сомнения развеялись, рабочие осознали свою ошибку и безоговорочно возобновили работу».

Три года спустя, в 2017 году, социальные сети пестрили ложными новостями о том, что типография была закрыта из-за финансовых ограничений и не могла платить своим работникам. «Люди с корыстными интересами вре-



Дочерние ашрам и школа: (вверху) «Гита Бхаван» в Ришикеше с 1000 бесплатных для размещения паломников комнат; (внизу) ученики ашрама Ришикула Брахмачарья в Раджастхане

мя от времени сфабрикуют новости и распространяют подобные слухи, в основном в социальных сетях, — объясняет Лал Мани. — Они часто обращаются к людям с просьбой о пожертвовании денег на спасение издательства, но кладут их себе в карманы». В «Гита Пресс» работает более 400 сотрудников, которым регулярно платят в соответствии с Законом о заработной плате. Работа издательства продолжается как никогда гладко.

Дочерние организации и проекты

Ашрам «Гита Бхаван», имеющий пять филиалов в Ришикеше, является крупнейшей и самой известной организацией, связанной с «Гита Пресс». В нём есть тысяча бесплатных комнат для паломников, вегетарианская кухня, аюрведический департамент и огромный лекционный зал. Множество *гхатов* для купания, расположенных вдоль берега Ганги перед *бхаваном*, широко используются паломниками для совершения омовений. На территории *бхавана* расположен храм Лакшми Нараяна. Учитывая, что комнаты предоставляются бесплатно, неудивительно, что посетители делятся советом: «Номера будут очень простыми, скорее всего внутри будет одна кровать». У *бхавана* нет веб-сайта, но с ними можно связаться по телефону 91-135-243-0122, хотя, по всей видимости, сейчас он закрыт (с июля 2020 года) из-за пандемии.

Ашрам «Ришикула Брахмачарья» в Чуру, Раджастхан, был основан в том же году, что и издательство, в 1923, для распространения бесплатного образования в рамках древней традиции гурукул. В настоящее время в нём обучается 100 студентов, которые платят ежемесячную плату в размере 5,47 долларов США за питание, проживание, образование, одежду и лекарства. Они изучают Веды, санскрит и хинди.

Компания «Гобинд Бхаван Карьялая» была основана в Калькутте в 1928 году. В дополнение к повышению осведомлённости общества об индуизме за счёт продажи книг «Гита Пресс», данная организация предлагает аюрведические препараты и одежду по низким ценам. Дискуссии по Гите и другие лекции проходят время от времени в огромной аудитории *карьялай*. Их одежда ручной работы продаётся



там же, в Калькутте, и в торговых точках под маркой «Хаст Нирмит Вастра Вибхаг» (*Hast Nirmit Vastra Vibhag*), расположенных в Горакхпуре, Канпуре и «Гита Бхаване» в Ришикеше.

Для осуществления помощи жертвам стихийных бедствий, у «Гита Пресс» есть дочерняя организация под названием «Сева Дал», которая предоставляет гуманитарную помощь людям, пострадавшим от наводнений, засухи или землетрясений. Её команда предоставила достойную похвалы поддержку во время землетрясения 2017 года в Уттаракханде, наводнения того же года в Горакхпуре и циклона 1999 года в Одиссе, одного из крупнейших циклонов, когда-либо обрушившихся на Индию.

Готовность к следующему столетию

«Служение человечеству во имя истины и мира» — вот девиз, которого придерживается «Гита Пресс», единственное в своём роде учреждение, пропагандирующее постулаты «Бхагавад Гиты» и моральные принципы, которые могут улучшить качество жизни за счёт духовного обогащения. В его основе лежит видение необходимости повышения духовного сознания путем публикации религиозных текстов.

Теперь издательство готовится к решению вопросов, связанных с электронными книгами и устройствами для их чтения. Лал Мани поясняет: «Современное поколение хочет читать книги он-лайн. Спрос на электронные книги растёт. Мы сотрудничали с *Amazon*, чтобы выложить наши книги в интернете. Мы загружаем много материалов на наш сайт (gitapress.org). Наша команда будет исследо-

вать и использовать больше платформ, когда возникнет такая необходимость».

«Но, — подчеркивает он, — я считаю, что, когда вы планируете прочесть “Бхагавад Гиту” или “Рамчаритманас”, вам лучше всего обратиться к живой книге. Когда сегодняшняя молодёжь по мере взросления и приобретения необходимого опыта склоняется к духовности, она осознаёт важность рецитации во время чтения печатных текстов. Тогда как чтение на электронном устройстве или мобильном телефоне никогда не даст той полноты восприятия и понимания всей квинтэссенции содержания книги. Таким образом, печатные издания всегда будут востребованы».

Профессор Патхак, чьи высказывания цитировались ранее, считает, что «Гита Пресс» служит связующим звеном, соединяющим нас с религией, верой, культурой и духовностью в этом быстро меняющемся мире. И, независимо от того, читаются ли книги он-лайн или в печатном виде, популярность «Гита Пресс» будет расти, продолжая оказывать огромное влияние на массы, как это было на протяжении многих лет.

Испытывая похожие чувства, доктор Вишванатх подчёркивает, что «Гита Пресс» будет продолжать процветать независимо от всех будущих задач. Религия и вера всегда будут иметь естественное очарование, и чтение о них никогда не выйдет из моды. Но он обращает внимание на то, что современной молодёжи нужно нести духовность, философию и метафизику таким образом, чтобы удовлетворить их потребность в логике, поэтому традиции должны сосуществовать с рациональностью.



Вибхути

К 80-летию со дня рождения А. М. Дубянского

Вашему вниманию представляется ранее нигде не публиковавшийся перевод с тамильского А. М. Дубянского *падигам* одного из самых крупных и почитаемых поэтов-шиваитов Тируняна Самбандара «Вибхути», входящего в сборник «Дэварам» части шиваитского поэтического канона.

Издательство выражает благодарность семье Александра Михайловича за предоставленные материалы.



Пепел это мантра; пепел – выше небожителей;
Пепел это красота; пепел то, что хвалимо (повсюду);
Пепел это тантра; в (нашем) учении пребывает пепел
Того, кто в священном Алавае¹, чья часть красноустая
Ума, – пепел!

В Ведах находится пепел; горькое горе уничтожает пепел;
Пепел даёт поучение и отвращает печали пепел;
Достоин воспевания пепел, в истине пребывает пепел
Того, кто в священном Алавае, окружённом полями
и сладостными водами – пепел.

Освобождение даёт пепел, то, что наносят на тело муни – пепел,
Истина – пепел, восхваляем достойными пепел,
Бхакти даёт пепел, многосладостен – пепел;
Сиддхи даёт пепел Того, кто в священном Алавае, – пепел.

Приятен на вид пепел, красоту даёт пепел,
Всем, кто его лелеет и носит, даёт величие пепел,
Славы достоин пепел, ум даёт пепел,
Высоту даёт пепел – Того, кто в священном Алавае – пепел.

Приятен для помазания пепел, святость это пепел,
Приятен для речей, – пепел; всем, кто великий тапас свершает,
Желания отвращает – пепел; то, что окончанье, – пепел,
То, что хвалит страна, – пепел; Того, кто в священном
Алавае, – пепел.

То, что есть смысл, – пепел, несчастье прекращает пепел,
Беспокойство утоляет пепел, небо даёт – пепел,
Согласие – это пепел, заслуг обладатели носят белый пепел,
Того, кто в священном Алавае с прекрасными дворцами, – пепел.

Крепости разрушает пепел, в двойственности² – пепел,
То, что практикуется, – пепел, удача – это пепел,
Сон останавливает пепел, чистота – это пепел,
Того, кто в священном Алавае с трезубцем, дающем
пищу, – пепел.

На Раване – пепел, мысли даёт – пепел,
Форма парашакти – пепел, грехи уничтожает пепел,
Даёт нерождение вновь – пепел, мудрость – это пепел,
Того, кто в священном Алавае с телом, (украшенным)
ярой змеёй.

В том, как не познали (Шиву) Вишну и Брахма, – пепел,
Белый порошок, что на богах-небожителях – пепел,
Телесные недуги уничтожает, радость даёт – пепел,
Того, кто в священном Алавае с горлом полным яда, – пепел.

Даже тех, кто (бродит) с сосудом в руке и толпящихся
шакьев³
Заставляет удивиться пепел; то, о чём думать
приятно, – пепел,
То, что достойно быть восхваляемым по восьми сторонам
света, – пепел,
Того, кто в священном Алавае, пред кем склоняются жители
вселенной, – пепел.

Исполнены блага те, кто песню могут (услышать)
Брахмана Тирунянасамбандана из Пухули,
Спетую для того, чтобы ушёл недуг из тела Южного царя,
И восхваляющую Того, кто в Алавае сидит на мощном быке.

Последняя строфа *падигам* напоминает нам о том, что он был спет «на случай», а именно для того, чтобы исцелить Пандийского царя от недуга.

¹ Алавай – одно из имён столицы царства Пандиев Мадурай.

² Itumai. Не совсем ясно, что имеет в виду поэт. Скорее всего он подразумевает наличие высшего мира и низшего (земного).

³ sākkiyar – буддисты.



1
мந்தирம் ஆவது நீறு; வானவர்மேலது நீறு;
சுந்தரம் ஆவது நீறு; துதிக்கப்படுவது நீறு;
தந்திரம் ஆவது நீறு; சமயத்தில் உள்ளது நீறு;
செந்துவர்வாய் உமை பங்கன் திரு ஆலவாயான் திருநீறே.

2
வேதத்தில் உள்ளது நீறு; வெந்துயர் தீர்ப்பது நீறு;
போதம் தருவது நீறு; புன்மை தவிர்ப்பது நீறு;
ஓதத் தருவது நீறு; உண்மையில் உள்ளது நீறு;
சீதப் புனல் வயல் சூழ்ந்த திரு ஆலவாயான் திருநீறே.

3
முத்தி தருவது நீறு; முனிவர் அணிவது நீறு;
சத்தியம் ஆவது நீறு; தக்கோர் புகழ்வது நீறு;
பத்தி தருவது நீறு; பரவ இனியது நீறு;
சித்தி தருவது நீறு; திரு ஆலவாயான் திருநீறே.

4
காண இனியது நீறு; கவினைத் தருவது நீறு;
பேணி அணிபவர்க்கு எல்லாம் பெருமை கொடுப்பது நீறு;
மாணம் தகைவது நீறு; மதியைத் தருவது நீறு;
சேணம் தருவது நீறு; திரு ஆலவாயான் திருநீறே.

5
பூச இனியது நீறு; புண்ணியம் ஆவது நீறு;
பேச இனியது நீறு; பெருந்தவத் தோர்களுக்கு எல்லாம்
ஆசை கெடுப்பது நீறு; அந்த அது ஆவது நீறு;
தேசம் புகழ்வது நீறு; திரு ஆலவாயான் திருநீறே.

6
அருத்தம்அது ஆவது நீறு; அவலம் அறுப்பது நீறு;
வருத்தம் தணிப்பது நீறு; வானம் அளிப்பது நீறு;
பொருத்தம் அது ஆவது நீறு; புண்ணியர் பூசம் வெண்ணீறு;
திருத்தகு மாளிகை சூழ்ந்த திரு ஆலவாயான் திருநீறே.

7
எயில்அது அட்டது நீறு; இருமைக்கும் உள்ளது நீறு;
பயிலப்படுவது நீறு; பாக்கியம் ஆவது நீறு;
துயிலைத் தடுப்பது நீறு; சுத்தம் அது ஆவது நீறு;
அயிலைப் பொலிதரு சூலத்து ஆலவாயான் திருநீறே.

8
இராவணன்மேலது நீறு; எண்ணத் தருவது நீறு;
பராவணம் ஆவது நீறு; பாவம் அறுப்பது நீறு;
தராவணம் ஆவது நீறு; தத்துவம் ஆவது நீறு;
அரா அணங்கும் திருமேனி ஆலவாயான் திருநீறே.

9
மாலொடு அயன் அறியாத வண்ணமும் உள்ளது நீறு;
மேல் உறை தேவர்கள் தங்கள் மெய்யது வெண்பொடி-நீறு;
ஏல உடம்பு இடர் தீர்க்கும் இன்பம் தருவது நீறு;
ஆழம் அது உண்ட மிடற்று எம் ஆலவாயான் திருநீறே.

10
குண்டிகைக் கையர்களோடு சாக்கியர்கூட்டமும் கூட,
கண் திகைப்பிப்பது நீறு; கருத இனியது நீறு;
எண்திசைப்பட்ட பொருளார் ஏத்தும் தகையது நீறு;
அண்டத்தவர் பணிந்து ஏத்தும் ஆலவாயான் திருநீறே.

11
ஆற்றல் அடல் விடை ஏறும் ஆலவாயான் திருநீற்றைப்
போற்றி, புகலி நிலாவும் பூசுரன் ஞானசம்பந்தன்,
தேற்றி, தென்னன் உடல் உற்ற தீப்பிணி ஆயின தீரச்
சாற்றிய பாடல்கள் பத்தும் வல்லவர் நல்லவர் தாமே.





Богиня Кали в поэме Джаянкондара «Калингаттуппарани»

Статья выполнена при финансовой поддержке фонда «Современное естествознание» (проект «Лаборатория ненужных вещей»)

Н. В. Гордийчук

Культ Кали имеет длительную историю в тамильской культуре. Ранний этап развития древнетамильской поэзии, известный как «литература Санги» и датируемый периодом с I-III вв. до н. э. до середины первого тысячелетия н. э., зафиксировал существование культа воинственной богини победы Коттрарей (букв. «убийственная»). Однако первое подробное описание этой богини содержится в главе 12 раннесредневековой поэмы «Повесть о браслете» («Силаппадихарам»), где она представлена как покровительница племени *эйинаров*, живущих в пустыне и промысляющих охотой и грабежом. Вот её описание: «Голова её была украшена серебристой луной, она смотрела немигающим взором лобного глаза, у нее были коралловый рот, белозубая улыбка и горло, почерневшее от выпитого яда. Она сгибала вместо лука большую гору с горячегневым змеем в качестве тетивы; полозубая змея была ей нагрудной повязкой. Она вздымала в руке трезубец, на плечах у нее была кожа слона, а на бедрах – шкура льва, полного *анангу*. На ногах звенели колокольчики и воинские браслеты. Такова была Коттрарей, обладательница меча, исполненной победоносной силы. Она стояла на голове могучеплечего демона, обладавшего двумя разными обликами» (перевод А. М. Дубянского)¹. Богине приносят кровавые жертвоприношения и поклоняются как приносящей удачу в войне. Причём уже из этого описания видно, что Коттрарей обладает атрибутами Шивы – луна в волосах, глаз во лбу, синее горло, змея на поясе, трезубец, шкура слона, и втнута в его мифологический ареал. Интересно также, что в этот период Коттрарей зачастую изображают в качестве богини, убивающей буйвола, сближая таким образом её с Дургой в ипостаси Махисасурамardini («Убивающая асуру Махишу»)². Постепенно происходит процесс отождествления древнетамильской воинственной богини, требующей кровавых жертвоприношений и с общиндийской богиней Кали. Этот процесс завершается примерно к началу второго тысячелетия, в эпоху, когда на юге Индии формируется могущественная империя Чолов.

В поэме придворного чольского поэта Джаянкондара «Калингаттуппарани» рассказывается о военной экспедиции, которую провёл чольский военначальник Карунагара Тондейман в соседнюю страну Калинга (территория современных штатов Бихар и Одisha). Историчность этого события подтверждается достаточно скуными эпиграфическими источниками, позволяющими считать, что это была достаточно ординарная военная кампания, состоявшаяся в 1110 году и завершившаяся временным установлением контроля над этой территорией³. В панегирической поэме Джаянкондара, однако, это событие описывается как поистине космического масштаба – как гигантское жертвоприношение богине Кали и состоящим в её свите демоницам *ней*,

которое совершает чольский царь на поле битвы, чтобы насытить их голод (согласно древнетамильским мифопоэтическим представлениям, окружающие Коттрарей-Кали демоницы поедают животных и людей, погибших в битве).

Культ Кали достаточно красочно описан в поэме. В главе 3 показана пустынная местность *палей*, в которой, согласно тамильской поэтической традиции, обитает богиня Коттрарей вместе с демоницами *ней*. В 4 главе описан храм Кали и происходящие в нем ритуалы, в том числе кровавые жертвоприношения, в которых *садхаки* отрубают от себя части тела, бросая их в жертвенный огонь, и даже сами отрубают себе голову. При этом целью жертвоприношения, как и в более древней тамильской традиции, связанной с Коттрарей, по-прежнему является вовсе не избавление от перерождений, а обретение воинской победы:

108.
Прислуживая [богине] и совершая ритуалы [в храме],
Здесь вместо воды совершают окропления свежей кровью,
Разбрасывают вместо цветов [человеческие] внутренности,
И [в качестве жертвенного] разжигают погребальный огонь.

109.
Словно гул моря раздаются возгласы храбрых воинов,
Непоколебимых в своём мужестве:
«Пожалуй же [нам] дар [победы]! И соразмерно дару
Мы отрежем от себя куски плоти, чтобы принести в жертву!».

110.
Жертвенный огонь разжигают такой, что словами не описать:
С поклоном вырывая [из себя] рёбра один за другим,
Они бросают их гореть в мощное пламя,
А потом свою кровь льют в огонь вместо топлёного масла!

111.
У самого основания шеи они отрубают голову,
Кладут отрубленную голову в руку Анангу⁴,
И принесенная в жертву голова прославляет Коттрарей,
В то время как обезглавленное тело
стоит с молитвенно сложенными руками.

Далее мы приводим целиком перевод главы 5 поэмы, которая, будучи взятой в отдельности, представляющей собой нечто вроде *стотры*, посвященной богине Кали. Описание строится в соответствии с пространственным каноном: снизу – вверх, от стоп до головы восхваляются различные части тела богини. И это уже совсем не покровительница *эйинаров* древнетамильская богиня Коттрарей. Обращаясь к образам пуранической мифологии, поэт создает образ вселенской богини, от малейшего движения которой содрогается весь мир.

.....
Кали-Коттрарей, обладательница меча победоносной силы, древнетамильская воинственная богиня. Она исполняет свой танец на спящем, безучастном (в образе трупа, «шайва»), Шиве.

Песня о Богине

121.
К чему перечислять, что есть [у неё] те и эти вещи?
Восславим же теперь части тела
Самой Моды⁵, радующейся тем и этим вещам,
Описанным ранее!
122.
Пара [нежных как] стебли ног украшена
Двумя ножными браслетами с драгоценными камнями
звёзд и огромными жемчужинами [внутри].
Завязанными верёвкой, которой вращали мутовку горы⁶,
И шнуром змея, на чьих капюшонах покоится мир⁷.
123.
Мир, возлежащий на змее [Шеше] и слонах сторон света⁸,
Содрогается, стоит [Кали] лишь пошевелить ногой,
Но его поддерживает славный Джаядхара⁹,
совершивший парани¹⁰,
И восхваляя его, она танцует в соответствии с ритмом.
124.
Её груди с отметками священного пепла,
Подобны горшкам с амритой,
Которую, уединившись в месте сожжения трупов,
Жаждет испить наездник быка¹¹
с прохладным белым месяцем в джате¹².
125.
Одеяние у неё из шкуры слона,
Подаренного трёхглазым пышноволосям Парамой¹³
В благодарность за любовные объятия, развеявшие
печаль;
Шкура же подвязана верёвкой, скрученной из
внутренностей слона и змеи.
126.
Из её священного чрева родились и покровитель
искусств наивысший [Брахма],
И похожий на чёрную тучу [Вишну], и слоноподобный
золотой [Ганеша],
И могучий бог [Сканда], с помощью тугого лука
Истребивший толпы асуров.
127.
На плечи вместо накидки она положила змею,
Извергающую пламя подобное кораллам среди белых
жемчужных бус на золотой груди,
Которую возжелал владыка Кайласы¹⁴,
Одетый в шкуру безумного от мады¹⁵ слона.
128.
Её светлые руки подобны лотосам –
Они красны ибо черпают кровь,
волнами хлещущую
Из перерезанного горла [принесенной ей жертвы],
И черны от того, что она их оmyвает в потоках мады
слонов сторон света.
129.
Её спелые губы подобны сладкой амрите
для владыки,
У которого ради спасения небожителей
почернела шея¹⁶,
Когда полыхали стороны света, вспикели волны
морские
И расплавилась золотая глыба высокой горы [Меру].
130.
Когда её губы-кораллы с нежной улыбкой-жемчугом
Тихо шептали приятные речи,
Стоило ей бросить взгляд уголками глаз,
которым в мире нет равных,
Как [Шива] смягчился и оставил вражду
с [собственным] телом¹⁷.
131.
Тилак подобный солнцу украшает её лицо,
Подобное прекрасной луне,
Символу первого из двух родов, к которому
принадлежит Абхаян¹⁸,
Чьё происхождение безупречно как Веды.
132.
Высочайшие горы, подпирающие небосвод,
Она может надеть в уши
И сделать своими серьгами,
Или же нанизав [на верёвку], носить как бусы!
133.
В цветочных руках [богини] эти горы
Словно мячики амманей и кандука
Или же бобы кажангу!¹⁹ Если она пожелает,
Разве есть что-нибудь недоступное?
134.
Как же нам воспеть ту,
Которая вечно сопровождает [Шиву],
Являющегося вечным сокровенным смыслом
Священного слога ОМ?

Но хотя подобная визуализация божества применялась и в медитациях, и похожую структуру имеют и многие религиозные гимны, в данном случае это является не более, чем поэтическим приёмом. Даже создавая гимн Кали, Джаянкондар не забывает о главном герое своей поэмы – царе Кулоттунге: заявляя, что мир может пошатнуться от движения богини, поэт вспоминает о том, что в этом случае чольский царь обязательно его поддержит, и если лицо богини подобно луне, а тилак у неё на лбу – подобен солнцу, то Джаянкондар видит в этом параллель тому, что Кулоттунга принадлежит одновременно двум царским династиям – Лунной (Восточные Чалукьи) и Солнечной (Чолы). Не стоит забывать, что средневековая тамильская религиозная и придворная литературы имели множество жанровых пересечений и пользовались сходным набором поэтических техник, и приводимый фрагмент служит ярким подтверждением этого тезиса.

Перевод выполнен по изданию: Kaviccaravartti Cayaṅkoṭṭāṇi Kalīṅkattupparāṇi Puliyūr Kēcikaṇ telivuraiyutaṇ, Cennai, 2001

Примечания

- Дубянский А.М. «Ритуально-мифологические истоки древнетамильской лирики», М. 1989. С. 29
- R.Mahalakshmi “Korravai – Durga in the Tamil Traditions”, New Delhi, 2011. PP. 88-94. Там же можно более подробно прочитать о развитии культа Котравей в исторической перспективе.
- Nilakanta Shastri, K. A. “The Cholas”, Cennai 2000 [1955]. PP. 321-322. Обстоятельства правления Кулоттунги I посвящена книга Cox, W. “Politics, Kingship, and Poetry in Medieval South India”, Cambridge University Press, 2016
- Еще одно имя Кали. Анангу в тамильской культуре очень многозначное понятие, которое активно обсуждалось в научной литературе. Согласно популярной теории, предложенной Дж.Хартом, в древнетамильской культуре анангу – сакральная энергия, которой пропитаны наиболее опасные и привлекательные предметы (Hart, G. “The Poems of Ancient Tamil”, University of California Press, 1975).
- Моди (mōṭi) – имя богини Кали
- Имеется в виду царь нагов Васуки, которого боги и асуры использовали при пахтании океана с целью получения амриты
- Т.е. вселенского змея Шешы
- Имеются в виду космические слоны диггаджи, которые охраняют восемь сторон света
- Буквально «державший победу». Титул чольского царя Кулоттунги I.
- Жертвоприношение тысячи слонов
- Ездовое животное Шивы – бык
- Джата (там. caṭai) – спутанные волосы отшельника. В джате у Шивы изображают месяц.

.....
«О Ужасная, вооружённая мечом, копьём, палицей, диском, раковинной, луком, стрелами, пращей и булавой, Ты – творец и вседержитель этого мира, и Ты – Ночь конца его, Великая Дэви и Великая Асури». Махишасурамардини («Убивающая асуру Махишу») – один из самых известных образов Дурги, близкий Котравей. Барельеф в пещерном храме Дурги, VII в., Махабалипурам.

ОБ АВТОРЕ

НИКОЛАЙ ГОРДИЙЧУК
Индолог, переводчик,
преподаватель тамильского
языка. Научный сотрудник
Российского университета
дружбы народов.
Email:
jayankondar@gmail.com.



¹³ Эпитет Шивы, букв. значение «наивысший»; «трехглазый» указывает на третий глаз во лбу у Шивы.

¹⁴ Т. е. Шива как обитающий на горе Кайласа

¹⁵ Мада – пахучий чёрный секрет, выделяемый у самцов слонов в период спаривания, из особой кожной железы, расположенной между ухом и глазом. В период выделения мады, известный как слоновий муст, животные ведут себя очень агрессивно.

¹⁶ Имеется в виду история об испытании Шивой яда, выделившегося во время пахтания океана.

¹⁷ Имеется в виду история замужества Парвати, когда она в конце концов прервала аскезу Шивы на горе Кайласа.

¹⁸ Абхаян, букв. «бесстрашный», прозвище царя Кулоттунги I. Отцом Кулоттунги I был царь Раджараджа Нарендра из династии Восточных Чалукьев, которые считали себя принадлежащими к Лунной династии, идущей от бога луны Чандры. А его мать, Аммангедэви, была дочерью чольского императора Раджendra Чолы I; чольские же правители возводили свою родословную к богу солнца Сурье, и соответственно считались Солнечной династией.

¹⁹ Перечислены предметы для популярных девичьих игр.





ЙОГА

Женщины в йоге: возможная история

Статья кандидата наук (Ph.D.) Аги Виттич, Кафедра сравнительного религиоведения Еврейского университета Иерусалима

Продолжение

Часть III. Йога на Западе

Некоторые считают, что Запад заново изобрёл, реконструировал или изменил йогу. Некоторые даже заявляют, что практика, называемая сегодня йогой, является полностью западным нововедением и имеет мало общего с индийскими формами йоги. Подобные утверждения можно услышать и о том, как индуизм был реконструирован британскими колонизаторами в XIX веке. Те, кто поддерживает эту точку зрения, активно пропагандируют тезис, что, дескать, сам термин «индуизм» не использовался до XIX века, и что корень этого термина происходит из иноязычных источников, а именно — греко-персидского, а затем мусульманского — «хинд» (который, в свою очередь, произошёл от индоарийского «синдху», «океан», названия древней священной реки Синдху. — Прим. пер.). Брайан Пеннингтон, профессор религиоведения в Мэривиллском колледже, объясняет в своей книге «Был ли изобретён индуизм», что «утверждение о том, что Британия изобрела индуизм, даёт слишком много власти колониализму; оно одновременно мистифицирует и преувеличивает колониальные средства господства и стирает индуистскую свободу воли и творчества». Напротив, предполагает он, формирование индуизма «в терминах мировой религии» является результатом адаптации к колониальной среде. Он указывает, что «сами индуисты вступили в диалектическое пространство, в котором они поддерживали и поощряли английские публикации их древних текстов и переводов, сопротивлялись миссионерской полемике и экспериментировали с модификациями, изменениями и нововведениями в индуистских религиозных формах».

Вывод о том, что индуизм и, таким образом, йога были адаптированы к колониальной среде, по-видимому, даёт частичное объяснение. Что касается йоги, она действительно объясняет, как «Йога-сутры» Патанджали и «Хатха-йога прадипика» стали каноническими произведениями йоги, и, возможно, даже частично разъясняет, почему особое внимание уделялось физической, нежели научно-медицинской практике. Однако в

результате демократизации йоги и, таким образом, нарушения сегрегированной среды, сохранявшей власть авторитета, произошёл сдвиг парадигмы или повторная контекстуализация йоги. Другими словами, йога в западных руках понималась в западных же терминах, подобно индийскому танцу. Таким образом, йога была заново «заселена» мужчинами и женщинами, которым предлагалось принять участие в переходе от гуру к профессиональному инструктору по йоге, сменив духовный дискурс на фитнес-терапевтический. Йога перестроилась под стать изменившимся практикам и стала похожа на западные формы физической культуры. Она обрела новые направления, благодаря разнообразию появившихся в ней новых стилей. Но самое разительное отличие — это то, что в результате адаптации сначала к колониальным идеям, а затем к новой эпохе коммерциализированной западной реальности и Нью-эйдж культуре, йога превратилась в «платную услугу».

Йога также стала плодородной почвой для роста женщин в качестве инструкторов, философов и практиков. Йога была передана в женские руки, перестроена в соответствии с женскими потребностями и зачастую даже стала переименовываться в «женскую йогу». К сожалению, все эти изменения привели к превращению йоги в товар, циничному использованию практики йоги в качестве средства для обретения соблазнительного тела и упадку йоги как практики, ведущей к освобождению, самореализации и открытию истины.

Реконтекстуализация: смена парадигмы и новая эра

Как уже говорилось, йога была представлена Западу индийскими учителями (в основном мужчинами). Хотя эти пропагандисты йоги находились под влиянием колониальных и западных идей, аудитория была погружена в концепции Нью-эйдж, западного эзотеризма и гармонической гимнастики. Первые встречи привели к появлению первых центров йоги на Западе в 40-х и 50-х годах XX века, а позже, в 60-х годах, йога получила широкое распространение по всей Америке.

К 70-м годам индийские учителя йоги, такие как Б. К. С. Айенгар, Паттабхи Джойс, Т. К. В. Десикачар, преподавали йогу на Западе. В это же время стал издаваться *Yoga Journal*, и йога была представлена в популярных СМИ. Интересно, что о ней говорилось, как о духовно-фитнес-терапевтическом образе жизни. В новых условиях йога стала актуальным и очень популярным занятием, наполненным индийским мистическим ароматом. Мы не ставим своей задачей найти различия между ранним и более поздним представлениями о йоге на Западе, а также — различия в описании йоги индийскими или западными учителями. Но что не вызывает сомнения, это то, что йога была повторно контекстуализирована как фитнес-занятие, имеющее терапевтическую ценность, с духовными декорациями.

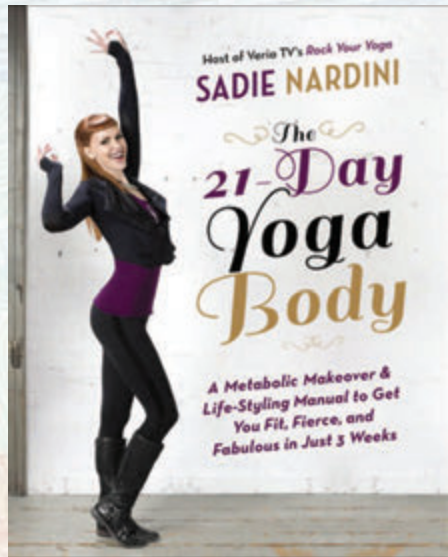
Йога и фитнес

Марк Синглтон, доктор философии по современной йоге на факультете богословия Кембриджского университета, широко исследовал развитие современной практики постуральной йоги. В своей знаменитой книге «Тело йоги», *Yoga Body* (2010), Синглтон прослеживает возможные причины, которые привели к переосмыслению йоги «как физической культуры с определённым набором упражнений и дыхательных техник», которые, по его мнению, «в разной степени совпадали с асанами и пранаямой». В своём исследовании Синглтон выделил современное возрождение западной физической культуры, начиная с середины XIX века, наряду с возрождением йоги, которая стала ассоциироваться с современными формами йоги.

Растущий интерес к йоге на Западе был вызван «фитнес-революцией» во второй половине 70-х годов. Согласно Де Микеллис, в её известной книге «История современной йоги» (2004), йога появилась как «безопасный и сбалансированный способ поддержания формы и улучшения самочувствия». В своём тщательном исследовании причин такой популярности йоги Айенгара на Западе она заключает, что эта йога удовлетворяла конкретные потребности фитнеса. Так, определённые позы



йоги, *асаны*, были рекомендованы бегунам, занимающимся верховой ездой и т. д. Кроме того, опасения по поводу своего внешнего вида решались с помощью поз, уменьшающих массу тела или размер живота, формирующих мышцы ног, тонизирующих руки и ноги. Эти заявления касались не только йоги Айенгара, это было частью фитнес-контекста, окружавшего йогу. Книги, объединяющие йогу и фитнес, наряду с телешоу и журнальными



статьями способствовали подобной ассоциации. Эта связь йоги с фитнесом прослеживается и сегодня. Например, Тара Стайлс, модель, ставшая инструктором по йоге и основательницей клуба *Strala Yoga* в Нью-Йорке и звезда серии обучающих онлайн-курсов по йоге, предлагает «обрести стройное тело всего за 15 минут практики в день!» Другой пример – Сэди Нardini, известная преподаватель йоги, телеведущая и учредитель *Core Strength Vinyasa Yoga*, предлагает обрести «йогическое тело за 21 день» и пройти 14-дневный онлайн-курс йоги по детоксикации и расширению возможностей.

Терапевтический подход

Восприятие йоги как части физической культуры было связано с популярностью фитнеса, с одной стороны, и с методами снятия стресса, построенных на основе анатомических и физиологических особенностей организма человека, на которые предположительно воздействовала практика йоги. Де Михелис признаёт «дискурс снятия стресса, который относится, с одной стороны, к психосоматической медицине, а с другой – к нео-хатхайогическому пониманию исцеления». Ещё раз взяв в качестве репрезентативного примера «Прояснение йоги» Айенгара, мы узнаём, что занятия йогой позволяют быстрее вылечить заболевание, облегчить депрессию и чрезмерное возбуждение, сохранить свежесть и остроту ума; лечить такие нарушения как запор, импотенцию, облегчить боли в спине и шее. Неудивительно, что о терапевтических возможностях

йоги написано много книг. В таких книгах, как «Йога-медицина» утверждается, например, что с помощью практики йоги можно вылечить любой недуг. Более того, йога всё чаще подвергается научным исследованиям, чтобы лучше понять эти желанные терапевтические результаты.

Духовные коннотации в эпоху Нью-эйдж

Стоит отметить, что, хотя йога стала связана с физической культурой, терапией и фитнесом, она не потеряла своей духовной коннотации, в основном в контексте движений и философий Нью-эйдж, религии «нового века». Ранее йога была сформулирована в рамках аскетической парадигмы, которая предлагала метод развития непривязанности, то есть *вайрагьи*, и контроля над своими физическими и умственными способностями. Это было сделано с целью достижения возвышенного духовного состояния сознания или бытия. Когда светские и более научные аспекты йоги были представлены западной аудитории, как в случае с Вивеканандой, а затем с Айенгаром, она комфортно вписалась в «светский, прагматичный и рациональный характер Запада». Тем не менее, философия Нью-эйдж стала движением примерно в середине 70-х и часто переплеталась с йогой. Де Михелис называет это переплетение религиозно-философским дискурсом, который относится как к традиционным религиозным концепциям, таким как Бог, трансцендентность, преданность и т. д., так и к современному пониманию «духовности», как осознанию и участию в соностройке с целостной и эволюционной вселенной.

Ханegraаф Ваутер, профессор истории герметической философии и связанных с ней течений в Амстердамском университете, определяет религию Нью-эйдж, как «набор верований, разделяющих шаблоны общей критики, направленной против доминирующих



культурных тенденций и сформулированных на основе определенной традиции, т. е., как Западный эзотеризм». Кроме того, Нью-эйдж присоединился к традиционным и холистическим формам медицины, уделяя больше внимания «исцелению», нежели «лечению», оставаясь при этом открытым для современной науки и психологии. Одной из основных целей было достижение «максимального личностного роста и максимального человеческого потенциала». Таким образом, современная йога была описана как внутренняя и приватизированная форма духовности. Утверждалось, что более глубокое понимание или раскрытие окончательной истины, наряду с контактом с метафизическим на основе собственной личной «духовной работы», происходит исключительно через внутреннее состояние.

Увы, чтобы приспособить йогу к этим исковым парадигмам, заново контекстуализировать йогу, потребовалось её тщательным образом изменить или реконструировать. Конечно, такие её аспекты, как уединение, безбрачие, членовредительство и другие аскетические практики были опущены, в то время как акцент был сделан на элементах йоги, способствующих духовному знанию, нравственности и здоровью. Кэмерон Ханна, автор статьи о хатха-йоге в журнале «Здоровье и сила», признала, что «большая часть учения хатха-йоги непрактична и, по сути, неприменима для западного человека» и «хотя в хатха-йоге нет упражнений, предназначенных только для физического развития, есть принципы, применение которых в сочетании с методами наших собственных физкультурников, дают очень неплохие результаты». Эта реконструкция была произведена в соответствии с западным видением физической культуры, упомянутой ранее.

Реконструкция йоги: гармоническая гимнастика и женская йога

Таким образом, йога была реконструирована в соответствии с её реконтекстуализацией (процесс, при котором извлекается текст или значение из исходного контекста и повторно используется в другом контексте, с изменением значения и переопределением. – Прим. пер.). Больше не в аскетическом контексте,

.....
Индустрия йоги: (слева) рекламные афиши курсов йоги Сэди Нardini и Тары Стайлс, обещающих в кратчайшие сроки обрести «йогическое тело»; (справа) компания «Лулuleмон атлетика» (Lululemon Athletica inc.), основанная в 1998 году, в ответ на возросшее участие женщин в йоге в первом своём магазине поделилась торговыми площадями со студией йоги для привлечения потенциальных покупателей. Доходность компании в 2007 году составила 500 млн. дол. В июне 2020 года, из-за пандемии Covid-19, в рамках растущей тенденции виртуальных тренировок вместо посещения тренажёрных залов, приобрела за полмиллиарда долларов компанию Mirror, занимающуюся теле-аудио компонентами для домашних он-лайн тренировок.



ориентированном на мужчин, а в контексте духовности, здоровья и фитнеса, что подошло в основном для женщин. Не потому, что йога – это женская практика, а потому, что она была реконструирована в соответствии с мейнстримом западной физической культуры, а именно американским дельсартизмом (течение, популярное в США в 70-х годах прошлого века, одной из особенностью которого стала так называемая «эстетическая гимнастика» на основе поз античных статуй, и очень полюбившаяся состоятельным американским дамам и дамам из среднего класса. – Прим. пер.), гармонической и соматической гимнастике, растяжками и т. д., которые были направлены в основном на женщин.

Синглтон в своём обширном исследовании того, как современная йога превратилась в физическую культуру, обнаруживает гендерную предвзятость в отношении различных стилей для мужчин, это в основном акробатические, силовые или направленные на развитие баланса *асаны*, а также для женщин. Женские стили различались по своим целям, главной среди которых было создание идеального красивого тела, а также упражнения для повышения гибкости и тонуса мышц. Женские стили черпали вдохновение от танцев, гармонической гимнастики и женской физкультуры.

Б. К. С. Айенгар объясняет, что практика йоги во время беременности желательна для

здоровья матери, а также для здоровья её ребёнка: «Ежедневная практика *асан* и *пранаям*, рекомендованных во время беременности, должна выполняться регулярно... Практика во время беременности устанавливает «ощущение контакта» с ребёнком внутри тела и изливает благодатные мысли спокойным и незапятнанным разумом, поскольку мать в это время поддерживает своё тело здоровым и с расслабленными нервами. Её пищеварительная, кровеносная и выделительная системы функционируют хорошо, а гормональная система претерпевает кардинальные изменения. Помимо этих преимуществ, занятие йогой может ей предотвратить болезни и инфекции и окажет профилактическое действие, укрепив иммунную систему организма, а также подготовит её разум к лёгким родам без стресса, напряжения, волнения, страха и тревоги».

Точно так же Гита Айенгар объясняет подходящую скорректированную практику йоги во время менструации: «С первого дня менструации и до её окончания, что может занять от четырёх до семи дней, следует придерживаться практики тех *асан*, которые помогают женщинам оставаться здоровыми, и которые не создают препятствий для менструального цикла. Следует выбирать те *асаны*, которые не приводят к истощению её энергии и не вызывают гормональных нарушений». Гита предупреждает от практики перевёрнутых *асан*,

балансирующей на руках, прогибов назад, завязывания узлов на теле и втягивания брюшной полости. Она отмечает, что «для того, чтобы смягчить живот, нужно сначала сделать вогнутой спину перед переходом к окончательной позе», также она объясняет, что определённые позы «помогают остановить сильное кровотечение, боли в спине и спазмы в животе». Тем, кто страдает от «тяжести в груди, задержки воды, сильного кровотечения, спазмов в брюшной полости, психического раздражения и импульсивности», могут помочь позы, которые она предписывает... Гита утверждает, что скорректированная практика йоги является выражением уважения к женственности наряду с заботой о её здоровье: «[менструация] является важной функцией, которая отличает женщину от мужчины, и в этом отношении следует признать, что практика йоги для женщины также должна отличаться... Здоровая менструация – важный показатель здоровья состояния тела и духа женщины. Мы должны уважать свою женственность...»

В заключение следует отметить, что йога была перестроена в соответствии с западными и особенно женскими стилями физической культуры. Вместе с демократизацией и включением женщин в йогическую практику, а также изменением парадигмы, которая отныне стала учитывать медицинские показания, йога стала инструментом, который может



принести пользу женщинам во время их менструации, беременности и т. д. Эти изменения произошли в новой среде, в ситуации, когда йога стала продаваться и покупаться как товар, практиковаться в переполненных спортивных залах и демонстрироваться моделями и акробатами.

Переосмысление Йоги: йога для тела, миф о красоте и индустрия йоги

Йога вышла из закрытых *ашрамов* и пещер, где в уединении и индивидуально ей обучали гуру, согласно своему учению, с главной целью – освобождения и самореализации. Со временем, как обсуждалось выше, йога была переконтекстуализирована в своего рода фитнес-терапевтическую-духовную практику, перестроенную в соответствии с западными концепциями и целями в отношении соответствующих компонентов йоги: особо выделяя *асану* (возможно, самый фотогеничный аспект йоги), ставя её над всеми другими йогическими практиками, что неизбежно переместило йогу в капиталистическую индустриально-коммерческую сферу: платные классы, конкуренция школ йоги, реклама в средствах массовой информации, производство и торговля аксессуарами для йоги и т. д. и т. п. Йога стала товаром.

Коммерциализм в йоге – продажа духовности

Йога была переориентирована и стала индустрией, прибыльной отраслью с доходностью 27 млрд. долларов (в 2012 году, согласно *Horton, ibid, стр. 104*). Эта отрасль включает в себя занятия йогой, обучение учителей, семинары по йоге и товары для йоги. Йога – это либо продукт, который мы можем купить (при покупке членства в клубе, абонементу или разового занятия), либо культура, требующая потребления определённых товаров. В магазине *Yoga Journal*, например, можно найти фирменные DVD-диски с различными курсами для тренировок, одежду, коврики, реквизит, украшения, обувь, товары для здоровья и красоты от избранных производителей. Кэрол Хортон, профессор политологии в Чикагском университете, активистка, писательница и сертифицированный преподаватель йоги, объясняет, что йога, как товар, продолжает коммерциализироваться под идеализированным соусом – «обещаниями того, что йога даст красивое тело, спокойный ум и счастливое сердце». Она добавляет, что «практика йоги как инструмент для установления связи с истинным «я» не имеет «рыночной ценности» и поэтому не интересна, в отличие от «выдумывания ложного я», приносящего барыши. Учитывая, что принципы йоги включают самоизучение, чтение священных писаний (*свадхья*), удовлетворённость малым (*сантоша*), отсутствие собственности (*апариграха*) и неприязненность к материальным объектам и объектам чувств (*вайрагья*), масштабы этой индустрии огромны. В самом деле, ведь если бы практикующие йогу не платили за занятия йогой или за аксессуары для йоги, а, скорее,

сосредоточились бы на реализации Самости, йога как торговая марка, крупная индустрия и товар, перестали бы существовать.

Прекрасным примером коммерциализации йоги является компания «Лулуплемон атлетика» (*Lululemon Athletica inc.*), основанная в 1998 году в ответ на возросшее участие женщин в спорте, которая в первом своём магазине, согласно информации на их веб-сайте, поделилась торговыми площадями со студией йоги для привлечения потенциальных покупателей. В 2001 году компания начала продавать специализированную одежду для йоги и сегодня позиционирует себя как «фирма по производству спортивной одежды, вдохновлённая йогой». «Лулуплемон» продвигает свой брэнд, как компания, чьи идеалы прекрасно характеризуют её слоганы «благополучия и самоуважения», украшающие её продукцию: «Возьмите на счастье одну из этих очаровательных повязок на голову «лу-лу», и вы присоединитесь к сообществу единомышленников!»

Интересно, что каждая «Лулуплемон атлетика» предлагает бесплатные занятия йогой как часть корпоративной философии. Действительно, индустрия йоги, считая «Лулуплемон» своей неотъемлемой частью, продаёт обещания счастья и совершенства, тиражируя идеи о красоте и идеальном теле, наряду с необходимостью что-то приобрести себе для практики йоги. По словам Дианы Бонди, писательницы и преподавателя йоги, новое послание йоги таково: «Измените то, что предназначено для всех, и сделайте это эксклюзивным клубом, где вам будет предложено покупать товары, чтобы быть его членом». Подобная философия учит нас, что мы никогда не будем полностью самодостаточны.

Средства массовой информации и тело йоги

Переориентация йоги выражается через средства массовой информации, через телешоу о йоге, газеты, видео и DVD, книги и Интернет. Например, *Yoga Journal* утверждает, что у него было 90 000 читателей вплоть до 2000 года, когда они «изменили дизайн и перезапустили журнал», и с тех пор «платный тираж вырос с 90 000 до 350 000; сейчас читательская аудитория превышает 1 300 000». Быстрый поиск на популярном веб-сайте *Amazon.com* показывает, что существует около 5000 DVD, из которых две тысячи были выпущены после 2000 года. *Amazon* также предлагает более 18 000 книг по йоге, написанных на английском языке (или переведённых на английский язык), из которых более тысячи книг было издано за последние три месяца.

Эти мейнстрим-популярные публикации о йоге создали конкретное представление о том, что такое йога и как она выглядит. Достижения в области фотографии и распространения печатных изданий создали условия для популяризации йоги для тела и в значительной степени продиктовали её особенности. Линда Спэрроу, бывший главный редактор *Yoga Journal*, автор и преподаватель йоги, объясняет, что «Йога эволюционировала, чтобы удовлетворить потребности культуры, которой она служит, и, к сожалению, в настоящее время она служит культуре, которая приравнивает худых и молодых к здоровым и совершенным». Действительно, йога обещает здоровье как часть её новой парадигмы, что обсуждалось выше, и с тех пор, как средства массовой



Дельсартизм – течение, популярное в США в 70-х годах прошлого века, одной из особенностью которого стала так называемая «эстетическая гимнастика» на основе поз античных статуй. Гимнастика пришла по сердцу состоятельным американским дамам и дамам из среднего класса.

..... информации связывают её с этим: йога приводит к красоте и счастью.

Yoga Journal мог бы послужить хорошим примером того, как внешний вид современной йоги конструируется средствами массовой информации. Журнал утверждает, что у него более двух миллионов читателей, и 87% его аудитории составляют женщины. Согласно их заявлению, миссия журнала состоит в том, чтобы «предоставить энтузиастам йоги самую лучшую, наиболее изученную и вдохновляющую информацию о 5000-летней

традиции, которая не менее актуальна сегодня». В случае с *Yoga Journal* на его обложках изображены молодые, спортивные, здоровые на вид белые женщины. Он позиционирует себя как СМИ с «авторитетными статьями о йогическом образе жизни, включая практику *асан*, философию, пользу для здоровья и многое другое, с участием ведущих учителей, учёных и экспертов в этой области». Сайман Стефани, выпускница Йельского университета по литературе и писатель, отмечает, что «журнал предпочитает язык науки и физиологии... это вооружает вас большим количеством информации, приняв которую, вы убеждаете себя, что это научно санкционированный и полностью рациональный курс действий, который неумолимо приведёт вас к



жизнеспособности и здоровью». Журнал подчеркивает терапевтическую, а не духовную ценность практики йоги и предлагает товары для йоги как неперенную её часть.

Помимо того, что *Yoga Journal* самопровозглашает себя влиятельным посредником и пропагандистом современной йоги, он также является промоутером «тела йоги», индустрии красоты и индустрии йоги. В журнале размещены сотни объявлений, рекламирующих средства по уходу за кожей, сандал, украшения, натуральное мыло и масла, специальные витамины и ферменты, альтернативные лекарства и методы лечения, улыбающихся гуру и экологически чистые автомобили. Цель этих предметов – восполнение мнимых потребностей. Герберт Меркьюз, философ, социолог и политический теоретик, объясняет, что мнимые-ложные потребности через средства массовой информации

ассимилировали людей в капиталистическую индустрию производства и потребления. По мнению Меркьюза, консьюмеризм – это форма социального контроля, поскольку коммерческая индустрия контролируется малочисленной элитой, которая диктует связь потребления со свободой и счастьем. Таким образом, людьми движет ложная потребность потреблять больше, а самооценка и самореализация превращаются в обладание. Следовательно, с превращением йоги в товар и обещанием счастья, люди, движимые ложными потребностями, «покупаются» на практику.

Йогическое тело и миф о красоте

Наоми Вольф в своей знаменитой книге «Миф о красоте» (1991) пишет о том, как женские журналы влияют на массовую культуру женщин. Поскольку они, как правило, пишутся женщинами для женщин, у них есть возможность формировать представления о том, что значит быть женщиной и какие ценности должны у неё превалировать. Эти женские журналы, в том числе *Yoga Journal*, внесли свой вклад в формирование образа женской красоты. Этот образ касается не только внешности, говорит Вольф, но, скорее, определённого поведения: «постоянная забота о себе и осознание чувства вины за то, чего не достаёт». При этом Вольф указывает на психологический инструмент контроля со стороны общества. *Yoga Journal* – это издание, ориентированное на женщин: «за последние девять лет на обложках *Yoga Journal* мужская модель появилась только однажды... подавляющее большинство статей и колонок написаны женщинами и посвящено женщинам, практикующим йогу».

Очевидно, что индустрия йоги продвигает миф о красоте под видом духовной практики. Реклама

классов йоги, книг, одежды и т. д., похоже, прославляет только «йогу для тела». Изображения стройных, привлекательных, гибких, светлоккожих женщин непропорционально часто используются в рекламе и продвижении йоги на рынке товаров. Редко можно увидеть человека «среднего» или «обычного» роста, выполняющего простую позу йоги, и редко можно увидеть изображения мужчин в рекламе йоги. Это формирует нереалистичный образ идеального «йогического тела», тем самым создавая новые критерии того, кто может, а кто не может заниматься йогой. Основная идея заключается в том, что даже если вы соответствуете этим критериям, вы, вероятнее всего, «недостаточно хороши» и должны что-то изменить или, возможно, что-то купить, чтобы обеспечить себе путь в йогу. Хортон объясняет связь между нашими внутренними ценностями и внешним поведением как

потребительскую: «Наша самоидентичность глубоко структурирована нашим отношением к потребительским товарам... Мы знаем кто мы, и оцениваем качество нашего внутреннего опыта через отождествление с вещами, которые мы покупаем... признание нашей жизни и взаимоотношений по модели рыночных отношений...»

Средства массовой информации, обслуживающие индустрию йоги, продают обещание молодости. Либо непосредственно через омолаживающие кремы, либо продвигая йогу в качестве подходящей им замены, как в случае с «йогой для лица». Эта «лицевая йога» как замена ботокса может способствовать развитию йоги, но цель её – омоложение, красивое тело, изменение естественного порядка вещей, каким является старение. Тем самым, она способствует фальсификации, отвлекающей нас от самореализации.

Довольно часто индустрия йоги связывает йогу с сексуальностью и желанием. Кэтрин Борнстайн, автор и специалист по гендерной теории, описывает это «как культуру, поощряющую отождествлять секс с деньгами, успехом и безопасностью; и с вещами, которые, как нам говорят, помогут достичь денег, успеха и безопасности. Эта культура преуспевает в продаже товаров (вершина достижений при капитализме), регулируя их производство реализацией сексуальных фантазий». Объявление преподавателя йоги Кэтрин Будинг «носок для пальца», «верблюжье копытце» в рекламе «Лулуплемон» и американской одежды привлекли в своё время много внимания в блогосфере с постами типа: «Не слишком ли сексуальна реклама йоги?», «Скажем нет сексуальным объявлениям в йоге!» и т. п. А *Yoga Dork* опубликовал на своём сайте предупреждение: «Эксплуатация женских частей тела для продажи штанов для йоги!» Пожалуй, заголовок этого поста должен быть таким: «Лулуплемон заставляет нас чрезмерно задумываться о наших промежностях». А затем продолжить объяснение: «Скажи нет верблюжьему копытцу! С каких это пор изображение промежности и «расщелины Венеры» используется для того, чтобы поднять рыночную стоимость товара?!»

Сексуализация женщин в рекламе йоги усиливает овеществление женщин-практиков и женщин в целом. Она делает сферу йоги внешней, а не внутренней реализацией. Розанна Харви, писатель и редактор, пишет: «Я не понимаю, как эти фотографии обнажённых или полубогажённых женщин связаны с продажей товаров для практики *асан*, важной части йоги. Они не учат зрителя ни практике йоги, ни чему другому. Они даже не о торжестве красоты человеческого тела или красоты поз, которые я выполняю. Эти объявления просто о продаже товара».

Когда йога воспринимается как товар, её можно покупать и потреблять. В этой конструкции, продвигаемой индустрией и средствами массовой информации, она лишается своего более широкого контекста и потенциала как терапевтической и духовной практики.



Тем не менее, коммерциализация йоги привела к тенденции брендинга различных стилей йоги. Торговые марки и дифференциация стилей йоги используются из-за большого разнообразия «товаров», с одной стороны, и позволяют некоторым традициям йоги делать акцент на терапии или на духовности.

Переименование йоги в товарный знак

Переименование йоги, возможно, является последним кирпичиком в ре-контекстуализации, реконструкции и переосмыслении йоги. Новые стили, новые названия – йога стала коммерческим товарным знаком. Стоит отметить, что ранние тексты о йоге, такие как «Бхагавад Гита», упоминают четыре вида йоги. Хотя ребрендинг йоги, обсуждаемый здесь, относится к физической йоге, то есть хатха-йоге, и, таким образом, представляет собой вторичную классификацию йоги по стилю или традиции. Разнообразие стилей йоги, некоторые из которых «изобретены», а некоторые основаны на традиционной линии передачи, вызывает сомнения в подлинности некоторых стилей и связано с гораздо более глубинным смещением авторитетов. Сайман называет этот новый вид йоги «йогой маршмеллоу» («зефирной йогой»). Она цитирует учителя йоги Джуди Брик Фридман, которая признаёт, что «в США, особенно на Восточном побережье, стало популярным то, что некоторые из нас называют школой йоги маршмеллоу... Вы как бы ложите на полу и активно дышите, что хорошо для пухлых дам. Хотя на самом деле йога не в этом».

Прояснение йоги. Yoga Journal самопровозглашает себя *влиятельным посредником и пропагандистом современной йоги, являясь промоутером «тела йоги», индустрии красоты и индустрии йоги. 87% его аудитории составляют женщины: за последние девять лет на обложках журнала мужская модель появилась только однажды... О такой ли йоге мечтал Б. К. С. Айенгар, когда открывал свой институт йоги в 1975 году?*



Некоторые считают, что традиции йоги, основанные на линии преемственности, более аутентичны, чем другие. Хотя уже обсуждалось, что йога, экспортированная на Запад, представляла собой смесь индийских философий и традиций, а также западных концепций Востока и западной физической культуры. Эту новую форму современной йоги вряд ли можно назвать оригинальной или подлинной чистой формой йоги. Как отмечает Синглтон по этому поводу, «некоторые виды “йоги” в современном мире имеют весьма незначительную, часто просто номинальную связь с индийскими традициями йоги». Таким образом, женская йога, инь-йога, пренатальная йога, йога рака груди и многое другое были созданы для удовлетворения потребностей женщин в коммерческой среде, в новом контексте йоги как продвижения фитнеса, терапии и духовности, а также в новой ситуации, индустрии и СМИ. Хотя эти стили йоги в основном для женщин, их нельзя отделить от индустрии йоги или от иллюзорных обещаний красоты и совершенства.

Йога для женщин

Йога обладает огромным феминистским потенциалом как инструмент эмансипации для самореализации женщины. Не только как инклюзивная среда для женщин, но и как духовная практика, способствующая трансформации. В этом смысле йога обеспечивает чёрный ход к индустрии, которая её продвигает, к культурным границам, которые её окружают, и к ложным убеждениям, которые она терпит.

В последнее время стали слышны женские голоса, близкие к феминистским. Книга «Йогини: сила женщин в йоге» была опубликована в 2004 году, а фильм «Йогавуман» вышел в 2011 году. Обложка книги показывает, что «Йогини открывает окно в новаторские жизни и практики семнадцати просвещённых женщин – дверь в мир творчества, страсти и подлинности, доступный йогам, когда они открываются силе женского начала». Стоит

отметить, что описание этих женщин как просветлённых вместе с картинно-счастливыми фотографиями в книге, резонирующими с самим мифом о красоте, является благородным намерением. Точно так же на веб-сайте фильма «Йогавуман» говорится, что он «показывает, как йога полностью изменила жизнь тысяч чрезмерно возбуждённых, перегруженных работой и планами современных женщин... Женщины стали заниматься йогой для облегчения таких заболеваний, как рак груди, бесплодие, болезни сердца, тревога, депрессия и т. д. Он показывает, как йога изменила жизнь женщин в тюрьмах или перенёсших онкологические заболевания, тех, кто искренне работал над своим телом, боролся с ожирением или другими негативными обстоятельствами жизни, чтобы стать здоровее, творчески активнее и счастливее». Так как в этом сокрыто решение женских проблем, необходим ещё один призыв к инклюзивности: йога не только для женщин, но и для всех, независимо от пола, расы, возраста, цвета кожи, роста, веса и т. д.

Содействие разнообразию – настоящее обновление

В соответствии с демократизацией йоги, о которой говорилось выше, и в отличие от однонаправленной «йоги для тела», представленной в индустрии йоги, йога обладает способностью содействовать разнообразию и терпимости в окружающем обществе. Шон Корн, преподавательница йоги и общественный деятель, призывает к революции посредством йоги, которая может изменить наше мышление и наше общество. Она признаётся, что знает, как стандарты красоты «специально разработаны, чтобы воплощать, лишать силы и намеренно заставлять нас чувствовать, что нам нужно измениться во что-то “лучшее”, то есть отличное от того, кем мы уже являемся». Это противоположно другой цели йоги: самосовершенствованию, продвигаемому индустрией, по сравнению с самоисследованием,



упомянутым в йогических текстах. Она также добавляет, что «эти расистские, дискриминационные и постыдные стандарты, в которых редко признают людей с ограниченными возможностями. Они используются для того, чтобы манипулировать нами разными способами, в том числе – нашими деньгами, чтобы мы могли покупать необходимые продукты, дабы «помочь» быстрее достигнуть своих целей красоты и друг друга, увековечивая историческую иерархию власти, которая отчуждала и угнетала нас так долго».

Несомненно, йогу можно использовать как инструмент для продвижения разнообразия. Бонди утверждает, что ключ к внесению разнообразия в йогу – это разнообразие учителей, а также необходимость быть «более открытыми и чувствительными в том, как мы говорим и преподаём». Это, прежде всего, индивидуальный подход к каждому ученику, чтобы никто из них не чувствовал себя неспособным практиковать, ущербным, и, наконец, что «учителя должны напоминать своим ученикам не сравнивать себя с более продвинутыми практикующими». Другие учителя, такие как Тео Дрейк, учитель йоги и квир-активист («квир» – собирательный термин, используемый для обозначения человека, относящегося к сексуальным меньшинствам. – Прим. пер.), просят проявлять больше внимания к квир- и транс-сообществу, которые чувствуют себя обделёнными сообществом йоги, или Райан Макгроу, учитель йоги и защитник людей с ограниченными возможностями, предлагающий сделать йогу более доступной для этой группы людей.

Трансформация и трансценденция через сонастройку

Возможно, истинный потенциал йоги заключается в сонастройке с самим собой. Главным ключом к трансформации, как и к выходу за пределы обычного самоощущения, подверженного влиянию внешних факторов, является самоисследование посредством

психофизической практики йоги. Патанджали утверждал, что, удерживая ум, за счёт постоянной практики и непривязанности, достигается самореализация, которая приводит к освобождению.

Как видно из свидетельств практикующих йогу, йога обладает способностью настраивать нас на самих себя. Мелоди Мур, доктор философии в области клинической психологии и преподавательница йоги, заявляет, что йога помогает улучшать самобытие за счёт интровертности сознания: «Одна студентка поделилась со мной, что, почувствовав дыхание в животе, она впервые за долгое время могла чувствовать голод... Йога соединила её тело с разумом, и от этого у неё появился шанс, наконец, выжить и процветать. Йога предлагает нам способность быть, принимать, позволять, уступать, расти, чувствовать, любить и отпускать».

Другой пример такого свидетельства – музыкант и практикующая йогу Аланис Мориссетт. Она описывает свой подход к йоге так: «Я чувствовала себя потрясённо, занимаясь йогой... Эта регулярная практика стала частью моего большого путешествия в сторону осознания и самоанализа. Я почувствовала силу. Это было что-то интимное-личное, только для меня, а не на «продажу». Йога давала ощущение восстановления моей духовной практики, которая была утрачена после того, как я потеряла веру в своё католическое воспитание. Она обеспечивала ритуал и становилась моей молитвой, когда я практиковала её в одиночестве. Йога – это подход к жизни для меня... физическая и духовная практика. Это сонастройка со всеми частями меня – от моих костей, мышц и связок до моего сердца и интеллекта, – единство бытия, как целостной личности. Все части медленно соединяются, слетаются в единое состояние баланса, которое приносит чувство целостности и отсутствия вины за своё тварное «я».

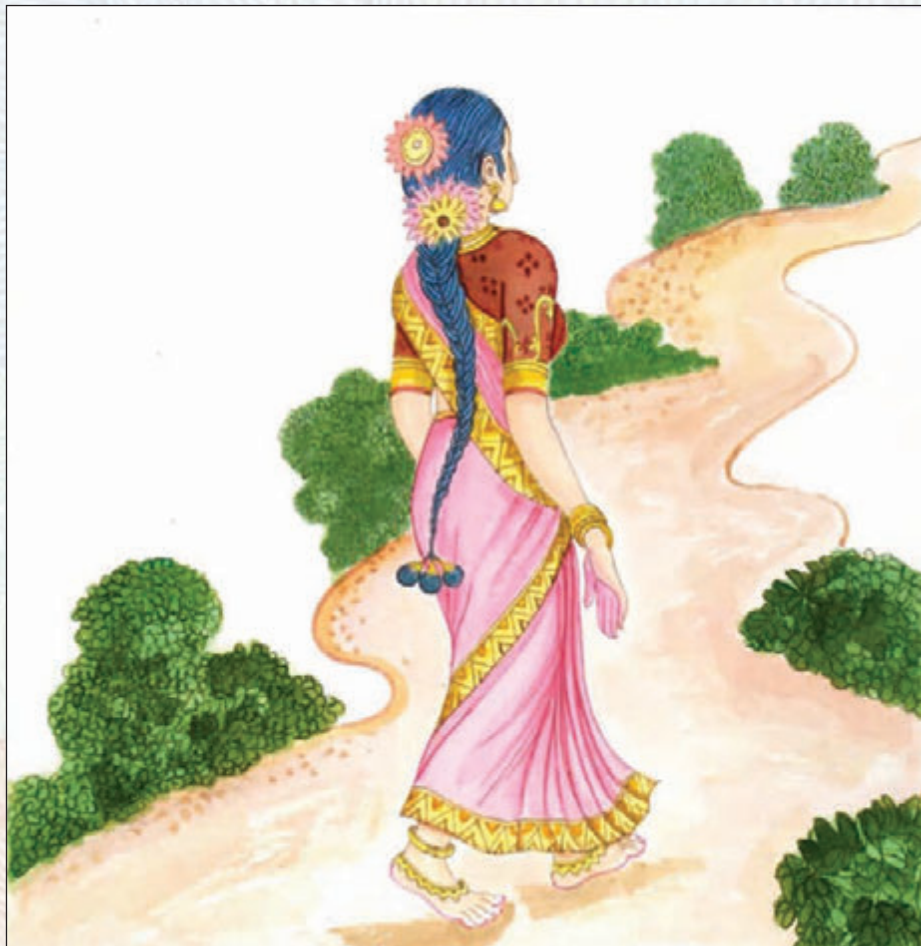
В этом искреннем описании своего опыта йоги Мориссетт склоняется к тому, что трансформирующая сила йоги заключается

в расширении возможностей с помощью духовной практики, которая становится ритуалом. Благодаря этому йога приносит сбалансированную целостность тела, сердца и ума, являясь основой для эмансипированного экзистенциального образа мысли и жизни.

Йогу можно охарактеризовать как исцеляющий ритуал в смысле «обретения целостности». Де Михелис считает, что структура этого ритуала состоит из трёх фаз: 1) отделение или предварительное состояние; 2) переходное или лиминальное состояние; и 3) инкорпоративное или постлиминальное состояние. Она соотносит их с тремя этапами практики йоги: «Даже когда человек практикует самостоятельно, есть ощущение, что время и пространство являются «другими»... коврик для йоги становится особым предметом, на который нельзя просто наступать, который нельзя пачкать и использовать для других целей. Разворачивание его на полу мгновенно создаёт «особое» время и пространство, в котором определённые практики, подобные ритуалам, повторяются с регулярными интервалами». Далее она объясняет, как в лиминальном состоянии речь идёт об усвоении новых способов ощущения и восприятия, которые могут побудить нас «взглянуть на мир по-другому», чтобы в инкорпоративном состоянии преобразившийся практикующий мог воспринимать мир через другую линзу.

Таким образом, являясь трансформирующей практикой и исцеляющим ритуалом, йога потенциально может быть чем-то большим, чем это описывается в средствах массовой информации. Хотя, несомненно, её практика обладает побочными эффектами фитнеса, имеет терапевтическую ценность и духовную сущность. Как инструмент освобождения, она может изменить нас как индивидуумов и как общество, обретая новые смыслы. Вместо того, чтобы задаваться вопросами о подлинности йоги, мы должны спросить себя, делает ли она нас более настоящими, более настроенными на самих себя.





Как инструмент освобождения, йога может изменить нас как индивидуумов и как общество, обретая новые, а на самом деле, – хорошо забытые старые смыслы, где роль и место женщины определены со времён древней Индии.

Заключение

В этой статье мы хотели лучше понять место женщины, которое она занимала и занимает в йоге со времён древней Индии и до наших дней. Отмечая тот факт, что йогу нельзя изолировать от культуры, в которой она практикуется, в проект был добавлен краткий социокультурный аспект. Путём более тщательно изучения текстовых свидетельств и исторического контекста была изучена возможность существования женщин-практиков йоги.

Женщины, практикующие йогу, упоминаются в таких ранних произведениях как Упанишад и «Махабхарата», хотя трудно предположить, что это была та же самая «практика йоги», которая известна нам с более поздних времён. Остатся неясным, практиковали ли женщины йогу во времена написания «Йога-сутр» Патанджали. Действительно, в средневековые поэтов-женщин называли йогинями, хотя убедительных доказательств существования женщин, практикующих хатха-йогу, нет.

В колониальной Британской Индии вопрос о месте женщины был поднят на поверхность. Интересно, что возрождение йоги, включавшее демократизацию и секуляризацию йоги, произошло одновременно с реформой в области прав женщин. Основные сторонники современной йоги также обращались к женщинам, хотя нет никаких свидетельств того, что индийские женщины практиковали в то время. Гита Айенгар, пожалуй, первая женщина, которая обратила внимание на женскую йогу.

Йога приветствовалась на Западе во второй половине XX века и с тех пор стала популярной. Она была вновь обновлена (при этом три трети всех практикующих составляли женщины) повторно контекстуализирована в фитнес-терапевтическо-духовном дискурсе, реконструирована для удовлетворения потребностей в этих парадигмах и западных концепциях женской физической культуры, преобразованных в капиталистически-индустриальную сферу; что стало причиной превращения йоги в товар, коммерциализации йоги, и её

Паца (петля, силок, путы) – атрибут многих богов, но чаще – Ганеши, Шивы или Ямы. Может быть символом как привязанности к Божественному и спасения, так и сансарического капкана, «удавкой на шее». Ишварапрадхана и религиозность превращают пацу в надёжный «полисаст» на пути йоги.

ребрендинга в качестве торговой марки. Хотя эти изменения позволили женщинам активно практиковать йогу, смена парадигм привела к искажённому и циничному использованию тела в йоге в служении мифу о красоте и индустрии йоги. Таким образом, практика йоги должна быть заново переосмыслена как трансформирующая и трансцендентная практика, ведущая к сонстройке и самореализации.

Идея повторного утверждения йоги не нова. В 2008 году Индуистский американский фонд начал кампанию «Верни йогу» с целью «высветить йогу как пожизненную практику, посвящённую достижению мокши, или освобождению/единению с Богом» (сайт HAF, «верни йогу» – <http://www.hafsite.org/media/pr/takeyogaback>). В июне 2014 года премьер-министр Индии Нарендра Модии обратился к мировому сообществу с призывом отмечать индийскую йогу как Всемирный день йоги. Он получил поддержку ста семидесяти стран, а ООН провозгласила 21 июня Всемирным днём йоги. В конце того же года Индия назначила первым министром йоги Шрипада Йессо Наика.

Помимо национальных и исторических притязаний, есть также требование относиться к йоге как к практике освобождения, практике без «индустрии», исповедующей истины своей минималистской и непривязанной к материальным вещам философии. Это может проявляться в том, чтобы меньше покупать товаров для йоги и избегать рекламу, а вместо этого сосредоточиться на самообучении и практике сострадания. Мы также должны узнать об истоках йоги, её философии и возможностях. И самое главное – мы должны осознавать подтекст йоги. Поскольку одна и та же практика может быть использована для увеличения и уменьшения страданий, мы должны знать, какие возможности нам предлагаются, чтобы сделать правильный выбор.

© Перевод: Индуизм сегодня, 2021



ИНТЕРВЬЮ

Наша «Мягкая сила» в России – это радоваться для вас

Наш корреспондент Анна Алёшкина взяла интервью у Сэмми Котвани – главы компании «Императорский портной», президента Индийского культурно-национального центра «Сита», руководителя ассоциации «Индийский бизнес-альянс». В обсуждении некоторых вопросов принимали участие брат Сэмми, Энди Котвани, – совладелец компании «Императорский портной», и дочь, Диша Котвани, – менеджер по организации мероприятий в Индийском культурно-национальном центре «Сита». Все они занимаются организацией индийских культурных мероприятий в Москве. Нам было интересно узнать у них, каково это – быть индийцем в России и распространять индийскую культуру.

Расскажите про ваш салон-ателье: с чего всё началось, и почему вы решили остаться в России?

Сэмми: Брат нашего родного дедушки начинал как портной в Гонконге, он был там во время войны. Это он предложил мне начать заниматься этим бизнесом, когда я учился в институте. Он не настаивал и говорил, что если мне не понравится, то я могу продолжать искать себя в другой сфере. Но мне понравилось – я начал заниматься портным делом в Африке, а потом оказался в России и остался здесь!

Энди: Сэмми приехал в Россию в начале девяностых годов. Затем он пригласил второго брата Джимми – в 1992 году, а меня – в 1994. Так мы начали работать троём, а уже через восемь лет мышили костюмы для людей из правительства Москвы. У нас до того момента не было помещения, и мы сами ходили с чемоданами по клиентам, и так



получилось, что нам предложили взять помещение в Гостином дворе. Оно было только после реставрации, но мы всё равно сделали здесь свой ремонт. Мы вкладывали сюда все наши деньги, накопленные с заказов. После этого мы открыли ещё много салонов в России и СНГ. Конечно, если мы говорим о нашем ателье, то мы всегда вспоминаем нашего двоюродного дедушку, потому что с него всё начиналось, это он увлёк нас в свой бизнес, ведь наш отец не был портным – он был финансовым брокером. Нам нравится заниматься нашим делом, мы даже иногда шутим: «Если мы не сняли мерки – наша душа недовольна».

Как вы работали во время «локдауна», и как он повлиял на ваш бизнес?

С.: Во время «локдауна» почти год назад возник дефицит масок для лица. Поэтому мы решили их шить, только многоразовые, хлопковые. Мы не продавали их, а передавали бесплатно – в школы, клиентам, в Мэрию Москвы.

Э.: На бизнес, конечно, это всё немножко повлияло! Но мы обрели большой опыт.

Расскажите о вашем детстве: что в вашем детстве или юности повлияло на то, чем вы занимаетесь сейчас?

С.: Когда я жил в Индии, я был в то время очень модным парнем! У меня всегда был портной, и мы никогда не носили одежду из магазина. С самого детства мы одеваемся в ту одежду, которая была создана по индивидуальному пошиву! Думаете наши дети носят одежду сразу после покупки в магазине?

Нет! Она ушивается и подгоняется по фигуре по десять раз. Иначе мои дети не надедут её. Это вошло в гены, это фамильное.

Диша: Когда однажды надеваешь ту одежду, которая была создана по твоей фигуре – ты понимаешь, что до этого ты непонятно что носил вообще. Магазины продают одежду по универсальным, обобщённым размерам и в ней нет индивидуальности. Наш папа всегда



Семья Котвани: (вверху) Сэмми Котвани – бизнесмен, политик, меценат и глава семейства; (внизу) Энди Котвани – совладелец компании; (на обороте) Сэмми с дочерью Дишей Котвани; три брата Котвани в обстановке своей студии «Императорский портной».

говорит нам, чтобы мы покупали или заказывали одежду на несколько размеров больше – так мы всегда сможем ушить её и подогнать по фигуре, учитывая наши пожелания. Поэтому и онлайн-шоппинг для нас не является проблемой. Например, когда я училась в школе, мой папа сшил мне школьные брюки так, как будто это джинсы. Это было очень удобно!

У вас семейный бизнес, следовательно, у вас должны быть очень хорошие отношения. Есть ли у вас какие-то семейные традиции, которые этому способствуют?

Д.: У нас каждое воскресенье – это день семьи. Если у меня в этот день появляются какие-то дела или мероприятия, то я всё переношу на другое время. В этот день мы должны быть только со своей семьёй, мы вместе готовим. Папа и дядя становятся нашими «шеф-поварами». Они очень хорошо готовят и это всегда какая-то необычная

еда. Во время карантина, когда мы все сидели дома, эта традиция только укрепилась. Я тогда публиковала фотографии того, что мы приготовили в «Инстаграме» и «Фейсбуке», и мои друзья удивлялись – они говорили, что тоже хотят есть еду как в ресторане! Они не понимали, как нам удастся сделать что-то подобное в домашних условиях! Когда мы готовим на кухне важно, чтобы мамы в это время там не было. Она не ест мясо, поэтому если мы готовим что-то из него, то у нас обязательно будет две разные кастрюли – для блюд с мясом и без. Нельзя, например, чтобы даже ложка, которой мы дотрагивались до мяса или рыбы использовалась для приготовления вегетарианских блюд! В рабочие дни я и мои сёстры заняты, и у нас нет времени готовить обед или ужин, но благодаря семейному дню мы набираемся опыта! В этом есть только один минус – это горы грязной посуды, которые остаются после семейного застолья (смеётся).

Э.: Приготовление еды – это мотивирование себя. Я объясню: когда готовишь с пониманием, что ты будешь кого-то угощать, ты стремишься приготовить что-то особенно вкусное. Мы готовим для того, чтобы мотивировать себя становиться лучше – благотворительность начинается с дома! Как я могу пойти кому-то помогать, если у меня дома что-то не так? Сначала надо навести порядок в своей семье! Соответственно, я и помогаю, потому что хочу мотивировать себя продолжать это делать. Когда мы готовим еду дома, мы основательно готовимся – мы покупаем абсолютно все ингредиенты, которые необходимы для приготовления конкретного блюда. Нам важно, чтобы даже кастрюля была точно такая, в которой обычно готовят ту еду, которую мы выбрали. Мы готовим по традиционному рецепту какого-либо штата Индии, где люди собираются в очереди, чтобы её отведать – такие рецепты мы выбираем!

С.: Мы готовим разную еду, не только индийскую. Но что важно, я никогда не использую один и тот же рецепт дважды. Если я уже готовил украинский борщ, и захотел приготовить его снова, рецепт приготовления будет обязательно отличаться. Зачастую я не знаю заранее, что буду готовить. Я не иду в магазин специально за каким-нибудь продуктом, но если мой выбор остановился на каком-то из них, я его покупаю и только потом думаю, что бы вкусенького из него приготовить. Как-то я купил экзотический фрукт. Дома мы все вместе долго думали, что бы из него приготовить. Обычно, когда мы готовим для детей, они могут сказать, что им не вкусно. Но если они сами участвуют в процессе приготовления или руководят им – где добавить больше мёда, а где приправы – то они уважительнее относятся к результатам такого труда. Это очень

правильно – вовлекать детей в процесс приготовления пищи. В этом есть много плюсов, главный из которых – мы укрепляем наши семейные узы, мы учимся лучше понимать друг друга.



Вы занимаетесь благотворительностью?

Д.: Каждую пятницу Энди покупает еду и в субботу ходит в наш храм Кришны в Москве. Он кормит там сто пятьдесят человек. И так уже несколько лет.

Сэмми, Вы много чем занимаетесь, в том числе организуете различные индийские фестивали. Что Вы считаете своей основной деятельностью, как бы Вы представили себя?

С.: Это зависит от того, с кем я общаюсь. Если я на деловой встрече, то я руководитель ассоциации «Индийский бизнес-альянс». Если я встречаюсь с портным, то с ним я буду общаться как портной. Если я на встрече с политиком, то ему я скажу, что я официальный представитель партии Нарендры Модии. Если это какая-то иная встреча, то там я буду как культурный деятель. Как невозможно каждый день есть один и тот же суп, так и я не могу быть постоянно только портным, сколько уже можно говорить, что я портной? Когда-то я просто подумал, что хочу завести как можно больше связей с теми русскими, которым нравится Индия. И я начал расширять свои знакомства: как у портного у меня один круг знакомств, как у российского бизнесмена – другой, больше, чем первый. Как у человека, который занимается культурными мероприятиями – ещё больше. Помимо всего этого, мы ведь ещё приглашали святого человека в Москву! Это был Садхгуру. Мы были его официальными представителями в России. Мы организовывали ему мероприятия в Крокус Сити Холле, там был зал на шесть тысяч пятьсот человек, и он полностью был заполнен!

Мы понимаем, почему русские едут в Индию, а зачем индийцы едут в Россию, чем они занимаются здесь?

С.: Когда мы говорим об Индии, то первые ассоциации, которые приходят в голову – это чай, в первую очередь *масала чай*, между прочим, индийский чай очень вкусный. Второе – специи. Третье – одежда. Если в России человек покупает какую-то вещь, то, скорее всего, она из Индии. Например, «Зара» и «Армани джинс» шьют свои изделия в Индии. Даже если это какой-то очень известный, дорогой бренд из Италии, Англии, Испании, то всё равно, скорее всего, это производилось в Индии. Четвёртое – фармацевтика. Она занимает очень большую долю рынка, в том числе индийская косметика и аюрведа. Пятое – ювелирные украшения. Это очень большой бизнес, которого не видно. Семьдесят пять процентов камней по всему миру были обработаны в Индии! Шестое – туризм. До карантина в Индии отдыхало около 80 тысяч россиян ежегодно, мы надеемся, что после окончания пандемии это число увеличится вдвое. В России люди покупают очень много индийских товаров. А среди индийцев очень много бизнесменов, потому что у нас почти все обладают степенью «Эм-Би-Эй» (от англ. *master of business administration, MBA*, – магистр экономического управления – квалификационная степень магистра в менеджменте, управлении. – Прим. пер.). У меня же, так как я работаю в России, – степень «Ай-Эм-Би-Эй» (*International Master of Business Administration* – международный магистр делового администрирования. – Прим. пер.). Именно поэтому есть много крупных брендов, управляющими компаний которых являются индийцы. Например, у таких как «Пепси», «Майкрософт», «Гугл» и др. Сорок процентов директоров крупных компаний в России – это индийцы. Индийцы и русские совместно очень много где работают.

Д.: У нас в Индии, когда ребёнок рождается, родители стремятся обеспечить его всем самым лучшим – так в детях воспитывается способность к здоровой конкуренции. Поэтому мы всегда думаем, как нам стать ещё лучше. Всё, что я делаю, будь то спорт или работа – всё это я стремлюсь вывести на более высокий уровень!

Почему россияне так любят Индию и едут туда?

С.: Россия – это Россия, а Индия – это весь мир. У нас есть снег, вода, солнце, горы. У нас есть всё, что любит русский человек и при этом – всё это недорого! Индия для российского туриста – это экзотика. Россияне всегда любили нашу культуру и наше кино. К тому же, в Индии каждые пятьдесят

километров меняется и еда, и культура, и это разнообразие привлекает. В России этого не увидишь.

Д.: Русские очень любят всё натуральное – а у нас всё это есть! В Индию едут, потому что у нас есть море, натуральные продукты, много свежих фруктов, аюрведа и аюрведический массаж. К нам едут в том числе для того, чтобы лечиться.

Сложно ли в России распространять индуизм, если да, то почему?

С.: У нас в Индии очень много религий, можно верить во что хочешь, в России этого нельзя. В России принимают пять основных религий, и кроме этого ничего видеть не хотят. Думаете, если я захочу, я смогу завтра открыть здесь храм? Нет, это невозможно, нет такого закона! У нас праздник – это религиозное понятие, но в России мы о религии стараемся ничего не говорить. Например, праздник «Холи» имеет для нас глубокий религиозный смысл всепрощения, но с виду это возможно выглядит, как поливание друг друга краской и водой. Для индуиста это очищение и преображение, ещё один шаг к обновлённой праведной жизни. Другой праздник, «Дивали», известен у большинства на Западе, как индийский новый год. В религиозном отношении мы отмечаем возвращение принца Рамы, это наша древняя традиция. Мы очень давно живём в России. А раз я живу здесь, то я должен уважать российские законы. Если нашу религию не понимают, то я не буду говорить об этом.

Д.: Я чувствую, что русские очень любят нашу религию. Они понимают, что у них есть какие-то вопросы, ответы на которые они смогут найти только в индуизме. Потому что, когда христиане спрашивают: «Почему так, а не иначе?» – их религия не даёт ответа. Всё объясняется просто – так надо. А в Индии на любой вопрос есть ответ, поэтому я чувствую, что русские очень любят индуизм!

Мы говорим о том, что русские очень любят индуизм, едут в Индию, чтобы получить ответы на многие вопросы. А можно ли стать индуистом, если ты родился не в Индии?

С.: Когда мы что-то делаем в России – мы не навязываем свою религию. Любой человек может просто верить во что он хочет. У нас нет такого закона, как стать именно индуистом. В Индии очень много богов, мы капризные в этом плане. Мы выбираем тех богов, в которых хотим верить. Я верю в Кришну, люблю Ганешу. К тому же, любовь у нас, можно сказать, «сезонная» (смеётся). Если сейчас «Махашиваратри», то я буду верить в Шиву, если – «Ганеша Чатуртхи», то я буду любить Ганешу. В разное время мы можем поклоняться различным божествам. В Индии много всего интересного, и у каждого человека может быть свой Бог, и верим мы все по-разному.

Вы проводите какие-либо религиозные мероприятия?

С.: Если у меня проводятся какие-то мероприятия, то они всегда культурные, нерелигиозные. Если к нам приезжает религиозный человек, то мы не будем говорить с ним прилюдно о религии, как, например, с Садхгуру. Мы будем говорить о том, как правильно жить, заниматься йогой, медитировать и т. п. Если, допустим, Садхгуру будет говорить что-то про храмы в Индии, то это мало кому будет интересно. Если мы устраиваем какие-то мероприятия, мы стараемся выбирать такие темы, которые будут интересны большинству. На этот счёт у нас есть своя философия. Мы считаем, что если человек рождается, а потом умирает, то зачем по жизни плакать и грустить? Мы хотим радоваться, чтобы и вы тоже радовались. Наша «Мягкая сила» в России – это радоваться для вас.

Д.: Если мы работаем или общаемся с русскими, то мы всегда будем говорить о том, что они понимают. Всегда выбирается какая-то определённая тема, например: «Как справиться со стрессом?», «Что нужно делать, если есть проблемы с деньгами?» и т. д. Мы будем говорить о том, что русский человек может прочувствовать. Если мы решили обсуждать какую-то проблему, то мы расскажем о нашем опыте, как мы с этой проблемой справляемся. У Садхгуру есть канал на «Ютубе». Мы помогаем ему выбирать такие темы для видео, которые русские смогут понять. Мы всё делаем, чтобы вы понимали нашу культуру, чувствовали её. Почему на лекцию Садхгуру в «Крокус» пришло так много людей? Потому что они его понимали. Таким образом укрепляется наша дружба. Это наша цель – помогать вашей жизни становиться лучше.



Если бы у вас была возможность построить храм, то какому Божеству он был бы посвящён?

С.: Я бы построил культурный центр. Там всегда была бы выставка, где я показывал бы нашу культуру. Там были бы не только Шива или Кришна! Там было бы всё «от А до Я». Россияне бы очень этим заинтересовались. Потому что это было бы то место, где им покажут и расскажут, как правильно заниматься йогой или быть вегетарианцем. Я бы хотел в этом месте создать маленькую Индию. Там было бы всё, что вам нужно и в одном месте и Болливуд, и йога, и аюрведа и многое другое. Я был бы очень рад, если бы нашёл какое-то большое помещение для этого, например, кинотеатр, чтобы в этом центре ещё и кино показывать. Чтобы там можно было бы проводить лекции. Это наша мечта, наша идея. В мире есть только две страны, которые так крепко дружат – это Россия и Индия, у нас настоящая дружба. И наша дружба стала бы ещё крепче!

Д.: Некоторые иностранцы говорят, что боятся жить в Москве или в России. Но это, пока ты видишь Россию как иностранец. У меня были ситуации в жизни, когда я чувствовала себя иностранкой здесь, но мне, напротив, очень помогало, что я из Индии. Я приходила в магазин и когда люди видели, что я из Индии, они сразу предлагали мне свою помощь! Я иногда думаю, что у меня было меньше проблем в России только из-за того, что я из Индии, потому что русские очень любят нас. Если завтра я презентую какую-нибудь культурную программу, то русские сразу же откликнутся! Стоит им услышать, что ты хочешь организовать какое-то индийское мероприятие, и эмоции сразу переполняют всех: «Всё! Мы с вами! Делаем!» И никаких проблем не будет! Эта взаимная любовь и есть наш самый главный храм.



Урок 2

Сочетания согласных с согласными в деванагари. Лигатуры

С. В. ЛОБАНОВ

युक्ताक्षराणि

Ещё одной особенностью письменности деванагари по сравнению с привычными нам европейскими алфавитами являются особые комбинированные написания двух и более согласных. В пособиях по изучению санскрита на европейских языках их принято называть лигатурами, сами же индийцы называют их «соединёнными *акшарами*» (yuktākṣarāṇi) и различными синонимами данного термина. Просто выучив исходные знаки деванагари и не зная правил построения производных от них лигатур, невозможно прочесть слова и тексты, содержащие лигатуры. Поэтому вторым этапом в освоении чтения на деванагари является знакомство с правилами построения лигатур.

Лигатуры бывают горизонтальными и вертикальными и образуются посредством объединения по особым правилам в единый знак либо полных знаков согласных, либо только их т. н. характерных частей. Характерной частью знака согласного принято называть всё, что он содержит кроме верхней горизонтальной черты и ствола (основной вертикальной черты), если знак согласного имеет ствол.

ग	ga	ग	मग्न	मुग्ध	योग्य
			magna	mugdha	yogya
ज	ja	ज	ज्वरः	लज्जा	ज्योतिषः
			jvaraḥ	lajjā	jyotiṣaḥ
ण	ṇa	ण	कण्ठः	घण्टा	मुण्डम्
			kaṇṭhaḥ	ghaṇṭā	muṇḍam
थ	tha	थ	तथ्यम्	पथ्यम्	पृथ्वी
			tathyam	pathyam	pr̥thvī
न	na	न	चिन्ता	कन्था	मन्दिरम्
			cintā	kanthā	mandiram
ष	ṣa	ष	कृष्णः	पुष्पम्	भीष्मः
			kṛṣṇaḥ	puṣpam	bhīṣmaḥ

स	sa	स	स्थानम्	स्वास्थ्यम्	भस्म
			sthānam	svāsthyam	bhasma
च	ca	च	उच्च	इच्छा	अच्युतः
			ucca	icchā	acyutaḥ
ज	ña	ज	पञ्च	पञ्जरम्	झञ्झा
			pañca	pañjaram	jhañjhā
त	ta	त	आत्मा	सत्कारः	उत्सवः
			ātmā	satkāraḥ	utsavaḥ
ध	dha	ध	ध्यानम्	ध्वनिः	अध्यायः
			dhyānam	dhvaniḥ	adhyāyaḥ
प	pa	प	सप्त	अप्सरा	स्वप्नः
			sapta	apsarā	svapnaḥ
म	ma	म	कम्पः	गुम्फः	आरम्भः
			kampaḥ	gumphaḥ	ārambhaḥ
य	ya	य	शय्या	साहाय्याम्	न्याय्य
			śayyā	sāhāyyām	nyāyya
ख	kha	ख	सख्यम्	सौख्यम्	विख्यात
			sakhyam	saukhyam	vikhyāta
घ	gha	घ	विघ्नः	कृतघ्न	शत्रुघ्नः
			vighnaḥ	kṛtaghna	śatrugghnaḥ
झ	jha	झ	उज्झ्यात्	उज्झ्यास्ताम्	उज्झ्यासुः
			ujjhyāt	ujjhyāstām	ujjhyāsuḥ



ब	ba	ब	शब्दः	कुब्ज	लब्ध
			śabdaḥ	kubja	labdha
भ	bha	भ	अभ्यासः	अभ्यस्त	अभ्यागतः
			abhyāsaḥ	abhyasta	abhyāgataḥ
व	va	व	व्यथा	व्यापारः	दिव्य
			vyathā	vyāpāraḥ	divya
श	śa	श्	श्वः	श्लोकः	वृश्चिकः
			śvaḥ	ślokaḥ	vṛścikaḥ
क्ष	kṣa	क्ष	लक्ष्यम्	तीक्ष्ण	सूक्ष्म
			lakṣyam	tikṣṇa	sūkṣma
त्र	tra	त्र	त्र्यम्बकः	स्वातन्त्र्यम्	आमन्त्र्य
			tryambakaḥ	svātantryam	āmantrya
ज्ञ	jña	ज्ञ	राज्ञ्यै	राज्ञ्याः	राज्ञ्याम्
			rājñyai	rājñyāḥ	rājñyām

Например, в лигатуре त्म **tma** мы видим сочетание характерной части *акша*ры त (ṭ), соединённой с полным знаком *акша*ры म. Если бы мы просто написали подряд согласные त и म, то получили бы сочетание обозначаемых ими слогов, т.е. **ta** и **ma** (तम **tama**) вместо нужного нам сочетания त्म **tma**. Конечно, оставалась бы такая опция, как написание этого сочетания с *вирамой* – त्म, но использовать *вираму* в середине слов, в целом, не принято.

Горизонтальная лигатура для двух согласных строится слева направо и состоит из характерной части первого согласного и полного знака второго согласного. Например:

स्व sva, छ्छ ccha, ध्य dhya, न्त nta.



Некоторые примеры горизонтальных и вертикальных лигатур

Вертикальная лигатура из двух согласных строится сверху вниз и состоит из полного знака первого согласного и либо характерной части знака второго согласного (если у знака первого согласного имеется ствол), либо полного знака второго согласного (если у знака первого согласного ствол отсутствует), присоединяемого к полному знаку первого согласного. Например:

а) क्क kla, न्न nna, स्न sna, क्क kva и ङ्ङ ñka, ङ्ङ ñga, ट्ट ṭṭa

ङ्+क=ङ्क	अङ्कः	पङ्कः	रङ्कः
ñ+ka=ñka	aṅkaḥ	paṅkaḥ	raṅkaḥ
ङ्+ख=ङ्ख	शङ्खः	शृङ्खला	सङ्ख्या
ñ+kha=ñkha	śaṅkhaḥ	śṛṅkhalā	saṅkhyā
ङ्+ग=ङ्ग	रङ्गः	भङ्गः	सङ्गः
ñ+ga=ñga	raṅgaḥ	bhaṅgaḥ	saṅgaḥ
ङ्+घ=ङ्घ	सङ्घः	जङ्घा	लङ्घनम्
ñ+gha=ñgha	saṅghaḥ	jaṅghā	laṅghanam

В целом, горизонтальные лигатуры более употребимы, чем вертикальные, и для ряда *акша*р возможно построение как горизонтальных, так и вертикальных лигатур.

Но имеются также особые случаи построения лигатур:

- Согласный र перед следующим за ним согласным передаётся особым надстрочным значком ṛ. Например:

र्क rka, र्व rva, र्म rmaṁ, र्त rta, र्ण ṛṇa.

र्+प=र्प	सर्पः	दर्पः
r+pa=ṛpa	sarpaḥ	darpaḥ
र्+क=र्क	कर्कटः	मर्कटः
r+ka=rka	karkaṭaḥ	markaṭaḥ
र्+म=र्म	कर्म	धर्मः
r+ma=rma	karma	dharmaḥ
र्+ण=र्ण	कर्णः	वर्णः
r+ṇa=ṛṇa	karṇaḥ	varṇaḥ

- Согласный र, следующий после другого согласного, передаётся наклонным штрихом в левой нижней части знака этого согласного: प्र pra, द्र dra, स्न sra, ब्र bra. Некоторые лигатуры при этом пишутся с дополнительными особенностями: त्र tra, छ्छ chra, ङ्ङ ñra, ट्ट ṭra, ठ्ठ ṭhra, ड् डra, ढ् ढhra, श्र śra, ह्र hra.

क्+र=क्र	चक्रम्	वक्रम्	क्रीडा
k+ra=kra	cakram	vakram	kṛīḍā



श्+र=श्र	श्रमः	श्रमिकः	परिश्रमः
ś+ra=śra	śramañ	śramikaḥ	pariśramañ
त्+र=त्र	छत्रम्	पत्रम्	क्षेत्रम्
t+ra=tra	chatram	patram	kṣetram

3. Нерасчленимые лигатуры: क्ष kṣa, ज्ञ jña. Сильно изменённые лигатуры: क्ता kta, त्ता tta, ष्टा ṣṭa, ष्ठा ṣṭha.

क्+ष=क्ष	कक्षः	पक्षः	शिक्षा
k+ṣa=kṣa	kakṣañ	pakṣañ	śikṣā
ज्+ञ=ज्ञ	अज्ञः	विज्ञ	ज्ञानम्
j+ña=jña	ajñañ	viñña	jñānam
त्+त=त्त	उत्तम	उत्तरम्	उत्तापः
t+ta=tta	uttama	uttaram	uttāpañ
न्+न=न्न	छिन्न	भिन्न	प्रसन्न
n+na=nna	chinna	bhinna	prasanna

4. Согласный द् в сочетании с другими согласными: द्म dma, द्य dya, द्व dva, द्व dba, द्द dda, द्ध ddha, द्ढ dbha.

द्+द=द्ध	कुद्दालः	उद्दालकः	उद्दीपना
d+da=dda	kuddālaḥ	uddālakaḥ	uddīpanā
द्+ध=द्ध	ऋद्धिः	सिद्धिः	समृद्धिः
d+dh=ddha	rddhiḥ	siddhiḥ	samṛddhiḥ
द्+भ=द्भ	उद्भवः	सद्भावः	उद्भावनम्
d+bha=dbha	udbhavaḥ	sadbhāvaḥ	udbhāvanam
द्+म=द्म	पद्मम्	वेद्मि	विद्मः
d+ma=dma	padmam	vedmi	vidmaḥ
द्+य=द्य	पद्यम्	गद्यम्	नैवेद्यम्
d+ya=dya	padyam	gadyam	naivedyam
द्+व=द्व	द्वयम्	द्वारम्	द्वितीय
d+va=dva	dvayam	dvāram	dvitīya

5. Согласный श् в сочетании с другими согласными обычно выступает в изменённом виде: श्र śca, श्व śva, श्न śna.

श्+र=श्र	श्रमः	श्रमिकः	परिश्रमः
ś+ra=śra	śramañ	śramikaḥ	pariśramañ

6. Согласный ह् в сочетании с другими согласными: ह्य hma, हल hla, ह्य hya, हव hva, ह्न hña.

ह्+ण=ह	गृहामि	गृहासि	गृहाति
h+ṇa=hṇa	grhṇāmi	grhṇāsi	grhṇāti
ह्+न=ह	चिहम्	वहिः	आहिकम्
h+na=hna	cihnam	vahniḥ	āhnikam
ह्+म=ह्य	ब्रह्मा	ब्राह्मणः	ब्रह्मर्षिः
h+ma=hma	brahmā	brāhmaṇaḥ	brahmaṛṣiḥ
ह्+य=ह्य	ह्यः	बाह्य	दाह्य
h+ya=hya	hyaḥ	bāhya	dāhya
ह्+ल=ह	आह्लादः	प्रह्लादः	मह्लणः
h+la=hla	āhlādaḥ	prahlādaḥ	mahlāṇaḥ
ह्+व=ह	जिह्वा	आह्वानम्	गह्वरम्
h+va=hva	jihvā	āhvānam	gahvaram

Согласный क ka сохраняет ствол и в горизонтальных лигатурах: क्म kma, क्य kya.

क्+त=क्त	भक्तिः	शक्तिः	मुक्तिः	युक्तिः
k+ta=кта	bhaktiḥ	śaktiḥ	muktiḥ	yuktiḥ
क्+क=क्क	बुक्कति			
k+ka=क्का	bukkati			

При построении многочленных (т.е. состоящих из знаков более чем двух согласных) лигатур к двучленной лигатуре по общим правилам необходимо прибавить знак следующей согласной. Например: क्ष्म kṣma, त्रै rtra, द्व द्ग dgra, त्र्य र्त्स rtsnya.

॥ सर्वमङ्गलम् ॥

Жизнь с Шивой

СОВРЕМЕННАЯ КУЛЬТУРА ИНДУИЗМА

Садгуру Шивайя Субрамуниясвами



Дорогие друзья!

В ноябре 2021 года мы будем отмечать 20 годовщину махасамадхи Садгуру Шивайя Субрамуниясвами, великой души, ставшей благодаря своим прозрениям и преданности духовному пути светом для миллионов верующих всего мира.

«Индуизм сегодня» к этому знаменательному событию готовит к изданию долгожданную заключительную книгу С. Ш. Субрамуниясвами, 2-й том трилогии, «Жизнь с Шивой». Уже сегодня можно сделать предзаказ на сайте издательства www.hinduism.today и приобрести книгу почти в 2 раза дешевле её ожидаемой розничной стоимости. Магазины и прочие торговые площадки могут заказать сразу несколько книг, от 5 или 10 экземпляров, по специальной оптовой цене. Кроме того Вы можете стать спонсором издания книги «Жизнь с Шивой» и получить самые разные вознаграждения на проекте краудфандинга по ссылке QR-кода ниже. Там же все интересующиеся могут более подробно узнать об этой книге, ознакомиться с её содержанием, оформлением и выходными данными.





СПЕЦИИ

Удивительные свойства кориандра

На протяжении как минимум четырёх тысяч лет это универсальное растение оживляет блюда и напитки кухонь всего мира

Лакшми Шридхаран, Калифорния
C*oriandrum sativum*, широко известный как кинза или китайская петрушка, — это ароматная трава, а также пряность. Название кориандр происходит от греческого слова *koris*, что в переводе означает «клоп». Грекам измельчённые незрелые семена и листья кориандра напоминали запах раздавленного клопа. К счастью, остальной мир думает о кориандре иначе! Эта востребованная специя, широко используемая в индийской, мексиканской, китайской и ближневосточной кухнях, нашла своё применение по всему миру. Кориандр широко используется в аюрведе и *siddha* медицине.

Coriandrum sativum, по-видимому, естественным образом произрастал в Европе и Западной Азии. Записи о нём обнаружены в грузовом манифесте XVI века до нашей эры, написанном на древнегреческом языке. Так-

же он известен на Ближнем Востоке и в Индии, по крайней мере, с ведийских времён. Его выращивали тысячи лет в Индии, Китае, Египте и Центральной Америке. Как в США, так и в России, листья растения обычно называют кинзой, а семена — кориандром. Тогда как во многих странах и листья, и стебли называют кориандром, а высушенные плоды — семенами кориандра.

Кориандр принадлежит к семейству зонтичных, в которое входят укроп, фенхель, анис, петрушка, сельдерей, кружево королевы Анны, морковь и многое другое. Его листья чётко разделены, как у петрушки — отсюда и название китайская петрушка. Это травянистое растение с ярко-зелёными листьями и маленькими белыми или бледно-розовыми цветками, сформированными в виде зонтиков, которые вырастают до 81 сантиметра в высоту. Все части растения съедобны. В отличие от петруш-

ки, нежные листья кориандра ароматные. Шаровидные плоды имеют около шести мм в диаметре, зелёные в зрелом и незрелом состоянии и жёлто-коричневые, когда высыхают.

Вырастить кинзу из семян или из рассады, купленной в питомнике, достаточно легко. Хотя она родом из тропических стран, она успешно растёт на открытом воздухе везде, где температура воздуха превышает 15 °C, и предпочитает хорошо освещённые места. Аккуратно раздавите созревшие плоды, чтобы достать семена, а затем высейте их на открытом воздухе прямо в почву, либо в контейнеры на солнечной веранде или балконе. Также можно использовать наборы для выращивания трав.

В период прорастания, который занимает около недели, поддерживайте почву влажной, но не сырой. После прорастания растению потребуются более сухая почва. Кинза даст много нежных листьев и, если температура будет достаточно



Особая специя: (по часовой стрелке слева) миска, наполненная цельными семенами кориандра, рядом с молотыми семенами и свежими листьями; южноиндийская паратха, популярное блюдо с добавлением кориандра; овощная корма со свежими листьями кинзы; рассаду легко прорастить на подоконнике; сухие плоды; размер этого кориандрового поля в Таиланде свидетельствует о его популярности



высокой, начнёт давать цветы и семена. Но не переживайте, если вам не хватает терпения или вдохновения для выращивания трав, кинзу легко найти в любом продуктовом магазине.

Польза для здоровья

Включение кориандра в рацион оказывает антигипергликемическое действие, то есть снижает уровень глюкозы в крови. Это особенно полезно для страдающих диабетом. Кроме того, кориандр ценится и за другие фармакологические свойства, такие как антигиперлипидемическое (снижает уровень триглицеридов и плохих липидов), антипролиферативное (подавляет пролиферацию роста клеток) и гипотензивное (снижает артериальное давление для противодействия гипертонии). Кориандр также является стимулятором пищеварения, а его листья — отличным источником антиоксидантных флавоноидов.

Заварите семена кориандра в кипящей воде на несколько минут и процедите. Считается, что этот полезный для здоровья ароматный отвар помогает контролировать уровень са-

хара в крови, лечить пищевые бактериальные инфекции, грипп, боль в горле, простуду и многое другое. Употребление измельченных листьев кинзы с молочной сывороткой будет способствовать пищеварению.

Использование в кулинарии

Все части растения используются в кулинарных целях. Листья с цитрусовым привкусом



широко используются для придания аромата жареным овощам, супам, салатам, сальсе и т. д. Индусы используют листья для приготовления *чатни*, пресного хлеба (*паратхи* и *чапати*), а также *досы*. Люди во всём мире используют семена кориандра в качестве приправы для добавления вкуса еде и напиткам. Это один из ингредиентов в индийском порошке карри и основной компонент южно-индийского *самбара* или *расы*. Семена используются для ароматизации ликёров в России и Скандинавии, а также в качестве ароматизатора в джине и некоторых сортах европейского пива. Целые и молотые семена используются в приготовлении выпечки, маринованных огурцов, солений, конфет, соусов, супов, пирожных, булочек, тортов и других кондитерских изделий. Они могут быть даже одним из ингредиентов секретной формулы *Coca-Cola*. Листья и семена этого универсального растения добавляют вкус, аромат и полезные для здоровья свойства нашей повседневной пище.



Путь к Шиве

Катехизис для начинающих

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

Теперь и на русском языке

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

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



ISBN 978-5-6043339-0-7
© Himalayan Academy, 2016
© Издательство «Хиндуизм тутдэй», перевод, вёрстка, 2019

По вопросам приобретения книги:
Тел.: +7 (499) 340-5809
e-mail: letters@hinduism.today
www.hinduism.today



Курс "АЧАРЬЯ"

Подготовка преподавателей йоги









<https://acharya.su>

Курс подготовки инструкторов хатха йоги «АЧАРЬЯ» — это прежде всего команда опытных преподавателей, готовых поделиться своими знаниями с теми, кто хочет проводить групповые занятия разного уровня сложности. Именно обучение преподаванию йоги — наша основная цель. Кроме того, на этом курсе вы можете познакомиться с философией йоги, анатомией и физиологией йоги, поднять уровень личной практики.

Наш курс занимает **240 часов**. Программа курса включает все необходимые дисциплины для того, чтобы стать грамотным инструктором йоги.



Этно-магазин и Йога центр ПРОСВЕТЛЕНИЕ

 **Одежда из Индии и Непала**
 **Коврики и товары для йоги**

 **Ароматерапия**
 **Эзотерическая литература**

 **Аюрведические препараты**
 **Товары Фэн-Шуй**

 **Натуральная косметика**
 **Украшения из камней и серебра**

www.yogacenter.ru

ул. Долгоруковская 29, Тел.: 8 (495) 960-14-08
ул. Черняховского 5к1 8 (499) 251-21-08

Онлайн заказ на **INDIASHOP.RU**

Изучение санскрита при Посольстве Индии

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



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

Все вопросы и запись по тел. +7 906 747 54 43 (Инга, координатор).

АШТАНГА-ЙОГА

с Анастасией Вахромеевой



Для меня йога выходит за пределы тела. Тело — всего лишь инструмент для достижения целей йоги. Но инструмент должен быть оплачен и в хорошем состоянии, нужно знать как его правильно и безопасно использовать.

Цели и задачи йоги несравнимо выше приобретения здорового тела. Цель йоги — подняться над телом в область Духа. Вот туда и следует углубляться. Там и хочется быть.

Ежедневные утренние и вечерние классы в районе м. Октябрьское поле.
Уровни: от начального до продвинутого.

8 (916) 889 1630

-10 %

Предъяви купон и получи скидку 10% на любой товар "ЛАВКИ ЖИЗНИ"



Центр "ШИВАЛИНГАМ"
м. Новослободская
ул. Краснопролетарская 16, 7 под., 3 эт.
www.sivalingam.ru
+7(495) 502-4807

Подписка 2021



Индуизм сегодня

Онлайн подписка: у Издателя

www.hinduism.today/podpiska



ШОП108
магазин скорой духовной помощи

www.shop108.ru



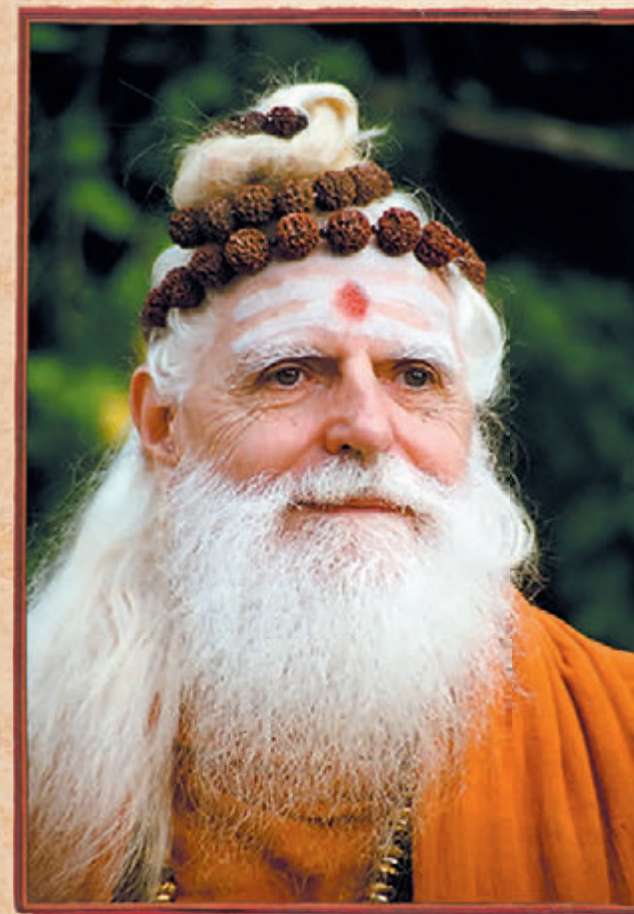
(С) Тур сезона 2021
Каникулы в НЕПАЛЕ...

Центр паломничества и туризма
ШИВАЛИНГАМ
+7 495 502 4807
www.sivalingam.ru

С. Ш. Субрамуниясвами

ТАНЕЦ С ШИВОЙ

Современный катехизис индуизма



Книга выдающегося Мастера, ортодоксального гуру современности, одного из главных проповедников индуизма, признанного Всемирным Парламентом Религий в 1986 году Мировым Учителем (Джагадачарьей), Садгуру Шивайя Субрамуниясвами.

Книга – сокровище, книга – дар каждому человеку, находящемуся в духовном поиске. В ней представлено все богатство знания Индии – философия, религия, священные писания, медитация, йога – и даются ответы на насущные вопросы видения и почитания Божественного везде и в каждом.

Книга относится к научно популярному изданию, адресована широкому кругу читателей и будет интересна, как людям впервые соприкасающимся с древним знанием Вед и Санатана Дхармой, так и индологам, почитателям духовной традиции индуизма, шиваизма, практикующим йогу и медитацию.

По вопросам продажи и доставки книги почтой по РФ и дополнительной информации:

Издательство «Индуизм сегодня»

127473 Москва,
ул. Краснопролетарская,
д.16/2, под. 7, эт. 3, оф. 2-315
Тел.: +7 (499) 340-5809
e-mail: letters@hinduism.today
www.hinduism.today
www.sivalingam.ru

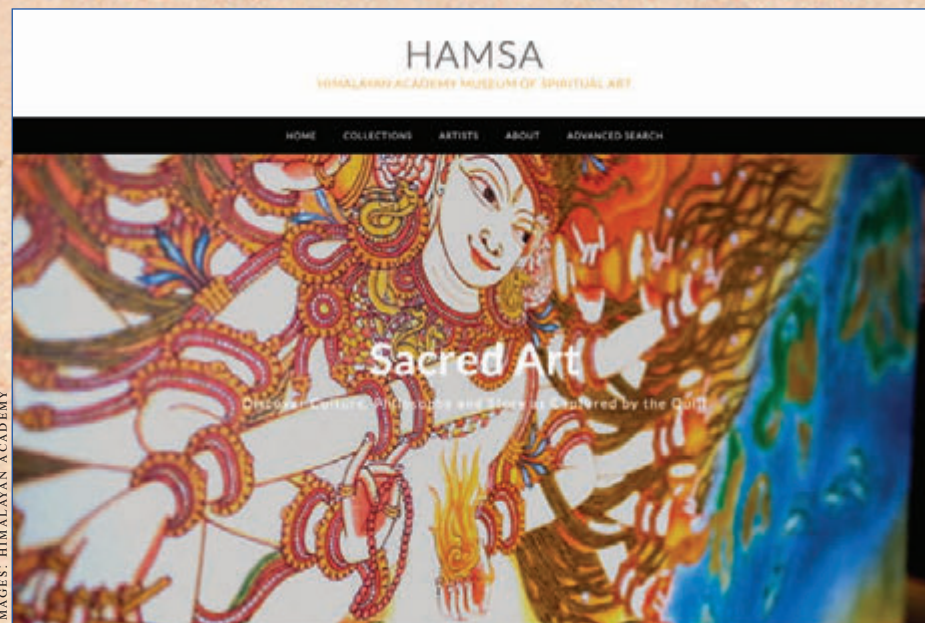


СОВРЕМЕННОСТЬ И ДХАРМА

ИСКУССТВО

ХАМСА: галерея духовной живописи Гималайской академии

www.hinduismtoday.com



IMAGES: HIMALAYAN ACADEMY

Вот уже более пяти десятилетий монахи Индуистского монастыря Кауаи Аадхи-нам на Гавайях заказывают и собирают произведения искусства. Они находят отображение в многочисленных публикациях, книгах, приложениях и веб-проектах Гималайской академии, в том числе на страницах журнала «Индуизм сегодня». В течение десятилетий эта разрастающаяся сокровищница была практически недоступна для людских глаз. Ситуация изменилась несколько лет назад с появлением веб-сайта ХАМСА, на котором представлена галерея духовной живописи Гималайской академии. В 2020 году сайт был обновлён для более удобного использования и дополнен ещё большим количеством произведений искусства.

Индийская духовная живопись не имеет себе равных в мире по размаху, широте распространения, религиозному и философскому значению. Среди тысяч доступных изображений вы найдёте здесь редкие шедевры, священные индуистские символы, иллюстрированные алфавиты, декоративные рамки, познавательные изображения, описывающие божеств, культуру, философскую традицию, легенды, детские рассказы и многое другое. Большая часть этих работ – это заказы Гималайской академии для своей издательской деятельности. Особой гордостью нашей коллекции являются работы знаменитого художника Сундарамы Раджама, насчитывающие более 900 картин.

Каждое произведение искусства, найденное на веб-ресурсе ХАМСА, доступно совершенно бесплатно для личных проектов, а также в служении дхарме. Просто нажмите на изображение, чтобы увидеть его в большем размере, и перетащите на свой рабочий стол или сохраните на телефон. Но для любого коммерческого использования необходимо получить письменное разрешение от правообладателя, Гималайской академии, по адресу: contact@hindu.org. Чтобы получить изображение в исходном разрешении или добавить что-то в коллекцию, вы можете написать на адрес appdev@hindu.org.

Поиск художественных произведений на веб-сайте ХАМСА можно осуществить несколькими способами. Вы можете искать по автору, по коллекции (например, «фоновые рисунки» или «графика») или с помощью функции «Расширенный поиск» для поиска по тегу, названию и описанию.

На санскрите *хамсой* называют индийского гуся (Anser indicus) или лебедя, представляющего Высшую Реальность и духовно чистую душу. Полёт *хамсы* символизирует *мокишу* – освобождение от сансары, цикла рождения, смерти и перерождения, дающую начало непрерывной эволюции нашей души во внутренних мирах. Подходящее название для ресурса, обладающего такой философской и художественной красотой; URL-адрес ресурса: himalayanacademy.com/hamsa.

Всё самое лучшее в жизни даётся бесплатно: (по часовой стрелке слева) обновлённая главная страница сайта ХАМСА; две работы ченнайского художника Маниама Сельвана; вы можете легко исследовать содержимое сайта по коллекции, автору или с помощью функции расширенного поиска

