

ИРЭЙВАН. ХРАМ БОГА

www.hinduismtoday.com

Ирэйван, «Тот, кому поклоняются», это слово является одним из древнейших, обозначающих Бога на древнем тамильском языке.

Храм спроектировал величайший индийский архитектор в традиции Васту Вайдьянатха Ганапати Стхапати, автор множества известных работ, в том числе 40-метровой скульптуры тамильского поэта и Святого Тируваллуара на южной оконечности Индии в Каньякумари, Тамилнаду. Ирэйван должен стать первым индуистским храмом в западном полушарии, построенным из цельного камня. Строительство обойдётся минимум в 16 миллионов долларов. Храм посвящён Господу Шиве, символ которого, редкий спхатика шивалингам, остроконечный шестигранный прозрачный кварцевый кристалл весом 318 килограмм, будет установлен в центральном святилище.



21 декабря 1990 года Садгуру Шиваяя Субрамуниясвами отколот первый камень для возведения храма в ходе сложной церемонии, проходившей в Кайлас ашраме в Бангалоре. «Храм Ирэйван будет иметь такое же значение для западного мира, какое храмы Чидамбарам, Мадурая, Рамешварам и другие великие храмы Шивы, имеют для Индии», — сказал Шри Тричи Махасвамигал.
«Я верю, что наша древнейшая религия будет религией будущего, что индуизм лучше всего подходит для нашей технологической эры. Я думаю, что нам нужно представлять индуизм, как он есть сейчас, в качестве процветающей религии настоящего. И тогда его ждёт славное будущее. Участвуя в строительстве храма Шивы сегодня, мы очищаем наше прошлое и формируем наше будущее в настоящем», — Гурудэва.

СТРОИМ ХРАМ ВМЕСТЕ

Мы видим Ирэйван как наследие Гурудэвы для всего мира, воплощение парампары великих учителей, священных писаний и храмов — трёх столпов шиваизма, индуизма. Гурудэва провозгласил это место концом странствий для искателей, жаждущих даршана Шивы, где не нужно более призывать Бога, потому что Он уже здесь, где Небо встречается с Землёй.

Мы призываем всех сопричастных индуизму, шиваизму, всех духовных искателей заложить благую карму на века, многие и многие воплощения души, приняв участие в историческом событии, — строительстве Храма Богу!

Сделать пожертвование вы можете, пройдя по ссылке: https://www.hheonline.org/donate/iravan_temple.shtml или QR-коду



ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ • ХРАМ ПАШУПАТИНАТХ • СВЯТЫЕ СЕВЕРА ИНДИИ • ФИЛОСОФИЯ ИДОЛОПОКЛОНСТВА • АПРЕЛЬ/МАЙ/ИЮНЬ, 2020 № 2 (11)

ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ

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



Brazil BRL 14 India INR 115 Mauritius . MRU 115 USA USD 7.95
Canada CAD 10 Malaysia MYR 14 Singapore SGD 10 UK GBP 5



(Обложка) Пурна Чандра Махарадж поклоняется старейшему Шивалингаму в храме Пашупатинатх, Катманду, Непал; (выше) статуя Тирумулара, сиддхара, мудреца и йогина Нандинатха сампрадаи, автора «Тирумантирама», в монастыре Кауан Адхинам, Гавайи, США. Читайте статью российского индолога Н. Сафиной о психических состояниях «турия» и «туриятита» в учении Тирумулара (стр. 62).

Апрель/Май/Июнь 2020 года • Год Щарвари, 5122 по Индуистскому календарю

Bodhinatha Veylanswami www.gurudeva.org

В МИРЕ		ВЗГЛЯД	
Специальный репортаж. Пашупатинатх — самый почитаемый храм в Непале	14	По моему мнению. Древняя философия и современный ум	9
КРАТКИЕ ОБЗОРЫ		Стол издателя. Интеграция индуизма в повседневную жизнь	10
Всемирная Дхарма	6	Послание лидера. Свами Авадхешананда Гири Махарадж о важности духовности	12
Современность и Дхарма	78	Из Упанишад. Отрывок из Катха упанишад: Ямадэва объясняет понятие Абсолюта	13
НАША РУБРИКА		СТИЛЬ ЖИЗНИ	
Йога. Н. Сафина. Психические состояния «турия» и «туриятита» в учении Тирумулара на основе тамильского трактата «Тирумантирам»	62	Раздел образование. Семь святых бхактов северной Индии	28
Аюрведа. С. Забашта. Как поддержать здоровье в летний период	72		

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, 2020, Volume 42, No. 2. Satguru Sivaya Subramuniyaswami, Founder; Satguru Bodhinatha Veylanswami, Publisher; Paramacharya Sadasivanatha Palaniswami, Editor-in-Chief.
© 2020 Himalayan Academy, 107 Kaholalele road, Kapaa, Hawaii 96746-9304 USA. All rights reserved.

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

По вопросам распространения, подписки и рекламы на страницах журнала «Индуизм сегодня» обращайтесь по адресу издательства или тел. +7 (495) 108 8128

© 2020 ООО «Хиндуизм тудэй», ул. Краснопролетарская 16/2, Москва, Россия. Перевод с английского, редакция, верстка, оригинальные статьи и публикации — все права защищены.

Пашупатинатх: Великий храм Шивы в Непале

Стр. 14



Путь к Шиве

Катехизис для начинающих

Шестьдесят восемь уроков, основанных на Трилогии «Мастер-курсе» Садгуру Шиваяя 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 тудэй»,
перевод, вёрстка, 2019

По вопросам приобретения книги:
Тел.: +7 (495) 108-8128
e-mail: letters@hinduism.today
www.hinduism.today

Сквозь дым кремационных огней верующие двигаются
к лестнице, ведущей в храм Пашупатинатх.



ВСЕМИРНАЯ ДХАРМА

ЗДОРОВЬЕ

Полезно ли носить кавади?

Недавние исследования, опубликованные в журнале *Current Anthropology*, рассматривают физические и психологические эффекты, вызванные выполнением практики *кавади аттам*. Ношение *кавади*, наиболее часто демонстрируемое во время фестиваля Господа Муругана – Тай Пусам, практикуется индуистами по всему миру.

Название происходит от «кааву» и «тади», что означает «коромысло для переноски тяжелых вещей». Верующие несут на плечах тяжёлые, искусно украшенные арки или алтари, как правило, с прикрепленными к ним кувшинами с молоком. Несущие *кавади* паломники танцуют часами по дороге в свой храм, в качестве поклонения, самопожертвования или аскезы. Часто также используется прокалывание булавок кожи или языка, на которые прикрепляются или подвешиваются предметы.

Исследование проводилось в Катр-Борне, на Маврикии, среди 37 человек из местной общины. Состояние участников наблюдалось за несколько недель до и после события, отмечались показания стресса, сна, физической активности, частоты сердечных сокращений и многое другое, также во внимание принимались внешние факторы в их жизни, такие как социально-экономический статус.

Результаты исследования показали, что участники испытали положительное воздействие на своё психическое и физическое состояние. Причём те, кто наносил себе наибольшее количество проколов, демонстрировали резкое улучшение качества жизни и улучшение здоровья. Исследователи обосновывают подобные изменения многими факторами, среди которых: активизация защитных функций организма, эйфорические, нейрхимические реакции мозга на физическую и сенсорную перегрузку.



Во имя Господа Муругана: молодая женщина несёт кавади во время празднования знаменитого Тай Пусам в пещерах Бату, Малайзия.

С Ш А

Хануман прибывает в Делавер

В январе 2020 года индуисты и члены общины собрались в индуистском храме штата Делавер в Хокессине, чтобы приветствовать самую высокую статую Ханумана в США. Возвышающаяся почти на 8 метров, гранитная *мурти* весом около 30 тонн, вырезалась более года в Телангане, Индия. Статуя прибыла в храм на грузовой платформе в сопровождении кортежа из десяти грузовиков Министерства транспорта, шести патрульных машин, трёх конных патрульных подразделений и почти 100 других транспортных средств. Толпы верующих приветствовали Ханумана боем в барабаны, фейерверками и песнями.

Церемония установки *мурти* Ханумана в храме запланирована на май этого года. Она пополнит ряды других выдающихся статуй Ханумана в Северной Америке, среди них – 15-метровая в Ричмонд-Хилл, Онтарио, Канада, в храме, посвящённом Вишну, и 6-метровая в храме Ханумана в Чикаго, Иллинойс. В Тринидаде, Колорадо, также есть 26-метровая статуя, она уникальна тем, что полностью сделана из чёрного гранита. Это настоящий шедевр индийских мастеров и резчиков по камню.

Приветствуя Бога: 30-тонная чёрная гранитная мурти Ханумана прибывает в индуистский храм Делавера.

PHOTOS: SHUTTERSTOCK; HINDU TEMPLE OF DELAWARE

С Ш А

Бронзовая статуя Ханумана установлена на Гавайях

Впервые на Гавайях, США, была установлена мастерски изготовленная 4-метровая *мурти* Ханумана. В пятницу, 25 января 2019 года в 13:31 его стопы опустились на небольшой холм возле священного леса рудракши в Кауаи Адхинаме (штаб-квартире издательства *Hinduism today*), где, мы верим, он будет твёрдо стоять в течение тысячи лет. Так завершился более чем десятилетний проект, инициированный ещё Гурудэвой Шивая Субрамуньясами, ушедшим от нас в 2001 году.

Несколько десятилетий назад Гурудэва получил мощное видение Ханумана и понял, что именно сила Ханумана перенесёт строящийся в настоящее время храм Ирэйван из Индии в Кауаи, камень за камнем.

Индийским мастерам было поручено изобразить и вырезать из гранита большую *мурти* Ханумана, держащего на своей руке храм; и после многих лет работы гранитная статуя Ханумана была отправлена на Кауаи. Однако, гранит треснул через некоторое время после его прибытия. Тогда главному гавайскому скульптору Холли Янг было поручено сделать слепки статуи и добавить некоторые дополнительные детали, чтобы создать более изысканную бронзовую версию оригинала. Подготовленные ей литейные формы были отправлены в штат Колорадо, США, чтобы отлить статую и завершить работу. Ханумана покрыли жадеитово-зелёной патиной, которую наносил Патрик Киппер,



Камни ждут своего часа: резные колонны и плиты храма в мастерской Рам Джанмахуми в Айодхье готовы к использованию при строительстве храма.

С Ш А

В армии крайне не хватает индуистских капелланов

С момента своего основания Соединенные Штаты наняли армию священнослужителей для оказания поддержки солдатам. Поскольку с течением веков росло этническое разнообразие нации, её вооружённые силы были вынуждены удовлетворять потребности военнослужащих различных религиозных традиций. Капелланы дают напутствия, тренируются вместе с солдатами и отправляются в зоны военных действий, но не носят оружие.

В 2017 году Министерство обороны США расширило свой список общепризнанных религий со 100 до 221, он включает в себя основные религии, а также менее распространённые системы верований, такие как шаманизм, единизм (асатру) и друидизм. Таким образом, военным США при необходимости будет поручено найти теологически образованных представителей этих конфессий. В данный момент, после выхода Пратима Дхармы в отставку, в американской армии нет ни одного индуистского капеллана.

один из самых известных патиновщиков в США. В результате получилась одна из самых превосходных бронзовых статуй Ханумана такого размера, изготовленная в Западном полушарии, принимая во внимание тот факт, что изначально она была спроектирована и вырезана в Индии.

После того, как Хануман был установлен на место с помощью подъёмного крана, тросы были удалены, и ему были предложены одежды, цветы, благовония, фрукты, кокосы и проведена церемония *арати*.

Наконец дома: монахи Кауаи Адхинам приветствуют Ханумана на своём острове специальной пуджей после Его установки.



ИНДИЯ

Быть ли храму Шри Рамы?

9 ноября 2019 года Верховный суд Индии вынес окончательное решение, поставив точку в давнем сложном и деструктивном споре по делу о Рам Джанмахуми (месте рождения Рамы) и мечети Бабри Масджид. Место, где сегодня находится мечеть, является местом рождения Рамы. Мечеть была построена в начале 1500-х годов Бабуром, основателем империи Великих Моголов, после разбора существующего индуистского храма.

С 1800-х годов начал оспариваться правовой статус владения этой землёй. В 2010 году по решению суда спорная территория разделялась между индуистами и мусульманами. Десятилетие спустя, после множества апелляций и судебных слушаний, конституционная коллегия пяти судей вынесла решение о том, что храм Рамы может быть построен на спорной территории, при этом правительство должно предоставить мусульманам пол гектара земли в историческом районе Айодхьи.



На военной службе: с растущим этническим разнообразием в рядах военнослужащих, потребность в индуистских капелланах никогда не была так высока.

Нашли ли ученые великую реку Сарасвати?

Река Гхаггар-Хакра — это сезонная, пополняемая в муссоны, водная артерия Индии и Пакистана, берущая начало в Субгималаях. В ходе подготовки исследования, опубликованного в журнале *Scientific Reports*, научные сотрудники из Лаборатории физических исследований Ахмедабада и Индийского технологического института Бомбея проанализировали множество образцов субстрата, взятого на глубине 3-10 метров от поверхности реки. Они обнаружили, что раньше эта река не была сезонной, и около 20-80 тысяч лет назад она получала осадочные отложения из региона Высоких Гималаев, а около 4,5-9 тысяч лет назад — осадочные отложения из региона Малых Гималаев, а также имела приток из расположенной неподалеку реки Сатледж. Это означает, что

во времена ранней хараппской цивилизации река всё еще была полноводной и не пересыхала.

По мнению авторов статьи, такое однозначное свидетельство о прежней полноводности реки означает, что в прошлом она могла быть легендарной рекой Сарасвати, часто упоминаемой в *Rigvede*, где она описывалась как артерия с непрерывным мощным потоком воды шириной 5 километров. Эта теория уже многократно выдвигалась прежде, но без достаточных доказательств о былой полноводности.

Открытие также проливает свет на давнюю загадку, почему так много хараппских поселений можно найти на всём протяжении современного русла Гхаггар-Хакры. Археологические данные показывают, что, в отличие от поселений в более



Ведийское Семиречье. Карта Северной Индии и Пакистана, на которой показаны различные речные системы, питаемые Гималаями. Здесь видно русло Гхаггар-Хакры, расположенное параллельно руслу реки Синдху (Инд).

засушливом регионе Качча, в этих поселениях не требовался

сбор дождевой воды, как если бы река была сезонной, как сегодня.

КНИГИ

Веды и упанишады для детей

Рупа Паи — компьютерный инженер из Бангалора, увлеченная индуистской философией и индийской мифологией. Обладая опытом написания детских книг, она составила «Гиту для детей», которая разошлась тиражом более 75 тысяч экземпляров. После этого успеха она поставила перед собой еще одну грандиозную задачу — создать «Вед и Упанишад для детей», проекта, который потребовал ещё более глубокого изучения оригинальных текстов и индуистской

философии. Основная сложность была в том, чтобы изложить материал менее чем на 500 страницах, используя при этом язык доступный детям.

Результатом явилась еще одна замечательная книга, получившая похвальные отзывы не только от родителей, но и от взрослых читателей, которые сочли эту книгу фантастически доступным введением в сложную философию религии, обладающей большим разнообразием.

окончание семи месяцев восстановительных и ремонтных работ, которые стоили около 738 тысяч долларов США. Работы включали в себя перекраску фресок, установку пандуса для инвалидов колясок и дополнительных кабин в туалетах. В ходе реконструкции также расширили пространство, предназначенное для верующих, совершающих поклонение. Сильный дождь не стал препятствием для прихожан, проснувшись ранним утром, чтобы посетить церемонию в храме на Кеонг Саик Род. Около 15 тысяч человек были счастливы стоять

под дождём, чтобы наблюдать за церемонией.

Новости
предоставлены

**HINDU PRESS
INTERNATIONAL**

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

PHOTOS: RELIGIONWORLD.IN; ALLABOUTBOOKPUBLISHING.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 Бодхинатха Вейлансвами

Главный редактор:

Парамачарья Садасиванатха 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: Санньясин Каивальянатхасвами

Помощники редакторов: Йоги Раджанатха

Корреспонденты: Раджив Малик, Дели; Чудамани Шиварам;

Лавина Мелвани, Нью-Йорк; Салли Ачарья, Непал; Парас

Рамоутар, Тринидад. Редактор копирования: Чамунди

Сабанатхан. НРІ: Чандра Шанкара. Консультанты:

д-р С. П. Сабхаратнам Сивачарияр, Шила Венкатакришнан.

Фото предоставили: Томас Л. Келли, фотоагентство Динодия,

Дев Радж Агарвал. 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; в Тринидаде: Пандит Нарендра и Ашвини Рагунанан.

Печать: Quad / Graphics, Waseca, Миннесота.

Над русской версией журнала работали: Главный редактор

и переводчик: Динанатха Бодхисвами; переводчик: Дмитри-

ченко Елена; дизайн-макет, верстка: Синникова Ольга.

ПО МОЕМУ МНЕНИЮ

Древняя философия и современный ум

Исследуя важные различия между просвещающим знанием и сегодняшним бесконечным потоком информации

ШИВАЛИ БХАММЕР

Множество статей рассказывают о негативных последствиях использования сотового телефона перед сном. Предполагаю, что многие из вас, прямо сейчас, читают эту статью на небольших экранах своих гаджетов, подpiraемых подушкой. Мы все так делаем. Клиника



Кливленда сообщила о трёх последствиях телефонной зависимости: 1) излишняя стимуляция ума; 2) нарушение циркадного ритма за счёт синего света, излучаемого телефоном; 3) задержки фазы быстрого сна из-за различных эмоциональных триггеров. Я заметила, что мой iPhone — первое, что я беру в руки утром, когда просыпаюсь, но в последнее время я попыталась перепрограммировать свой переутомлённый ум, чтобы закрепить в нём более позитивные паттерны.

Эта цель привела меня к знакомству с важным индуистским текстом «Йога Вашиштха», датированным XI-XIV веками до н. э. Его авторство приписывается Риши Вальмики, произведение представлено в форме диалога между Шри Рамой и мудрецом Свами Венкатешананды. В отличие от большинства религиозных текстов, где Бог говорит, а человек слушает, здесь мудрец Вашиштха — гуру, а Шри Рама — ученик. Глубина этого произведения заключается в том, что в нём отрицается необходимость в персонифицированном Боге и подчёркивается, что Бог существует в человеке как Высшее Я. Учитывая, что книга содержит около 29 тысяч строк, я не могу кратко резюмировать, почему она стала поворотным моментом в изменении моего мировоззрения, однако я остановлюсь на некоторых главах, которые я недавно перечитала.

«Это Я — пустота в пространстве. Оно — движение во всём движущемся. Подобно тому, как бытие существует повсюду, и время существует во все времена, так и Высшее Я существует во всех физических телах, наделённых возможностью мыслить».

Здесь приведён отрывок из строфы, объясняющей, что Высшее Я — это жар в огне, плотность в земле, вкус в жидкости и т. д. Подобно тому, как все эти качества присущи каждому из этих веществ, так же и «Высшее Я» существует как «Господь в теле». Сегодня многие из нас настолько захвачены выпиванием своих личностей в этой физической скорлупе, что забывают, кто мы и чем мы являемся. Эта мудрость может

принести нам мир. «Господь в теле» — это та самая фундаментальная энергия, сознательный дух, позволяющий всему быть.

Если вы читаете на Facebook, что некто по имени Амит, которого вы когда-то повстречали в магазине Tesco в 1992 году, женился и сейчас у него трое детей, насколько эта информация

вам полезна? Мысли, которые нас наполняют, в итоге нас же и формируют. Знание — это действительно сила, но существует разница между понятием «информация» и понятием «знание». Первое формально заполняет ваш ум, последнее — просвещает. Этот бесконечный поток информации о других только даёт повод для бесплодного сопоставления, усиливая значимость вашего маленького «я» и «меня». Таким образом, я обнаружила, что будет мудро концентрироваться перед сном на мысли о том, что мы есть Высшее Я, и, что оно также присутствует во всём. Может быть, тогда мы сможем стать менее напряжёнными и даже почувствуем вдохновение!

Другая строфа утверждает: «Что бы ни приходило, дай этому прийти; что бы ни уходило, отпусти это. Дай представлению о разнообразном опыте возникнуть и утвердиться в теле: я не в них, и они не во мне».

Итак, укрепившись в мысли, что мы есть всё, мы нейтрализуем её, понимая, что мы также ничто, и, таким образом, достигаем эквилибриума (равновесия) бытия — как танцор достигает совершенства в балансе. Отделяя себя от окружающих вас вещей, можно ощутить невероятное спокойствие и осознать, что вы пребываете вне их всех. Это позволит возвыситься над любой жизненной ситуацией, что в свою очередь принесёт освобождение от всяческих проблем.

Не верьте мне на слово, просто попробуйте. Чем больше вы читаете, интерпретируете и размышляете о чём-либо — от истории до науки, философии или художественной литературы — тем больше расширяется ваша вселенная. Просматривая ленту в Instagram, вы не сможете этого сделать. Я представляю каждый день как волну: она отделяется от своего источника, поднимаясь, а затем обрушивается, снова возвращаясь. И, как вы знаете, волны просто продолжают накатываться, снова и снова. Доброй ночи!

Шивали Бхаммер — балерина, исполнительница танца катхак и религиозных песен из Лондона, Великобритания. Подробнее: shivali.co.uk

КРАТКО...

В ЯНВАРЕ 2020 ГОДА БОЛЕЕ четырёх миллионов паломников со всей Индии и из-за рубежа совершили омовение в священном Гангасагаре по случаю Макара Санкранти. Фестиваль отмечается в конце месяца после зимнего солнцестояния, и знаменует возвышение светлых сил, когда дни начинают удлиняться, а ночи укорачиваться. На острове Сагар, расположенном в 150 километрах от Калькутты в округе Южные

24 парганы, во время Макара Санкранти этот фестиваль — Гангасагара Мела — проводится ежегодно.

В КОНЦЕ ДЕКАБРЯ 2019 ГОДА Винаягар в китайском квартале Сингапура состоялась церемония повторного освящения. Мероприятие проводится каждые 12 лет, чтобы обновить энергии 94-летнего храма и его Божества. Церемония также ознаменовала

Интеграция индуизма в повседневную жизнь

Нет необходимости ждать особого времени для выполнения духовных практик. Вы можете заниматься йогой, прорабатывать карму и формировать свой характер в любое время.

САДГУРУ БОДХИНАТХА ВЕЙЛАНСВАМИ

Несколько лет назад я смотрел программу на общественном телевидении, в которой интервьюировали лидеров разных конфессий, стараясь осветить различия между мировыми религиями. Вскоре стало ясно, что в большинстве конфессий одному дню в неделе придают особое значение, считая его святым, а посещение верующими места поклонения в этот день – их основной религиозной обязанностью. Мы можем назвать такой подход «однодневкой», «одним мероприятием в неделю». Когда о своей вере попросили рассказать одного из вождей индейцев, коренных жителей Америки, он ответил, что в языке его племени нет достойного эквивалента слову «религия», поскольку оно должно было бы характеризовать весь их образ жизни. Это означает, что во всех своих повседневных делах они руководствуются религиозными принципами и практиками. Такое полное погружение в веру и традицию мы можем назвать полноценным подходом, «семидневкой».

Я обнаружил, что любой человек может практиковать индуизм, следуя первому или второму подходу, либо придерживаться срединному пути. Этот «Стол издателя» предлагает вам практику Санатана Дхармы в рамках семидневного подхода, полного погружения, освещающая некоторые из многочисленных возможностей интеграции индуизма в нашу повседневную жизнь.

Как известно, чем больше мы упражняемся, тем быстрее приходит духовный прогресс на пути к высшему сознанию, окончательной реализации и освобождению. Понятно, что одно из преимуществ полного погружения в том, что в течение недели мы можем выполнить наибольшее количество практик. Проиллюстрируем эту идею на примере ходьбы. Общепринятая рекомендация для поддержания здоровья – проходить 10 тысяч шагов в день. Если выполнять это как отдельное упражнение до и после работы или школы, можно обнаружить, что у нас просто не хватает времени. Чтобы преодолеть эту проблему, специалисты рекомендуют включить ходьбу в график рабочего или учебного распорядка дня. К примеру, поднимайтесь по лестнице вместо того, чтобы ехать на лифте, припаркуйтесь в километре от места вашего конечного назначения и пройдите это расстояние пешком. Какие духовные практики могут быть включены в распорядок нашего рабочего или учебного дня? Давайте сначала рассмотрим, как карма йога, бхакти йога и раджа йога могут быть интегрированы в повседневную жизнь.

Карма йога

Сева, самоотверженное служение, или карма йога всесторонне поощряется в индуизме. Мой гуру, Шивайя Субраманиясвами, объясняет её преобразующую силу следующим образом: «Вы очищаете себя, проявляя доброту к другим, проявляя щедрость, доброжелательность, готовность служить всегда, покуда это не тяготит вас. Вызывайте улыбку на лицах окружающих вас людей. Обретите своё счастье и позитивное состояние ума, делая других людей счастливыми». Традиционно принято выполнять карма йогу в храме или



ашраме. Обычно практика *севы* включает в себя приготовление и подачу еды, уборку помещений, изготовление цветочных гирлянд и др. В современной жизни может быть трудно найти время для выполнения *севы* подобным образом, поэтому во многих случаях *сева* исполняется минимально. Подход к внедрению *севы* подобен нашему примеру с ходьбой. Вместо того, чтобы рассматривать карма йогу как отдельное занятие, включите её в свою повседневную жизнь на рабочем месте или в классе. В наше время я определяю *сеvu* как нечто полезное, сделанное для другого человека, который не ожидал этого от вас. Это добровольное действие, которое не требуется от вас как от работодателя, работника или студента. К примеру, попри-

ветствуйте новичков на работе или в школе и помогите им сориентироваться в новой обстановке. Или вызовитесь добровольно помочь своему руководителю, когда видите, что он в этом нуждается.

Бхакти йога

Практика преданного поклонения называется бхакти йогой. Гурудэва даёт следующее проникательное объяснение: «Благодаря бхакти йоге, йоге преданности, исчезает воинственность ума, поглощаясь сознанием Единого Я, пронизывающего Собой всё сущее». Бхакти йога так же, как и карма йога, традиционно выполняется в храме или ашраме, либо в домашнем святилище, посредством присутствия на пудже, религиозного песнопения, киртана и т. д. Бхакти йога также может быть интегрирована в повседневную жизнь, выполняясь на работе или в школе, что в свою очередь, позволит нам совершать её в большем объёме. На рабочем месте вы можете разместить изображение Божества. Если это по какой-то причине запрещено, используйте абстрактный символ, который будет напоминать вам о Боге. В течение дня ментально возносите молитвы Его изображению или символу. В школе, перед началом важного экзамена, мысленно помолитесь Ганеше, чтобы он помог вам показать себя наилучшим образом. Всегда перед приёмом пищи, произносите мантру для её освящения.

Раджа йога

Концентрация и медитация – это практики раджа йоги, которые можно внедрить в повседневную жизнь. Гурудэва делится следующим видением на этот счёт: «Концентрация – это искусство, однажды достигнутое, оно естественным образом ведёт к медитации, созерцанию и самадхи». Эти практики раджа йоги обычно выполняются в группе в медитационных центрах или индивидуально в храме, либо дома, но и они также могут интегрироваться в повседневную деятельность. Традиционная индуистская концепция осознанности развивает практику концентрации, позволяя останавливать блуждания ума во всех видах деятельности. Осознанность позволяет направить всё внимание на то, что происходит в настоящий момент, не отвлекаясь на что-либо ещё. К примеру, во время работы, необходимо полностью сосредоточиться на каждой конкретной задаче, не погружаясь в воспоминания из прошлого или планы на будущее. Слушая лекцию в школе, старайтесь делать это предельно



карма йога

бхакти йога

раджа йога

отработка кармы

формирование характера

внимательно, чтобы точно воспринять послание учителя. Такая осознанность улучшает качество нашей работы или учёбы, и чем более мы осознанны в течение дня, тем легче нам успокоить ум во время медитации.

Встречаем свои кармы, сохраняя спокойствие

Далее, давайте рассмотрим две главные практики для достижения духовного прогресса и способы их внедрения в нашу деятельность на работе и в школе. Первая – освобождение от негативной кармы через проработку различных ситуаций, возникающих естественным образом. Одним из духовных преимуществ взаимодействия со многими людьми на работе или в школе является то, что оно даёт шанс нашим негативным кармам вернуться к нам. К примеру, когда с нами плохо обращаются другие, мы можем воздержаться от ответных действий и не держать обиду. Если мы так поступаем, мы освобождаем себя от этой кармы, и она будет отработана. Как можно управлять такими ситуациями? Первый ключ – смотреть на жизненный опыт как на то, через что вам суждено было пройти, а на человека, принёсшего его, – как на инструмент. Если он или она не поступили бы с вами таким образом, это сделал бы кто-то другой в будущем.

Вторая главная практика – это ежедневная работа над тем, чтобы сохранять сосредоточение в любых эмоционально напряжённых ситуациях. Как бы сказал мой гуру, легко быть умиротворённым в умиротворяющей обстановке. Чтобы достичь реального прогресса, мы должны научиться сохранять спокойствие в ситуациях, которые не являются мирными. Эта практика укрепляет наш эмоциональный самоконтроль и улучшает жизнь окружающих нас людей.

Улучшаем свой характер

Заключительная практика, которую мы можем внедрить в повседневную жизнь – постоянная работа над улучшением своего характера – то,

Мой список дел: молодой предприниматель составляет рейтинг практик, которые он может внедрить в своё рабочее время для совершенствования духовной жизни.

.....

на чём основывается весь духовный рост. Характер определяется как совокупность психических и нравственных качеств, присущих определённому человеку. Гурудэва объясняет его значение: «Это фундамент. Без этого фундамента нет духовного роста, нет плодов. Пытаться достичь высочайшей реализации до закладки этого фундамента – это всё равно, что взять отрубленное от корней лаймовое дерево, поставить его в ведро и ожидать, что оно принесёт плоды. Конечно, их не будет».

На духовном пути первое, к чему нам надо приложить усилия, состоит в том, чтобы сформировать, улучшить и преобразовать свой характер. Чтобы облегчить эту работу, мы опубликовали «Сборник упражнений для формирования характера» (bit.ly/characterbuild1). В нём описывается шестьдесят четыре качества характера, которые все мы можем стремиться улучшить. К примеру, первые десять это: бережливость, благосклонность, нежность, признательность, заботливость, открытость, умиротворённость, предусмотрительность, целомудрие и чистоплотность. Наша повседневная деятельность на работе или в школе предоставляет прекрасную возможность для укрепления подобных качеств, особенно тех, в которых мы слабы.

Предлагаемая практика

Каждую неделю, когда вы составляете план своих дел, которые должны будете выполнить на работе или в школе, также включите в список те индуистские практики, на которых вы сфокусируетесь в последующие семь дней. Это будет напоминать вам о необходимости использовать каждую минуту дня, чтобы ускорить ваш прогресс на духовном пути.

О важности духовности

Осознание себя и понимание наших социальных и духовных обязательств являются ключами к успеху как в этом, так и в вечном мирах

СВАМИ АВАДХЕШАНАНДА ГИРИ МАХАРАДЖ

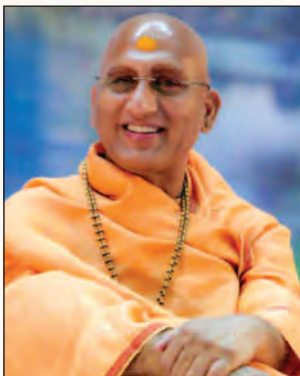
Кактус погибает в воде, тогда как лотос произрастает в ней, потому что первый должен укорениться в сухой почве, а второму жизненно необходима влага. Этот пример демонстрирует, что для правильной жизни и развития, у каждого живого существа есть его среда обитания. Эта же логика применима и к человеку: духовность является для него той плодородной почвой в которой коренится человеческая душа. В отсутствии духовности человек, в сущности, погибает, хотя физически он кажется живым. Такое тело без души – масса из смятения и проблем – может открыть ящик Пандоры для всего человечества. Бездуховный человек сам не живёт в покое и не дает жить мирно другим. Ненависть, терроризм, жестокость, несправедливость, коррупция и прочие формы зла рождаются не из чего иного, как неуправляемого, несовершенного и бездуховного ума.

Переход от жизни в тёмном тесном чреве к полноте блистательного мира – словно переход от одной стадии к другой. В процессе эволюции сердце постоянно пытается адаптироваться к изменяющейся среде, но, независимо от физических и социальных перемен, душа стремится к своим корням – духовности. Когда сердце и душа движутся в одном направлении, человек достигает успеха в поиске и принятии Бога, если они противостоят друг другу, судьбу человека определяют знания. Опять же, если знания истинны и чисты, они укрепят душу и помогут ей принять путь духовности, в противном случае душа может погрязнуть в неумных желаниях, прихотях и страстях.

Материальные достижения не являются абсолютными и долговременными, тогда как духовные достижения – совершенны и вечны. Недостаточное понимание и знание лишает большинство людей осознания реальной ценности и важности духовности. Стремительно развивающийся мир и беспощадная конкуренция во всех сферах деятельности человека отвлекают нынешнее поколение от праведных целей в жизни, стремления к совершенству.

Чтобы достичь совершенства, следует прежде всего утвердиться в самоотверженном служении, трезвой самооценке, общении с праведными людьми, терпении посредством самодисциплины, упорстве в поддержании духовности и саморазвитии. Когда человек понимает эти шесть правил в истинном смысле и неизменно соблюдает их, его сознание пробуждается, совесть очищается, а мысли просветляются. Такие люди делают всё возможное, чтобы удовлетворить Бога и поддерживать от любых действий, которые могут запятнать их духовность или прогневить Бога. Они пребывают в гармонии с каждым живым и неживым созданием и принимают природу так же, как природа принимает их. Для такого человека невозможен конфликт с любым элементом природы, в том числе с другими людьми.

Ишвара – это Высший Создатель, а люди – Его самый прекрасный дар вселенной с их различными физическими, интеллектуальными и духовными способностями. В Ведах, наших Священных Писаниях, Он раскрыл, что конечной целью жизни является мокша (освобождение); и что для достижения мокши необходимо исполнить свою



дхарму (праведное поведение), артху (честный заработок и его честное использование) и каму (осуществление благородных желаний). Дхарму, артху и каму трудно или почти невозможно реализовать в жизни, не осознавая, что человек является божественным созданием. Если человек не осознаёт этого, он никогда не сможет понять, какова его дхарма, каков правильный способ зарабатывать и расходовать средства (артха) и каковы благородные способы исполнения своих желаний (кама). Современная жизнь полна беспокойств, и людям трудно внедрить духовные практики и добродетели в свою жизнь. Чтобы реализовать эти духовные принципы, нужно регулярно посвящать своё время и энергию медитативному созерцанию

и рефлексии, что, несомненно, принесёт замечательные позитивные изменения в поведении, мышлении и всей жизни. Для дальнейшего развития, можно стремиться достичь духовного совершенства и самопознания, которые в конечном итоге приведут на путь мокши или освобождения.

Садхана чатуштия – это практика четырёх дисциплин для достижения духовного освобождения и мокши согласно философии Веданты, которая включает в себя: вивеку (различение), вайрагью (непривязанность), шамади-шатка-сампатти («шесть ценных качеств»: спокойствие, обуздание чувств, воздержанность, стойкость перед алчностью, безграничная вера и уравновешенность) и мумукшутву (стремление к освобождению) (Ведантасара, 15. – Прим. ред.). Без следования этим четырём практикам духовный прогресс невозможен. Поэтому духовный искатель должен не только знать эти практики, но и в совершенстве овладеть ими, чтобы найти цель своей жизни и реализовать её.

Понимание себя и своих социальных и духовных обязательств является ключом к успеху в этом и в вечном мирах. Как только мы познаем свою божественную сущность, своё «Я», ничего больше не останется неправильно понятым. Когда человек обнаруживает истинного себя, он достигает высшего уровня мудрости и начинает жить жизнью, которая ведёт его к мокше. Открытие своей божественной сущности – это решение всех современных проблем нашего мира. Будь то социальные конфликты, уничтожение семейных ценностей, коррупция, загрязнение окружающей среды или даже терроризм; корень всех проблем – это неспособность обнаружить свою божественную сущность, которая может быть достигнута только благодаря духовности и помощи другим на этом пути.

Свами Авадхешананда Гири Махарадж, Ачарья Махамандалешвар из Джунга Акхары, в 2008 году получил Награду за возрождение индуизма от журнала «Индуизм сегодня» (bit.ly/avdheshanand). Гуру для тысяч верующих и вдохновитель для миллионов искателей, Свами Авадхешананда инициировал более ста тысяч санньясинов, преобразил множество жизней с помощью своих социальных инициатив и стал лидером самого многочисленного индуистского монашеского ордена в 21-м веке.

Ямадэва объясняет понятие абсолюта

Бог Смерти раскрывает тайны Истинного Я, пребывающего в каждом

Ниже представлен перевод «Катха упанишады» из книги С. Радхакришнана «Главные упанишады». Эта упанишада относится к Кришна Яджурведе и состоит из двух частей, каждая из которых разделена на три раздела. Большую её часть составляет история о молодом Начикетасе и его философские беседы с Ямой, богом Смерти. Приведённые здесь строфы, с 4 по 18, взяты из третьего раздела второй части и отредактированы для лучшего понимания.

-
4. Яма сказал: «Если человек сможет достичь Его до того, как отбросит тело, он освободится от страданий. Иначе, он будет дожидаться нового рождения в сотворённых мирах.
 5. Как в зеркале Он видим в душе, как во сне Он видим в мире предков. Он видим в мире гандхарвов, как отражение в воде, в мире Брахмы Он видим как тень и свет.
 6. Зная о разделяющей природе чувств, проистекающих из элементов тонкого тела, и, что их восход и закат независимы, мудрый человек не печалится.
 7. За пределами чувств находится разум, над разумом – его сущность, за этой сущностью находится великое Я, за великим Я – непроявленное.
 8. За непроявленным находится Единый – всепроникающий и безупречный, познав которого, человек освобождается и обретает вечность.
 9. Незрим Его образ, никто глазами Его не видит. Сердцем, мыслью, разумом познавшие Его, становятся бессмертными.
 10. Когда пять чувств вместе с разумом останавливают свою деятельность, когда ум не колеблется, это зовётся Высшим состоянием.
 11. Это называют йогой, постоянным контролем чувств. Тогда человек становится сосредоточенным, поскольку йога приходит и уходит из-за колебаний ума.
 12. Ни словом, ни умом, ни глазом не достичь Его. Как постичь Его иначе, нежели говоря «Он есть»?
 13. Его следует постигать как бытие («Он есть»), но также и в Его истинной природе (небытия). Когда Его постигают как бытие, Его истинная природа становится ясной.
 14. Когда все желания, пребывающие в сердце, отбрасываются, тогда смертный становится бессмертным, и уже в этом мире он достигает Брахмана.
 15. Когда все пути, скрывающиеся в сердце, разрываются, тогда смертный становится бессмертным. До этого момента происходит обучение.
 16. Сто и один канал выходят из сердца, один из них идёт к темени на вершине головы. Идущий вверх по нему, достигает бессмертия. Множество других путей ведут к перерождению.



Тайна, которая следует за смертью: молодой Начикетас вопрошает бога Яму о загробной жизни и Высшем Я.

-
17. Пребывающий всегда в сердце, размером с большой палец, – это Пуруша (скрытое Я). Его каждый должен решительно вызволить из тела, как стебель травы мунджа*. Его каждый должен знать как чистое, бессмертное.
 18. Тогда Начикетас, обретя это знание, провозглашённое Ямой, и узнав совершенный закон йоги, достиг Брахмана и освободился от страстей и смерти. И так сможет каждый, кто обретёт это знание Истинного Я.

*Мунджа (sachagum munja) – священная трава в индуизме, широко употребляемая в религиозных ритуалах; разновидность тростника, из которого можно вытянуть «внутренний» стебель – излюбленный пример отношения пуруши и пракрити в ведийской литературе и санхье. – Прим. ред.

Сарвапалли Радхакришнан, был индийским философом и государственным деятелем, первым Вице-президентом Индии (1952-1962) и вторым Президентом (1962-1967) Индии.

Пашупатинатх – самый почитаемый храм в Непале

Храм Пашупатинатх, по общему мнению, является наиболее известным из всех храмов Непала. Датируемый не позднее I века н. э. он многократно расширялся и перестраивался различными королевскими династиями

Окрестности храма: Наш фотограф сделал этот панорамный снимок с вертолёта, пролетавшего над территорией храма (главный аэропорт страны находится неподалеку, чуть восточнее этого места). Справа мы можем увидеть священную реку Багмати, а немного левее и чуть выше от центра сам храм Пашупатинатх. Пять шпилей-шикхар в центре фотографии – примыкающий храмовый комплекс Панча Дэвал, посвященный Шиве.

Наиболее часто упоминаемая история о происхождении храма Пашупатинатх повествует о том, что когда-то на этом месте был лес Шлешмантаки, в котором Господь Шива гулял в образе оленя. Позже здесь был найден шивалингам, вокруг которого со временем возвели храм. Данное ему имя, Пашупатинатх, иногда переводят как «Владыка скота», но доктор С. Сабхаратанам из Ченнаи предлагает более точное его определение. Согласно ему, «пашу» в данном контексте означает не «скот» или «зверь», а «тот, кто скован», т. е. подразумеваются все воплощённые существа. В свою очередь «пати», которое чаще переводится как «господин» (Господь), в данном случае лучше толковать как «тот, кто защищает». «Натха» означает «владыка», и «Пашупатинатх», таким образом, следует понимать как «Владыка и Защитник тех, кто скован». Для написания данной статьи мы использовали репортёрские навыки Бхадра Шармы и экспертное мнение доктора Говинда Тандона, чтобы наиболее подробно изложить удивительную историю этого великого храма.

БХАДРА ШАРМА, НЕПАЛ

Во время посещения храма Пашупатинатх в ходе подготовки этого репортажа, я встретил 76-летнего Вишну Прасада Койрала. Одетый в традиционный непальский даура сурувал, он возглавлял группу из 30 фермеров своей деревни, входящей в муниципалитет Итахари, расположенный в районе Сунсари на востоке Непала. Так как три его дочери проживают в Катманду, он, страстный преданный Шивы, часто посещает это место. «Поклонение Шиве, Высшему Богу, приносит мне внутреннее



удовлетворение и счастье. Визит в Катманду будет неполным без посещения Его главного святилища», – говорит Койрал. Благодаря его рассуждениям, односельчане также решили посетить этот храм: «Если люди со всех концов земного шара приходят в Пашупатинатх, почему бы и нам не поклониться здесь Господу Шиве?»

Протяжный звон больших медных колоколов, пение гимнов, восхваляющих Господа Шиву, и щебетание птиц, даруют всем вокруг ощущение спокойствия. Лишь стая обезьян докучает паломникам, вырывая пищу у них из рук. Видя садху, живущих вокруг храмовых построек, отказавшихся от удовольствий мирской жизни, понимаешь, как мало на самом деле нужно человеку.

Прачи Карки всего 11 лет, она приехала сюда вместе со своей семьёй из Бхактапура, что в окрестностях Катманду. «Завтра у меня экзамен. Я пришла навестить моего Господа

и помолиться Ему о том, чтобы подготовиться наилучшим образом», – рассказывает она.

Помимо главного святилища паломники также посещают храмы Гухьешвари, Киратешвары, 15 Шивалай, Врата Сати, Кайласу, лес Шлешмантаки и ашрамы Свами Прапанначарьи и Йоги Нарахаринатхи. Здесь повсюду расположены индуистские святыни, а также присутствуют джайнские, сикхские и буддистские места поклонения. Это огромный религиозный комплекс, имеющий большое духовное, историческое и археологическое значение. Ежедневно в течение всего дня храм переполнен верующими.

«В моей стране нет подобного храма. Я нахожу это место уникальным», – говорит Раис Мандан, молодой человек из Гвалиора (Индия), пока мы стоим в очереди перед огромной статуей быка Нанди, расположенной прямо напротив входа в главное святилище. Для Мандана и его четверых друзей дорога сюда из Гвалиора заняла три дня. Они приехали на заказном автобусе вместе с ещё несколькими группами индийцев из Раджастхана, Варанаси, Гуджарата и Гвалиора. «Здесь так спокойно и удивительно, – делится своими впечатлениями Раис. – Я молился Господу Шиве о благополучии и счастье в моей жизни и жизни общины».

Тысячи паломников прибывают в храм по дорогам из всех областей Непала – Какадхитты,

.....
Праздник Тидж: (внизу) в этот день храм открыт только для женщин, которые приходят в красных или синих сари, чтобы помолиться Божине Парвати о благополучии своих мужей и семей (они выстраиваются слева направо в линию вдоль речных гхатов и поднимаются по ступенькам ко входу в храм)

Женщины на празднике Тидж в Пашупатинатхе



ИСТОРИЯ

Храм сквозь призму времени

Этот великий центр шайвизма почитался и поддерживался королями Непала на протяжении 2000 лет

ДОКТОР ГОВИНДА ТАНДОН

Доктор Говинда Тандон защитил свою докторскую диссертацию в университете Трибхувана (Непал) по теме «Культурные исследования храмового комплекса Пашупати». Он – широко известный знаток религии, борец за права животных, основатель Манава Сева Ашрама, призванного помогать нуждающимся и бывшим членам Пашупати Тракта (фонда развития храмового комплекса, PADT). Здесь он пишет о религиозной истории храма и его Божества.



С древних времен, Пашупатинатх почитался как благая земля, катализатор для самоосознания и освобождения, как место поклонения верующих, стремящихся сложить здесь свои ладони в намасте и выразить почтение Всемогущему. Преданные совершают обряды жертвоприношений, проводят благостные ритуалы, воспевают мантры для обретения душевного равновесия и спокойствия, а также готовы предлагать свою помощь беднякам. Расположенный в древнем городе Деопатан, в пяти километрах к северо-востоку от столицы Непала, Катманду, храм и, окружающая его территория Пашупати Кшетры, важны не только для всех индуистов, но и для всех людей в мире, с исторической и культурной точки зрения. В 1979 году Пашупати Кшетра была включена в Список всемирного наследия ЮНЕСКО наряду с шестью другими местами в долине Катманду, вскоре после основания этой программы. На протяжении всей долгой истории Непала храм пользовался поддержкой королевских правящих династий – Гопалов, Киратов, Личхави, Маллов и Шахов. Махадэв Шри Пашупатинатх, Бог всех богов, его храм – величайшая гордость Непала и всего непальского народа.

Пашупати, одно из имён Шивы, несколько раз встречающееся в Ведах. Особо значимо его появление в восьмом стихе знаменитого «Шри Рудрама», гимна из Шукла Яджур Веды. Секта пашупатов считается одной из ранних форм шиваизма, восходящей к II веку до н. э. и возглавляемой в своё время Лакулишей, с главным центром в районе Соманатха (Гуджарат). Её влияние и сейчас сохраняется на территории всей Индии и Непала, особенно ярко выражаясь в философии шайва-сиддханты.

Красивый стиль мандапы храма Пашупатинатх часто ассоциируют на Западе со стилем пагод. Внутреннее пространство открыто со всех сторон, над ним возвышается двойная крыша. На прилегающей территории, известной как Пашупати Кшетра, находится множество замечательных мест поклонения и монастырей, относящихся к различным религиям: к буддизму – Дандочайтъя, Чавихар, Кутувахал и Майджувахал; к сикхизму – Накмат и Нирмала Акхада. Здесь даже наблюдаются следы присутствия джайнизма в старые времена. Совсем недавно были обнаружены руины монастыря XIX века секты джжосамани, члены которой активно участвовали в социальных реформах.

Из истории

В Гопаларадже Вамсавали, самой ранней хронологии обнаруженной в Непале, упоминается, что храм Пашупатинатх был основан в I веке н. э.

году и закончилось только упразднением монархии в 2008 году. На протяжении веков правящие династии считали Пашупатинатх королевским храмом, заботились о его сохранении и периодическом обновлении. В 1986 году королем Бирендрой Бир Бикрам Шахом был создан Пашупати Тракст (фонд развития храмового комплекса, PADT), первым главным покровителем которого стал он сам. Это тот самый тракт, который сейчас управляет администрированием храма, в настоящий момент должность главного покровителя занимает премьер-министр, а должность председателя – министр культуры, туризма и гражданской авиации.

Жречество и поклонение

В отличие от других индуистских храмов, жречество Пашупатинатха не является наследственным. Пять старших священнослужителей – это бхатты, Трилинга брамины в традиции Кришна Яджур Веды из Карнатаки, Андхры или Махараштры, с юга Индии. Они являются адептами Дакшинамная Шрингери Шарара Питхи, первого из монастырей, основанных Ади Шанкарой в VII веке. Они должны быть добродетельными, вегетарианцами с рождения, превосходно обучены ведийской рецитации, инициированными в традицию пашупата йоги и абсолютными знатоками Шайва Агам. Жреческая традиция храма Пашупатинатх на протяжении многих веков играла важнейшую роль в развитии гармоничных отношений между Индией и Непалом.

В качестве помощников этим пяти южноиндийским брахманам на территории Пашупати Кшетры служат непальские бхандари, а также множество других местных священнослужителей. Все вместе они поддерживают поклонение и функционирование храма.

Главным объектом поклонения в храме является пятиликий шивалингам. Четыре лика обращены по сторонам света: Татпуруша – на восток; Агхора – на юг; Садьоджата – на запад; Вамадэва – на север. Под каждым ликом находятся по две руки, правая держит рудракишамалу (чётки из рудракиши), а левая – камандалу (сосуд с водой). Ишана, пятый лик, не имеет формы и направлен в зенит. Этот лик является главным, поклонение ему проводится в первую очередь, как господствующей части шивалингама. Лишённый формы лик считается олицетворением всех форм, Владыкой всех Существ, Божественным Мастером Вселенной, Высшей Сущностью.



Пятиликий лингам: это металлическое навершие лингама, датированное XIX веком, из Непала (сейчас находится в музее в Германии), выполнено в том же стиле, что и шивалингам в храме Пашупатинатх

Биратнагара, Биргунджа, Бхайра-хавы, Непалганджа и др. Приезжают верующие из Индии, Малайзии, Сингапура, Индонезии, США, Великобритании, Южной Африки, России, Беларуси, Украины, Франции и т.д. В любой день здесь собирается не менее десяти тысяч человек.

Вход в храм Пашупатинатх разрешён только для последователей индуизма, ограничения касаются в том числе буддистов, джайнов и сикхов, для которых предусмотрены отдельные места поклонения на территории храмового комплекса. Ягья Радж Гхимир, брамин, высказывается по этому поводу: «Только традиционным индуистам разрешается входить в главный храм, христианам и мусульманам это запрещено. Они могут пройти на территорию храмового комплекса, но не внутрь храма». Индуисты, совершающие погребальные церемонии, также не должны входить в храм.

Охрана расставлена у каждого входа, ведущего к главному храму, и может в любой момент проверить удостоверение личности, паспорт или другой документ, а также оценить внешний вид, форму одежды, чтобы принять окончательное решение. Впрочем, так проверяют только тех, кто вызывает подозрение. «Белые» люди не допускаются в храм как категория, хотя некоторые из них могут действительно оказаться индуистами. Учитывая большой поток западных туристов в Катманду, для офицеров было бы затруднительно отобрать из них парочку настоящих индуистов, тем более в отсутствие какой-либо общей системы верификации присоединения к индуистскому религиозному сообществу. Индуисты, таким образом не допущенные в храм, с пониманием относятся к необходимости контролировать поток туристов и довольствуются поклонением за пределами главного святилища.

Вход на прилегающую территорию храмового комплекса платный. Заплатив немногим меньше девяти долларов, неиндуисты могут



THOMAS L. KELLY



Как объясняет доктор Тандон (стр. 17), *бхатты* происходят из рода Трилинга дравидов с Юга Индии. Критерии их отбора очень строгие. Претенденты в возрасте от 25 до 40 лет должны быть высоко сведущими в индуизме учёными Трилинга браминами, обязательно женатыми (но иметь не более одной жены), физически здоровыми и без каких-либо заметных шрамов или других изъянов на теле. Комитет по отбору священнослужителей *Пашупати Тракста* (PADT) выдвигает свои рекомендации на должности одного главного священника и трёх его заместителей. Премьер-министр Непала, главный покровитель Тракста, делает соответствующие назначения (раньше эта обязанность лежала на короле).

В 2008 году, после того как к власти пришли маоистские повстанцы, и страну провозгласили светским государством, была предпринята попытка прекратить эту традицию. Однако Верховный суд Непала отклонил решение нового руководства страны, и сильные протесты со стороны индуистской общины, в том числе непальских священников, служащих в храме, вынудили правительство отступить.

Священникам-*бхаттам* выплачивают исключительно высокое жалование: главный жрец получает 70 тысяч долларов в год, а каждый из трёх подчинённых жрецов порядка 35-43,5 тысяч долларов в год. Для сравнения, президент Непала, самый высокооплачиваемый член правительства, получает 15,7 тысяч долларов в год. Руководство Тракста объясняет столь высокую оплату, указывая на то,

.....

Тогда и сейчас: (внизу слева) «Храм Махадзо в Пашупати» – акварель британского хирурга Генри Амброуза Олدفилда 1853 года, на которой изображён вид от западных ворот храма; (внизу справа) вид на храм в наши дни, в конструкции крыши заметны изменения. Паломники проходят на даршан справа от быка Нанди и выходят через ворота слева

Великий храм Пашупатинатх



BRITISH MUSEUM



THOMAS L. KELLY

Карта территории храмового комплекса Пашупатинатх



GOOGLE EARTH

- Махасанагар.** Изначально это место предназначалось для хранения различных ритуальных предметов для проведения *пуджи*, а сейчас здесь располагается музей Пашупати.
- Сано Садаварт Саттал.** Раньше здесь был продуктовый склад, теперь это резиденция жреца храма Васуки.
- Рудрагарешвар Стана.** Храм, построенный для шивалингама Рудрагарешвары.
- Бадринарасимха Гутхигхара.** Раньше общественная *дхармашала*, построенная Бадринарасимхой Раной, в настоящее время – офис *Бадринарасимха Тракста*.
- Шанкарачарья Матх.** Монастырь, построенный в честь Ади Шанкарачарьи.
- Кулананда Джха Сахал.** Общественная *дхармашала*, построенная Куланандой Джха, офисы *Пашупати Тракста* (PADT – Pashupati Area Development Trust).
- Голура.** Большие ворота и окружающие строения у западного входа в главный храм.
- Храм Шри Пашупатинатх.**
- Пашупатигхата Сева.** Хоспис.
- Пандра Шивалайя.** Пятнадцать небольших святилищ, посвященных Шиве, расположенные вдоль берега священной реки Багмати.
- Сад Ваджрагхара.**
- Ваджрагхара Саттал.** В прошлом общественная *дхармашала*, сейчас не используемая.
- Арья гхаты.** Кремационные *гхаты*, традиционно предназначенные для особо важных персон.
- Бхандаригхара.** Постройка, предназначенная для общины непальских Бхандари.
- Панча Дэвал.** «Пять святилищ», посвященные пяти формам Шивы; окружающая постройка – старинное здание, выполненное в традиционном неварском стиле.
- Храм Шивы Амаркантешвар/Сурешкантешвар.**
- Храм Лакшминараяна/Рамы.**
- Гаибачча Севастхала.** Коровник.
- Торговая галерея.**
- Храм Самраджешвар/Самраджешвари.** Храм, построенный Самраджешвари Шахом.
- Ведавидьяшрам дхармашала.**
- Веда Видьяшрам.**
- Банкали Дэв Уддхьян.** Парк, названный по имени леса Банкали.
- Новая торговая галерея.**
- Хамсамандапа.** Зал для выступлений, названный по имени легендарного лебедя Хамсы.
- Лалитешвар/Крияпутригхар.** Место скорби.
- Мадхаврадх Сумарги Бхаван.** Сооружение для проведения различных мероприятий.
- Электрический крематорий.**
- Парк Банкали/Крипалу.**
- Холм Кайласа.**

что священнослужители должны отказаться от своей личной жизни и полностью сосредоточиться на жизни храма. Главный жрец проживает в пределах главного храма, тогда как другие жрецы живут на прилегающей территории. Нынешние священнослужители все из Карнатаки. Это Ганеш Бхатта, главный жрец из Удупи, и подчинённые ему жрецы: Рамкаранта Бхатта из Мангалора, Гириш Бхатта из Сирси и Нараян Бхатта из Бхаткала. Шри Рагхавендра Бхатта (пятый жрец *бхатта*) из Мангалора является священнослужителем в храме Васуки. Все они должны брить головы и ходить босыми по территории храмового комплекса.

Один из верующих, Ом Шаран, рассказывает для журнала «Индуизм сегодня»: «Мы должны поблагодарить индийское правительство за то, что оно прислало сюда таких высокодуховных индуистских священнослужителей. Они даже не выходят за территорию храма, никогда не вкушают пищу, приготовленную посторонними людьми».

Верующие: (против часовой стрелки сверху) один из жрецов бхаттов в сопровождении охраны на территории храмового комплекса; верующая спускается по ступеням из храма Рамы, предлагая воду каждому шивалингаму на её пути; студенты из Новой Зеландии посещают Пашупатинатх; паломники Рамита Четра и Аашма Карки; вид на территорию храмового комплекса; священная река Багмати, справа виднеется проход к главному храму, все небольшие белые святилища с левой стороны посвящены Шиве, гхаты на переднем плане используются для церемоний почитания предков



Отчасти благодаря этой традиции приглашать в качестве священнослужителей жрецов *бхаттов*, Пашупатинатх стал почитаемым местом паломничества для индуистов со всей Индии. Будь с визитом премьер-министр, президент или голливудская знаменитость, никто из них не покинет Непал, не посетив храм. Нынешний премьер-министр Индии, Нарендра Моди, был здесь в 2014 году, пожертвовал большое количество сандалового дерева и анонсировал создание фонда для строительства *дхармашалы*, способной разместить всё возрастающее число паломников, в Пашупатинатхе.

Четыре священнослужителя совершают ритуальные поклонения каждый день. Двери храма открываются в четыре утра. Все

четверо появляются в главном храме примерно к восьми часам. Первый из трёх младших жрецов проводит службу южному лику, на нём Шива представлен как Агхора; второй – восточному лику, Шиве в форме Татпуруши; третий – северному лику Шивы, Вामадэве. Главный жрец возглавляет поклонение западному лику Шивы, в форме Садьоджаты, и лику на вершине шивалингама – Ишане. Служба завершается *гупта пуджей* в районе двух часов дня и возобновляется в пять вечера. В семь часов вечера храм закрывается.

Местные непальские жрецы, называемые *бхандари*, всячески помогают четырём жрецам *бхаттам*, особенно во взаимодействии с прихожанами. В наши дни на должность помощников в храме назначено 88 *бхандари*. Трём из них поочередно разрешается прислуживать у западного лика Пашупатинатха, помогая непосредственно главному жрецу *бхатту*. Помимо *бхандари* ещё 1000 непальских священнослужителей нанимается храмом для проведения *пудж* в многочисленных святилищах и местах поклонения на обширной территории комплекса.

Помимо обычного поклонения, верующие могут заказать специальные *пуджи*, как правило, с 09:30 до 11:15, сделав пожертвование, соответственно своему финансовому положению – от 10 долларов до гораздо больших сумм. По словам Прем Хари Дхуганы, руководителя культурного отдела *Пашупати Тракта*: «Специальные службы, заказываемые верующими по их желанию, являются одним из главных источников дохода храма. Разница между обычным ритуалом поклонения и специальной службой заключается только в том, что заказавший особую *пуджу* получает более быстрый



Верующие и туристы в священном храме



доступ в храм и возможность предложить молоко шивалингам. При этом поклонение проводится главным жрецом.

Кремационные гхаты

Прогулка по Бхашмешвара *гхатам*, расположенным неподалёку от входа на территорию храмового комплекса, вдоль священной реки Багмати – важная часть паломничества в Пашупатинатх. В любой день здесь могут пылать до полудня кремационные костров, сопровождаемых скорбящими родственниками. Для верующих это действо – яркое напоминание об эфемерной природе человеческого существования и мотивация для более преданного служения и почитания Господа Шивы. Индуисты уверены, что души людей, чьи тела были кремированы в этом месте, обретают покой. Погребальные костры горят и днём, и ночью – около 18 часов в сутки.

К храму также примыкают хосписы, один из них расположен справа от ступеней, ведущих ко входу в главное святилище, сюда родственники привозят умирающих для совершения последних церемоний. Традиционный врач-терапевт, известный как *гхатевайдья*, заботится о них. Он или кто-то из родственников будет нашёптывать имя Бога на ухо умирающему, чтобы облегчить его переход из этого мира в иной.

Пашупати Трост руководит проведением погребальных церемоний на территории



храмового комплекса. Несколько лет назад здесь построили электрический крематорий, находящийся чуть ниже по течению реки от входа на территорию храмового комплекса и Бхашмешвара *гхата*. Но многие всё так же хотят кремировать тела своих усопших родственников традиционным способом – на священных *гхатах* при помощи дров.

Из двенадцати *гхатов* комплекса, два Арья *гхата* предназначались для кремации тел

только особо важных персон. «В прошлом только усопших членов королевской семьи, глав правительства и министров кремировали с государственными почестями на Арья *гхатах*, – утверждает Сародж Гхемир, служащий Центра обслуживания *гхатов*, – всех остальных кремировали на Бхашмешвара *гхате*». В наши дни сожжение тела умершего на одном из двух Арья *гхатов* доступно всем.

Кремация на Бхашмешвара *гхате* стоит чуть меньше 11 долларов, а на Арья *гхате* – 44 доллара. Дополнительно взимается регистрационный сбор – около 2 долларов. После предъявления квитанции о регистрации, семья может бесплатно получить необходимое количество дров от храма. Для совершения кремаций привлечено 30 работников. Им

.....
Святыни и верующие: (против часовой стрелки сверху) храм Кали и примыкающие к нему святилища Ватсалы и Бхайравы; паломники из общины Киранта вместе со своими жрецами совершают пуджу в храме Киратешвары; главный шивалингам на территории храма Киратешвар, обнесённый кирпичной стеной, – возможно, древнейший объект поклонения в этом святилище; вход в главный храм, за которым виднеется бронзовая статуя Нанди, обращённого лицом к Шиве; женищины в экстаатическом танце во время праздника Тидж

платят семьи: от пяти до десяти долларов или более (в зависимости от состоятельности родственников). Сельские жители и бедняки самостоятельно выполняют всю необходимую работу во время кремации.

Сначала тела приносят к Брахманалу, каменному постаменту у реки, в то место, где выходит сток из главного святилища, и молоко, в большом количестве возливаемое на шивалингам, стекает в священную Багмати. Затем их укладывают на платформу для кремации, которая занимает несколько часов. Как только тело полностью сгорает, остатки погребально-го костра предают реке, и их уносит течением.

К сожалению, Багмати загрязняется, несмотря на некоторые меры, направленные на поддержание её чистоты. Особенно большая проблема встаёт во время осушения реки, за два месяца до начала муссонов. Основными причинами загрязнения считают постоянно растущее число паломников и, практически неуправляемую, застройку Катманду.

Чтобы воскресить былую славу священной Багмати, *Пауупати Трост* работает над двумя проектами совместно с Азиатским банком развития. Первый будет осуществляться за счёт сбора дождевой воды для увеличения объёма внутреннего водоснабжения храмового комплекса. Второй – это коллектор, в который реку заберут в районе Сундариджала, расположенного вверх по течению, в лесной местности в четырнадцати километрах от Катманду, и выведут прямо перед храмом, таким образом минуя все населённые пункты на этом участке.

Также разрабатываются меры по очистке реки за счёт контроля выбросов загрязняющих веществ. Ещё один важный правительственный проект – станция очистки сточных вод Гухьешвари, расположенная выше по течению недалеко от храма, которая может очищать тридцать шесть миллионов литров в день и существенно улучшить качество воды в реке. Ожидается, что в этом году все работы по очистке будут вестись в полную силу.

Садху

В Пашупатинатхе можно встретить девять категорий *садху*: *натхов*, *удасинов*, *вайраси*, *вирмалов*, *агхори*, *вайшнавов*, *капаликов*, *джошмани* и *брахмачари*. Все они выполняют свои духовные практики, садханы, в отведённых для них местах, известных как акхары, на территории храмового комплекса. Их образ жизни и *садханы* отличаются в зависимости от секты к которой они принадлежат, но конечная цель у всех одна – реализация Бога.

Наш репортёр встретился с несколькими *садху*, в первую очередь с *натхами*, которых можно узнать по проколотым ушам с очень массивными серьгами (*кундалами*). Здесь их около десяти, они живут на вершине ближайшего холма, следят за чистотой тела, выглядят опрятно и не едят мясо. «Наша *садхана* начинается утром с боем плоского барабана нагара, знаменующим время для её начала, и завершается *арати* Горакхнатху (гуру-основателю данной традиции) в пять вечера, – объясняет Йоги Омнатх, – поддержание

огня в *дхуни*, наставление людей и поклонение – это и есть наши основные практики».

На территории храмового комплекса живут трое *агхори*. В отличие от *натхов*, они предпочитают жить вблизи от кремационных *гхатов*, не особо заботятся о чистоте и едят что придётся, как правило, из *капалы*, чаши, сделанной из человеческого черепа. Они умащают тело пеплом с кремационных костров, носят чёрные одежды, часто приручают собак, курят марихуану и не брезгают алкоголем. Их образ жизни не назовёшь обычным, многим он может показаться даже весьма странным.

Садху из числа *вайшнавов* пробуждаются ранним утром, разжигают огонь, принимают омовение и наносят *тилаки*, после чего воспевают мантры Шиве. «Мы едим только простой рис с чечевицей, не употребляем алкоголь и не едим мясо», – рассказывает Радха Баба, сидящий скрестив ноги и держащий в руке змею, сплетённую из верёвок, возле храма Рамы. Этот храм очень популярен среди *вайшнавских садху*, которых здесь большинство.

Махашиваратри

Многие из 50 ежегодных фестивалей Непала проходят либо в самом храме Пашупатинатх, либо в его непосредственной близости, но Махашиваратри, которое отмечается с 13-го на 14-ый день месяца Пхалгун (февраль/март), пользуется особой популярностью и привлекает более миллиона паломников ежегодно. Большинство прибывают из разных концов Непала, многие приезжают из Индии,

Храмовые церемонии



некоторые из Индонезии, Малайзии, Сингапура, Шри-Ланки и других уголков Азии, впрочем, как и из Европы, и Америки.

Сотни *садху* из Индии и из других мест приходят в храм за три дня, чтобы присоединиться к непальским *садху* для празднования. Их присутствие духовно обогащает всех верующих, они рассаживаются вокруг горящих *дхуни*, поют *бхаджаны* Шиве, танцуют всю ночь напролёт и благословляют всех присутствующих.

Состоятельные преданные Господа Шивы организуют бесплатную раздачу еды, фруктов и воды. Храм предоставляет дрова, чтобы согреть верующих и *садху*. Во время проведения праздника поблизости дежурят кареты скорой помощи, вся территория охраняется силами непальской армии и полиции.

«Если вы посетите храм в этот особый день, вы ощутите себя словно в раю, абсолютно безмятежно. Отвлечитесь от малозначительных дел. Этот храм одарит вас духовными вибрациями в любое время – и в спокойный обычный день, и во время массового праздника», – говорит Ом Шаран Агхори, один из *бхандари*, помощников старших жрецов.

Ом считает, что никому так не повезло, как *бхандари*, жрецам и браминам Пашупатинатха: «Мы почитатели Господа Шивы. Мы не испытываем неудобства в храме Пашупати даже в сильный холод или жару. Это из-за силы Господа Шивы».

Поскольку на территории главного храма нет места для большого скопления людей, сотни тысяч верующих проходят на *даршан* и сразу же покидают храм, все четверо врат



которого остаются распахнутыми весь день и всю ночь. Храм настолько переполнен на Махашиваратри, что старшие жрецы не проводят в это время никаких специальных индивидуальных церемоний, занятые основным поклонением.

Во времена монархии, королевская семья никогда не пренебрегала своими обязанностями проведения службы в храме на Махашиваратри. Сегодня эти функции выполняют глава государства и другие высокопоставленные лица, впрочем, и сами члены свергнутой королевской семьи продолжают поддерживать эту традицию.

Многие другие религиозные праздники также отмечаются в Пашупатинатхе. Один из самых красочных – Тидж, ежегодно отмечаемый в Непале праздник замужних индуистских женщин, во время которого они постятся и молятся о благополучии своих мужей и семей. В этот день храм открыт только

для женщин, приходящих в красных (иногда синих) свадебных *сарис*. Этот трёхдневный праздник сопровождается танцами, пением и пиршеством, которое мужчины организуют в последний день торжества. Тидж считается индуистским праздником женственности.

Как посетить храм

Добраться до храма Пашупатинатх достаточно просто, он находится на небольшом расстоянии от Международного аэропорта Трибхуван и всего в нескольких минутах езды от кольцевой автодороги, окружающей Катманду. В 6 километрах от храма есть несколько четырех- и пятизвездочных resorts. В непосредственной близости от храма Пашупатинатх можно поселиться в трёхзвездочных отелях, доступны также варианты с бюджетным размещением. В округе расположено множество ресторанов и кафе, где можно вкусно поесть.

Вид Гималаев на севере, открывающийся из храма Пашупатинатх, всегда завораживает. Что касается климата, даже жарким летом, воздух здесь охлаждается за счёт

.....
Место для аскезы и *садхан*: (против часовой стрелки сверху) агхори с рудракша малой, украшенной бусинами в виде человеческого черепов; Ганга Дас Баба, вайшнавский *садху* перед храмом Рамы; двое *садху*; юноши, избравшие для себя жизнь *садху*; агхори, пьющий из человеческого черепа; *садху* вайшнав, собравшиеся вокруг костра накануне Махашиваратри



Садху Пашупатинатха





естественного кондиционирования, отчего зимой в Катманду не ощущается. При этом зима в Катманду умеренная и не кажется такой уж холодной. Достаточно утеплиться с помощью обычного свитера и куртки.

Впервые попав на парковую территорию, примыкающую к храму, сразу обращаешь внимание на большое количество уличных торговцев с обеих сторон дороги, продающих подносы с листьями бильвы, *бильванатра*, для поклонения. Также у них можно приобрести бархатцы, чётки, *диты*, благовония и много чего ещё. Работающие с раннего утра до восьми вечера, их прилавки пестрят *малами* из *рудракиши*, *шалиграмми* и другими религиозными предметами. Ещё больше товаров предлагают на большом базаре, расположенном внутри храмового комплекса.

Когда паломники проходят вторые ворота, ведущие к главному храму, их направляют сдать обувь к специальной комнате хранения, которая была сооружена *Пашупати Трастом* несколько лет назад для удобства паломников и обеспечения сохранности их обуви. Сервис доступен с четырех утра до восьми вечера. После этого можно войти в храм, совершить поклонение и посетить близлежащие святыни.

Планы на будущее

В 2017 году *Пашупати Траст* анонсировал внедрение плана по развитию храмового комплекса. Председатель Траста, Дживан Бахадур Шахи, объясняет: «Это принесёт значительный вклад в развитие туристической отрасли Непала, если район Пашупати станет центром притяжения для иностранцев, будет высококультурным учебным и религиозным объектом. Превращение храмового комплекса в



музей под открытым небом будет способствовать развитию национальной экономики».

Прадип Дхакал, секретарь Траста, в декабре 2019 года рассказал журналу «Индуизм сегодня», что реализация этих планов займёт ещё примерно полтора года. Они включают в себя модернизацию существующего Непальского Веда Видьяшрама, в котором сейчас преподают только санскрит, до уровня полноценного Индуистского исследовательского института; создание Самскар Мандалы, образовательной платформы, предназначенной для изучения индуистских церемоний, проводимых от рождения до смерти; содействие распространению традиционных шиваитских *бхаджанов* и танцев; а также дальнейшее развитие территории храмового комплекса в качестве туристической достопримечательности для неиндуистов.

Краткое описание генерального плана, рассчитанного на следующие сто лет, доступно на веб-сайте храма: pashupati-nathtempletrust.com/master-plan-padt/. В нём отражены инновационные решения по трём основным зонам: центральной зоне, включающей непосредственно территорию главного храма и храма Гухьешвари, а также их окрестности; смежной зоне, окружающей центральную область; и примыкающей зоне, включающей всю оставшуюся территорию Пашупати Кшетры. Особую важность придают вопросам эффективной борьбы с урбанизацией и вторжениями в примыкающую зону. В их отношении генеральный план всё ещё находится на самом первом этапе – достижении консенсуса в выборе необходимых мер. На втором этапе будут сформированы детальные планы. На третьем – фактическая реконструкция.

.....

Храм жизни и смерти: (против часовой стрелки сверху) высокая проходимость – всё что нужно этой даме, готовящей аппетитное блюдо, чтобы функционировала её закусочная; индийские паломники из Раджастанха совершают покупки; верующие сдают свою обувь в удобной организованной камере хранения; местные прихожане посещают храм в воскресенье (официальный выходной в стране). Для подношения в храме они купили цветочные гирлянды и другие упачары; скорбящий у кремационного костра близкого родственника; один из фрагментов похоронной церемонии; в среднем около 18 кремаций проводится ежедневно на гхатах Багмати, расположенных недалеко от входа в храмовый комплекс



Храмовый базар и комната хранения обуви



Последние церемонии: кремационные гхаты



Семь святых бхактов Северной Индии



Из множества духовных поэтов
мы исследуем жизнь и творчество нескольких

Лакшми Чандрашекар Субраманья

Прежде чем начать разговор о великих поэтах-бhakтах, необходимо несколько слов сказать об основном языке, ставшем творческим инструментом многих из них. Хинди сегодня является одним из государственных языков Индии, на котором говорят 615 миллионов человек по всему миру. Индуисты, говорящие на разных языках, из разных регионов так или иначе знакомы с хинди благодаря популярным религиозным песням, *бхаджанам*, священным писаниям, таким как «Рамчаритаманас» (эпическая поэма о Господе Раме индийского поэта XVI века Тулсидаса (1532-1623), стихов Кабира, религиозным историям, *катха*, и другим большим и малым произведениям разных жанров. Хинди использует письмо деванагари, что роднит его с санскритом, маратхи, непали, раджастхани, кашмири и диалектами, такими как брадж бхаша и авадхи, которые можно классифицировать как хинди. Это семейство языков стало плодотворной средой для создания большого числа литературных произведений, каждое из которых отличается своим уникальным оттенком.

Брадж бхаша, что означает «язык брадж», был одним из наиболее известных северных литературных языков Индии с XVI до начала XX века. Брадж (Враджа, Враджабхуми на санск. — исторический регион, священное место паломничества для вайшнавов. — Прим. ред.) — это область в Индии, расположенная с обеих сторон реки Ямуны и с центром в Матхуре-Вриндаване в штате Уттар-Прадеш. Будучи поэтическим проводником многих *бхактов* Кришны, брадж был также главным языком знати. Речь идёт о тех временах, когда жизнь «преданных» и «придворных» была тесно переплетена.

Санатана Дхарма (индуизм) породила множество поэтов-святых, увековеченных традицией. Их песни преданности живут в веках после их физического ухода, продолжая нести дух беззаветной любви и тоски по Богу. Семь североиндийских святых, с которыми мы предлагаем вам встретиться в этом

обзоре — Лал Дэд, Свами Рамананда, Нарасимха Мехта, Равидас, Сурдас, Даду Даял и Тулсидас — сочиняли на универсальном языке бхакти на пяти индийских языках: кашмири, хинди, гуджарати, брадж бхаша и авадхи. Здесь мы исследуем выборку их великих работ, признавая ограниченные возможности перевода на другие языки.

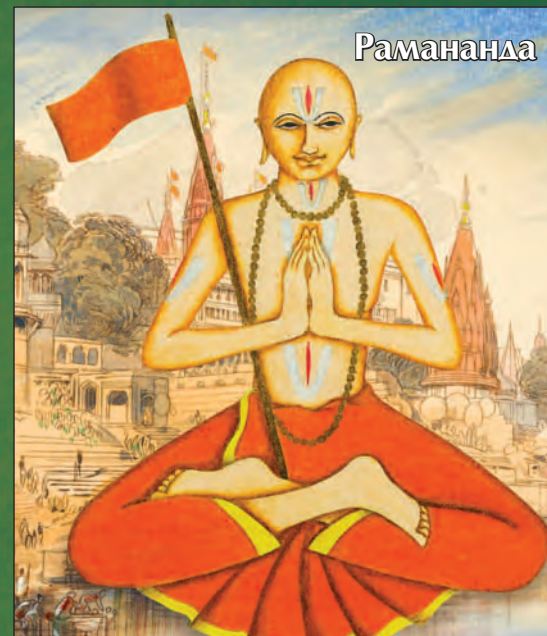
Наследие этих святых выходит за пределы тех мест, откуда они были родом. Многие из них жили в таком религиозном эпицентре как Варанаси и обрели широкую известность во всей Индии. С распространением праздников, посвящённых Мирабаи и Кабиру, комиксов «Амар читра катха», мультфильмов и сериалов на хинди на религиозные темы, эти святые стали мировыми духовными и культурными иконами.

Они представляют широкий спектр *бхакти*: от прославления Бесформенной Истины, до воспевания любви к Шиве, Раме или Кришне. Нам мало что известно о тех далёких временах из исторических документов, но много чего — из священных эпосов, которые сочинялись и развивались на протяжении веков. При их рассмотрении обнаруживаются общие легенды и темы. Истории каждого из поэтов собраны ими из повествований устных и письменных, народных и исторических, взятых из разных источников.

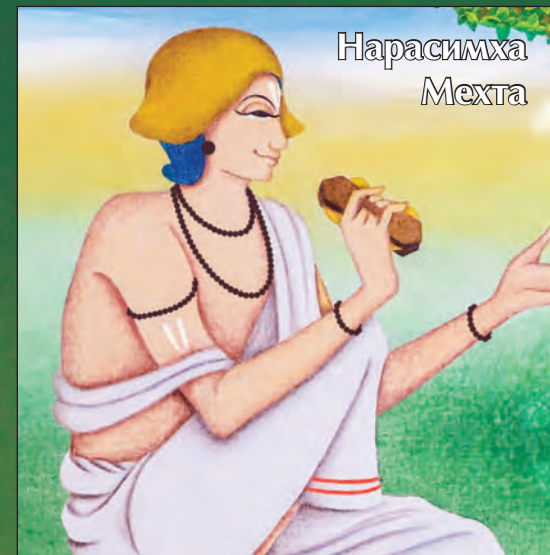
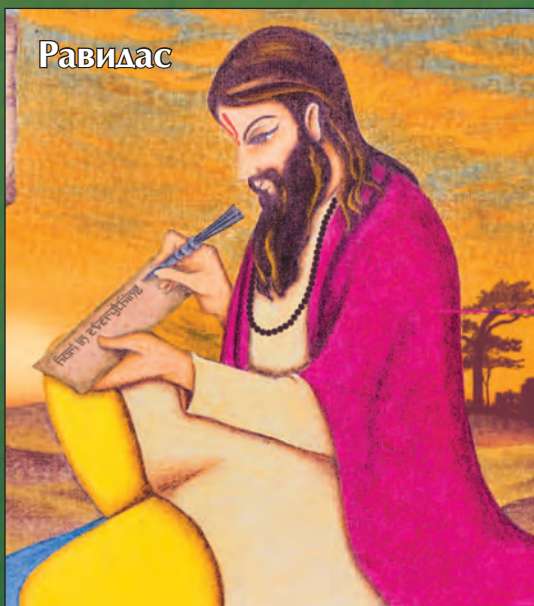
Жанр стихов-песен, называемый «пад(а)», был излюбленным у многих святых поэтов. Финальные строки в *паде* представляют собой устную подпись автора, *чхап*, а также указывают на то, что песнь завершена. Они призваны одновременно вызвать в слушателе внутренний восторг от размышления над легендарной историей жизни, *бхакти*, и восхищение от поэтического гения автора произведения. Этим кратким обзором жизни и творчества семи прославленных святых севера Индии



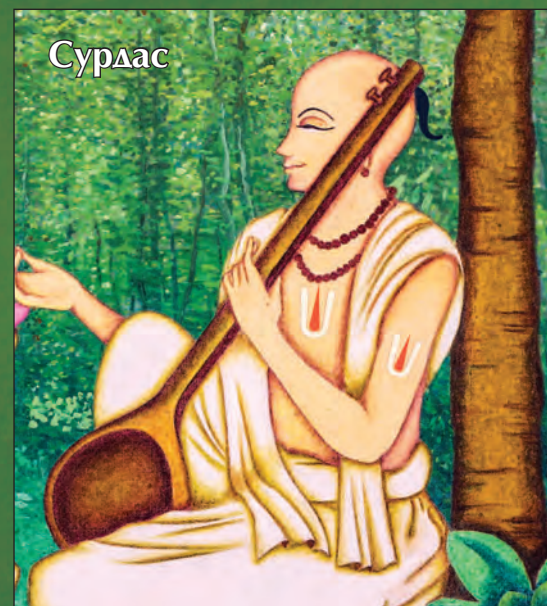
Лал Дэд



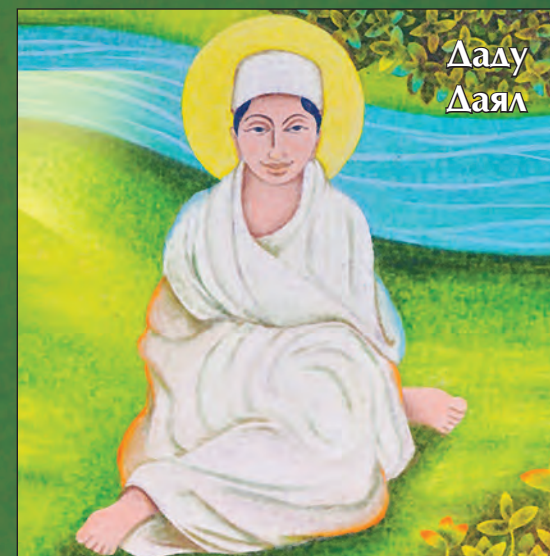
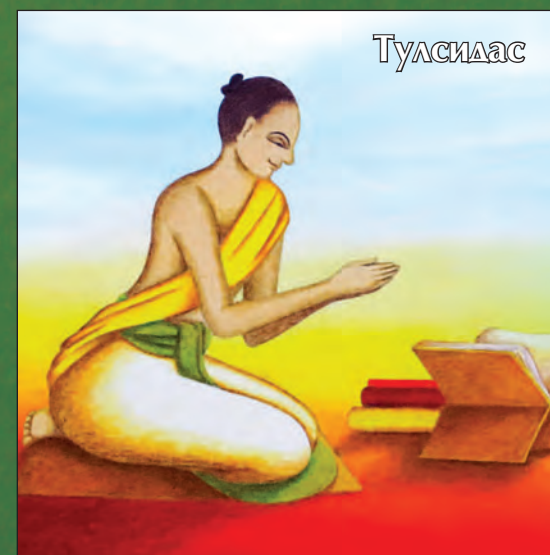
Рамананда

Нарасимха
Мехта

Равидас



Сурдас

Даду
Даял

Тулсидас

мы надеемся способствовать зарождению подобных возвышенных эмоций у читателя.

Кто является святым? Свами Шивананда так ответил на этот вопрос: «Тот, кто живёт в Боге или Вечном, кто свободен от эгоизма, желаний и неприязни, тщеславия, собственничества, похоти, жадности и гнева, кто наделён непредвзятым видением, уравновешенным умом, праведностью и вселенской любовью, кто милостив, терпим и обладает божественным знанием, является святым». Несмотря на то, что в индуистской традиции боготворят многочисленных святых, живших и дышавших *бхакти*, Индия породила несравнимо большее число подобных опьянённых Богом героев. Не удивительно, что эта древняя страна часто упоминается как Пуньябхуми («земля заслуг»), благословенная земля, в которой святые могли жить где угодно, даже в самых необычных местах. Автор этого обзора хочет почтить святые имена тех, кто проложил путь к духовной жизни всем будущим поколениям.



Лал Дэд. Кашмир, ок. 1320-1392 гг.

Подобно известной поэтессе из Карнатаки XII века Акка Махадэви («Святые бхакты Южной Индии», *Индуизм сегодня* № 1(6).2019. – Прим. ред.), Лал Дэд – святая из Кашмира, посвятила всю свою жизнь поиску единства с Шивой. Принадлежа к XIV веку, времени множества политических и религиозных течений, когда Кашмир находился под управлением различных правителей, поэтесса Лал Дэд, или Бабушка Лал, известная также как Лаллешвари или просто Лалла («дорогая» на кашмири), в значительной степени являлась частью современной кашмирской культуры благодаря её мистическим стихам (*вакх*) и их всеобщей привлекательности.

Устные предания гласят, что Лалла родилась в Пандретане, к юго-востоку от Шринагара, в духовной атмосфере традиционного кашмирского дома *пандитов*. Её стихи говорят о том, что она была сведуща в индуистских писаниях и философии йоги, обучение которым получила в раннем возрасте в доме своего отца. Это обстоятельство иногда приводится в качестве доказательства того, что в те времена и в том регионе девочки получали самое высокое образование. Нам также известно, что в молодые годы она была выдана замуж и переехала в город Пампор. Это был во многом несчастный брак, и для утешения она обратилась к духовной практике. Хорошо известен один из эпизодов её жизни. Однажды, отправившись на реку за водой Лалла решила поклониться Шиве в храме Натха Кешава Бхайравы на противоположном берегу и поэтому поздно вернулась домой. Свекровь обвинила её в неверности. Поверив в эту небывлицу, муж разозлился и ударил её, разбив кувшин с водой, который она несла на голове. Но вода чудесным образом осталась в форме горшка! Она сбросила воду во дворе, где та превратилась в пруд, известный сегодня как Лалла Траг.

Примерно в 26 лет Лалла приняла *санньясу*, отрёкшись от мира в поисках реализации Бога. Согласно традиции, она стала ученицей кашмирского святого шайвы Сиддха Шрикантхи, также известного как Сед Баю, правопреемника линии *гуру-ишиья* Васугупты,

основателя Кашмирского шиваизма, недualiстической традиции с философским и йогическим направлениями. Лалла жила как йогини, сочиняя стихи преданности Шиве, – о своих мистических переживаниях, экстатической любви и видении Шивы во всём, и недвойственной связи с Богом. Легенды Кашмира гласят, что она сбросила свою одежду и блуждала с распущенными волосами, насмехаясь над одними и поклоняясь другим. В конце своей жизни, подобно Мирабаи в вайшнавской традиции, Лал Дэд достигла сознания Шивы и слилась с Божественным.

Лал вакх

Сжатые, декларативные, а порой и загадочные, священные высказывания Лаллы называются Лал *вакх*. Более 250 стихов традиция приписывает Лалле, из которых около 128 неоспоримо принадлежат ей. Вакх (в единственном и множественном числе) ассоциируется с санскритским «вач» (речь) и «вакхья» (изречение). Каждый *вакх* обычно представляет собой строфу из четырёх строк и несёт самостоятельную мысль.

Как одна из самых ранних форм стихосложения на местном языке кашмири, стихи Лаллы, передаваемые устно из поколения в поколение и записанные много столетий спустя, сыграли главную роль в создании современного кашмирского языка и литературы. Сегодня каждый уроженец Кашмира или изучающий язык кашмири знаком с её мудрыми изречениями, поскольку весь язык буквально пропитан ими.

Притчи Лаллы нелегко классифицировать. Они укоренены в Трике, философии кашмирского шиваизма, с речениями на санскрите и мыслями из тантр и йогачарского буддизма. По всей видимости, Лал Дэд была также знакома с суфизмом. Один и тот же вакх может освящать индуистскую философию и терминологию йоги для одного комментатора, для другого – позволит рассматривать его через призму суфийского учения. И индуист, и суфий, вдохновлённые её мистицизмом, каждый по-своему может интерпретировать тот или иной её *вакх* в зависимости от контекста.

Шива внутри, Шива снаружи: в далёком Кашмире странствующая поэтесса, чей скорбь уместается в простой мешок, останавливается у озера с лотосами, чтобы предложить цветы Шивалингаму, образу Бога, и получить Его благословения светом и любовью.

• • • • •

Стихи Лаллы выражают глубокую религиозную тоску, почтение к гуру, важность интенсивной медитации и йогических практик, отказ от ортодоксальной и организованной религии, а также страстное желание души постичь, пережить Бога. Стихи изобилуют множеством образов: луна, озеро, нектар, водопад, всё служит для передачи торжественного настроения слияния с Божественным внутри. Среди множества мистических тем она писала о силе мантры: «О, Лалли! С правильным знанием открой свои уши и услышь, как деревья качаются “Ом Намах Шивайя”, как ветер шепчет “Ом Намах Шивайя”, как вода журчит “Ом Намах Шивайя”». Вся Вселенная славит имя Шивы. О Лалли! Будь лишь немного внимательней» («Йога дисциплины», Гурумайи Чидвиласананда). В другом стихотворении она пишет: «Я, Лалла, во-

шла во врата сада своего ума и увидела, что Шива соединился с Шакти. Я погрузилась в озеро бессмертного блаженства. Здесь, в этой жизни, меня освободили от колеса рождения и смерти. Как теперь мир сможет навредить мне?»

Посол всеобщей гармонии

Работы Лал Дэд, представляющие собой сплав шиваизма и суфизма, наполнили миром, гармонией и религиозностью всю Кашмирскую долину. Её поэзия вдохновляла многих суфиев Кашмира на протяжении веков, а её связь с суфийским святым Нунд Риши (Шейх Нур-уд-Дин Нуруни ок. 1377-1438 гг. – Прим. ред.) заслуживает особого внимания. Он сформировал орден святых Риши, некоторые из которых считаются наследниками Лаллы. В регионе, где индуизм и ислам оказали глубокое влияние друг на друга, такие святые, как Лал Дэд, почитаемая обеими общинами, являют собой пример плюралистического мирного сосуществования. Кашмирским индусам она была известна как Лаллешвари, мусульмане почитали её как Лалла Арифу.

Афористические выражения Лал Дэд всё ещё рецитируются сегодня в Кашмире, оказывая большое влияние на религию и культуру местных жителей из всех слоёв общества. Их прекрасно усвоили и взяли на вооружение современные мировые лидеры и создатели научных публикаций, а также в музыкальной и театральной среде. Так, сольный номер на английском, хинди и кашмири под названием «Лал Дэд» исполняется актрисой Митой Вашишт по всей Индии и за рубежом с 2004 года.

Точка зрения поэта и писателя Ранджита Хоскоте

«Для внешнего мира Лал Дэд, пожалуй, была самой известной среди духовных и литературных деятелей Кашмира, где её почитают как индусы, так и мусульмане в течение вот уже почти семи веков. Большую часть этого времени она успешно избегала собственнических претензий религиозных монополистов всякого рода».

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ:

Прочтите книгу «Я, Лалла»: стихи Лал Дэд в переводе Ранджита Хоскоте.

Послушайте Лал вакх на канале *YouTube*.



Вакх Лал Дэд

В ПЕРЕВОДЕ РАНЖИТА ХОСКОТЕ, ИЗ ЕГО КНИГИ «Я, ЛАЛЛА»

Трава куша, цветы, кунжут, лампа, вода –
Это просто ещё один список для тех, кто слушал,
Действительно слушал своего учителя.
Каждый день он погружается всё глубже в Шамбху,
Освобождается от ловушки карм.
Он не вынесет нового рождения

* * *

Кто доверяет слову Учителя
И контролирует разума-скакуна
С поводами мудрости,
Тот не умрёт, тот нерушим.

* * *

Господь окутал Своей тонкой сетью весь мир.
Видишь, как Он влез под твою кожу, проник в твои кости?
Если ты не видишь Его при жизни,
Не жди, что увидишь Его после смерти.

* * *

Закутавшись в Себя, Ты скрылся от меня.
Весь день я проглядела в поисках Тебя,
Но обнаружив, что Ты прячешься во мне,
Я взбешена: играю я теперь – играешь Ты.

* * *

Я упражнялась по книгам
Я училась сама,
Но очутившись в лесу, я сразилась со львом.
Напрасным оказался прежний опыт, прежнее ученье.

* * *

Некоторые, чьи глаза закрыты, бодрствуют,
Некоторые, кто смотрят на мир, крепко спят.
Некоторые, кто купаются в священных водоёмах, остаются грязными.
Некоторые из них чувствуют себя как дома в этом мире,
но сохраняют руки в чистоте.



Свами Рамананда. Варанаси, ок. 1400-1470 гг.

Рам, Рам! Свами Рамананду часто называют гуру плеяды святых, включая Кабира, Равидаса, Сену, Пипу и Дхану. Он сыграл решающую роль в культивировании поэтов-святых и распространении *бхакти* в конце XIV начале XV века на севере Индии. Как и в случае с многочисленными индийскими святыми, известно мало фактов из его жизни, последователи и историки по крупицам собирали ключевые детали его биографии. По словам Бхагавана Прасада Рупкалы, монаха *рамананди* начала XX века, святой родился в древнем Праяге как Рамадатта. В юности он стал учеником Рагхавананды, который посвятил его – дал мантру Рамы и имя Рамананда. По легенде, в юности Рамананда отправился в паломничество в Южную Индию и вернулся оттуда последователем Шри вайшнавизма линии знаменитого философа-богослова Рамануджачарьи, хотя известно, что его отношение к строгим ритуальным правилам и поощрению кастовой системы в этой традиции, было прохладным. Некоторые *рамананди*, такие как Рупкала, отмежевались от вайшнавов Южной Индии. На учении Рамананды оказали влияние также аскеты-*натхапантхи*.

После своих путешествий Рамананда поселился в Варанаси, на берегу священной Ганги, чтобы проповедовать на местных диалектах свои либеральные идеи эгалитаризма, бескорыстной преданности и сделать *бхакти* по-настоящему доступной всем людям.

В одном фрагменте известной житийной истории о Свами Рамананде рассказывается о том, как он ненароком посвятил ткача Кабира на берегах Ганги в Варанаси. Однажды утром, поднимаясь по ступеням *гхата*, он споткнулся о лежащего Кабира, поджидавшего его. Споткнувшись, Рамананда воскликнул имя Господа «Рам!» Кабир воспринял это как своё долгожданное посвящение, и с тех пор, как и его гуру, воспевал это имя Бога. По другой версии, Кабир шёл на

встречу с Раманандой с просьбой об инициации. Вначале гуру отказал ему, но спустя какое-то время, убедившись в искренности и мудрости Кабира, он посвятил настойчивого искателя. Учёные в течение последних десятилетий подвергают сомнению реальность этого события из-за противоречивости некоторых дат жизни обоих, но, как *рамананди*, так и последователи Кабира, часто пересказывают эту историю, считая её важной составляющей в их загадочных биографиях. Предание гласит, что другой святой поэт, Равидас, кожевник из Варанаси, также получил посвящение в *мантру* от Рамананды, некоторые даже говорят, что гуру Равидас, возможно, и был Кабиром. В любом случае, истории известны несколько святых поэтов-*бхактов* из Северной Индии, считающихся духовными потомками Свами Рамананды.

Традиция Рамананды сегодня

Святой Рамананда – новаторская сила *бхакти* на Севере Индии и, одновременно, – духовный и идейный вдохновитель аскетического индуистского ордена Рамананда *сампрадайи*. Его *садху* (святые практики), часто называемые *рамананди* или *вайраги*, придерживаются обетов, дисциплины и аскезы. Они считаются крупнейшим монашеским орденом на Севере Индии, прародителями многочисленных сект. Рамананди, решившие получить посвящение в дополнительные обеты аскезы, становятся тьягами (отшельниками) и *махатьягами*, совершающими ещё более строгие обеты, которые заключаются в многочисленных самоограничениях: в еде, в одежде и в образе жизни. В отношении *бхакти*, которая является ядром всех духовных практик *рамананди*, сложились два способа взаимодействия с Божественным: одни ищут наслаждения в поклонении *сагуна*, Богу в образе Рамы и Его супруги Ситы; другие – nirguna, бесформенной Божественности, Раме, как невыразимой Высшей Реальности. Поэт-святой Тулсидас

В Варанаси: на гхатах священной Ганги, Свами Рамананда, со сложенными вместе ладонями, поклоняется Раме и Сите, которые для него есть вся Вселенная.

восхвалял философию *сагуна*-поклонения в своём произведении «Шри Рамчаритаманас», религиозном тексте, ставшим сердцем традиции *рамананди*, в то время как Кабир был гласом преданности бесформенному Божественному со своими *дохами* и *бхаджанами* (двустихиями и песнями). Сегодня *рамананди* живут повсеместно на западе и севере Индии, преимущественно в штатах Гуджарат, Раджастан, Уттар-Прадеш, Бихар, Бассейне Ганги, предгорьях Гималаев и Непале.

Мнение д-ра Рамдаса Лэмба

«Свами Рамананда был выдающимся проповедником, открывшим Рам-бхакти для широких масс. Во время моего пребывания в Индии в качестве *вайраги*, было всегда отрадно на душе находиться на *сатсанге* в обществе тех, для кого преданность является одновременно и средством, и целью, процессом, а также плодом их *садханы*. Свами Рамананда сыграл ключевую роль в обособлении и персонализации традиции *бхакти*. Он учил любого, кто проявлял желание следовать по пути преданности, включая женщин и мужчин, индуистов и неиндуистов, представителей любой касты, богатых и бедных, образованных и необразованных. Живя в то время, когда многие считали санскрит религиозным языком, он поощрял своих последователей петь, писать и преподавать на местных языках, которые слушатели могли понимать и на которых изъяснялись. Несомненно, его самым известным прямым учеником был Кабир, и, разумеется, самым знаменитым из его *сампрадайи* является Тулсидас. Для обоих любовь к Богу превосходила все ограничения.

«В современном мире слишком многие стремятся подчеркнуть наши различия друг от друга, будь то каста, класс, этническая принадлежность, идеология, внешность или какие-нибудь способности. Тем не менее, эти различия временны и потому бессмысленны. Для Рамананды и в идеале всех его последователей Рама и Сита – это сущность и проявление Единой Реальности. Таким образом, лицемерие и служение этой Вселенской Божественности должны быть конечной целью для всех. Тулсидас преподносит эту идею и подход к жизни в двух стихах своей *Манасы* (см. в колонке справа)».

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ:

Откройте для себя практики *рамананди* и монашеские обеты в Рамананда сампрадае в книге д-ра Рамдаса Лэмбы, учёного и бывшего *садху-рамананди*, «Отношение с божествами: ритуальный обет в Южной Азии».

Прочтите докторскую диссертацию Васудхи Парамашивана «Между текстом и сектой: изменения начала девятнадцатого века в теологии рамаитов».

Послушайте исполнение «Эк омкар» Рамананды на *YouTube*.



Свами Рамананда. Шабал в «Ади Грантхе»

ПЕРЕВОД: САНТ СИНГХ ХАЛЬСА

Единый Бог-Создатель. По Милости Истинного Гуру.
Куда мне следует идти? Мой дом полон блаженства.
Моё сознание не скитается.
Мой ум стал хромым.

Однажды на меня нахлынуло желание.
Я измельчил сандал вместе с ароматными маслами.
Я пошёл к месту Бога и поклонился Ему там.
Это Бог показал мне Гуру, в моём собственном уме.

Куда бы я ни пошёл, я нахожу воду и камни.
Ты проникаешь повсюду и пронизываешь всё.
Я искал во всех Ведах и Пуранах.
Я бы пошёл туда, если бы Тебя не было здесь.

Я – жертва Тебе, о мой Истинный Гуру.
Ты разрешил все мои замешательства и сомнения.
Господин и Учитель Рамананды – Всепроникающий Господь Бог.
Слова этого Гуру шабада уничтожают карму миллионов прошлых действий.

Строки из «Манаса» Тулсидаса

ПЕРЕВОД: Д-Р РАМДАС ЛЭМБ

Зная, что Вселенная наполнена Ситой и Рамой,
Я соединяю ладони и кланяюсь им в глубоком почтении.

[Господь Рама восклицает:]
Хануман, он Мой преданный, который чист в мыслях
И видит Меня, своего Господина, во всём, что движется
и неподвижно!



Нарасимха Мехта. Гуджарат, ок. 1414-1481 гг.

Можете ли вы назвать поэта-святого, чьи гимны были нравственным компасом для таких провидцев, как Махатма Ганди? Это никто иной, как Нарасимха Мехта, поэт XV века из Гуджарата, также известный как Нарси Бхагат. Почитаемый как Ади Кави («первый поэт») языка гуджарати Нарасимха также считается признанным литературным деятелем и святым вайшнавом, чьи религиозные песни о Кришне широко исполняются в Гуджарате, Раджастхане и за их пределами.

Нарасимха родился в брахманской шиваитской семье в Таладже, Гуджарат. Легенда гласит, что он потерял своих родителей в раннем возрасте. Позже он женился, и у него родилось двое детей. Он жил со своей женой в доме брата в городе Джунагадх. История так повествует о его становлении в традиции вайшнавизма: Нарасимха был сильно увлечён пением *бхаджанов*, поэтому на заработки почти не оставалось времени. Из-за этого над ним часто подсмеивалась его невестка. В негодовании и поиске покоя Нарасимха принял убежище в лесу, где стал медитировать в заброшенном храме Шивы семь дней и ночей, обходясь без пищи и воды. Это принудило Шиву появиться и предложить ему блага. Нарасимха был так взволнован, что не мог придумать, о чём бы попросить Господа. Повинуясь внезапному импульсу, он попросил то, что было необычным даже для Самого Бога — показать ему вечную игру Кришны. Шива исполнил просьбу Мехты и привёл его во Вриндаван, в мир *раса лилы* Господа Кришны. Виденение Кришны и преданности *гопи* изменили Нарасимху, и он по милости Шивы преисполнился бхакти вайшнавизма.

Нарасимха Мехта сплотил общины шиваитов и вайшнавов своей приверженностью обоим традициям. Он также соединил сторонников *ниргуна* и *сагуна* форм поклонения Богу. Его стихи, написанные в жанре «пад», свидетельствуют о том, что он прекрасно разбирался не только в вайшнавской традиции, но и в философии Веданты и классической санскритской литературе и поэтики, *кавья*. В устной форме его песни превозносят *ниргуна бхакти* (преданность бесформенному Божеству), Шри Кришна *лилу* (божественную игру Кришны),

почитание Шивы и нравственные учения. Многие из них исполняются как ранние утренние гимны, *прабхаты*, или во время всеобщих песнопений *бхаджанов* в храмах Гуджарата. Некоторые стихи содержат откровения его жизни, включая различные чудеса и встречи с Божественным.

Нарасимха Мехта и Ганди

В собрании сочинений Махатмы Ганди, Нарасимха Мехта упоминается как один из святых, которых Ганди прославил в своих трудах, вместе с Тулсидасом, Сурдасом, Мирабаи и Кабиром. Нарасимха и Ганди оба были родом из Гуджарата и верили в эгалитарное общество. Подобно Ганди, Нарасимха общался с людьми из всех каст. Это возмутило и оттолкнуло от него его собственное сообщество, но не помешало ему жить идеалами, которые он проповедовал. Ганди родился в семье вайшнавов, и наступил такой момент в его жизни, когда *бхаджан* Нарасимхи «Вайшнава джана» задел глубоко его душу. Именно благодаря этой песне Ганди окончательно утвердился в вайшнавизме. Ганди говорил, что даже его христианские и мусульманские друзья любили эту песню, так как в ней пропагандировались основные этические принципы, выходящие за рамки какой-либо религиозной принадлежности.

Профессор Нилима Шукла-Бхатт обсуждает это в своей книге 2014 года: «Упоминание Нарасимхи в письмах Ганди указывает на то, что песни этого святого поэта составляли неотъемлемую часть его внутреннего мира, и что житие святого, в котором красной нитью проходит осознанный выбор бедности и сочувствие к угнетённым, послужили Ганди моделью для подражания и призывом к обществу. Ганди нашёл в творчестве Мехты важные ресурсы для поддержки своей социальной и политической идеологии. Он перенял термин *хариджан* («Божьи дети») из песни Нарасимхи в обращении к *далитам*, «неприкасаемым», в индуистском обществе, и неоднократно ссылался на святого в общественных дебатах о проблеме неприкасаемости в Гуджарате».

Вселенская Божественность: Нарасимха по милости Бога Шивы смог увидеть духовный план Шри Кришны и чистую преданность гопи. С того дня он пел о Кришне и о всеобъемлющей любви к Богу.

Универсальный гимн нравственности

Знаменитая песня Нарасимхи Мехты о нравственных ценностях начинается со слов «*вайшнава джана то тене кахийе*» («Только тот зовётся духовным человеком...»), в ней говорится о мире и благородных мыслях, словах и поступках (см. колонку справа), о добродетели истинно духовного человека, достойного подражания (в *бхаджане* он именуется «вайшнавом»). Эта песня, будучи любимой Ганди, вошла в сборник *бхаджанов* в его ашраме, несмотря на отсутствие в ней политического или патриотического контекста. Её пели на ежедневных молитвенных собраниях и важных общественных мероприятиях, таких как «Соляной марш» 1930 года. По сути, став во главе гандианского движения, она стала не только речью многих ораторов на гуджарати, но и объединила всех индийцев и человечество в целом. Её разучивают в детских лагерях Ганди и сегодня. Она

напоминает «Майтрим бхаджата» Шри Чандрасекхарендры Сарасвати из Канчи, санскритскую молитву, приносящую мир и гармонию во всём мире, составленную специально для Организации Объединённых Наций. Точно так же «Вайшнава джана» Нарасимхи Мехты является универсальным гимном нравственности, согревающим сердце каждого, кому не безразличны сострадание, сочувствие, честность и преданность.

Все лучшие певцы и музыканты Индии исполняли эту песню. Наиболее эмоционально и задумчиво это получилось у М. С. Суббалакшми и Латы Мангешкар («Вайшнава джана то тене кахийе» звучала в Дели во время приёма по случаю официального государственного визита российского президента В. В. Путина в Индию на встрече с Нарендрой Модии. — Прим. ред.). Традиция Нарасимхи Мехты набрала силу во многом благодаря вдохновенному использованию его песен и житийных историй Махатмой Ганди и продолжает развиваться, поскольку новые поколения придают его вечным стихам свои собственные новаторские смыслы и значения.

Вам известно?

Нарасимха Мехта Но Чоро в Джунагадхе, Гуджарат, это место, где поэт-святой и его последователи собирались для духовных бесед и пения *бхаджанов*. Считается, что Нарасимха получил свой первый *даршан* Господа Кришны в этом священном месте.

«Рупаятан», школа гуджаратского искусства и литературы в Джунагадхе, совместно с ассоциацией художников под названием «Гуджарати Кала Пратиштхан» утвердила творческий план документирования вдохновенных стихов Нарасимха Мехты инструментами изобразительного искусства.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ:

Прочтите книгу «Нарасимха Мехта из Гуджарата: наследие бхакти в песнях и рассказах» Нилима Шукла-Бхатты.

Наслаждайтесь популярными исполнениями «Вайшнава джана» на *YouTube*.

Смотрите биографический фильм о Нарасимха Мехте на хинди.



Пады Нарасимхи Мехты

ПЕРЕВОД: НИЛИМА ШУКЛА-БХАТТ

Только тот зовётся духовным человеком,
Кто чувствует чужую боль,
Кто помогает всегда другим,
И не позволяет гордыни войти в своё сердце.

Кто испытывает уважение ко всем в этом мире
И не говорит плохо ни о ком,
Тот, чья речь, поступки и мысли всегда чисты,
Благословенна, благословенна того мать!

Только тот зовётся духовным человеком,
Кто видит всех равными и отказался от желаний,
Кто смотрит на чужую жену как на мать,
Чей язык никогда не лжёт,

Кто не прикасается к чужому богатству
И не скован иллюзорными привязанностями,
Чья отрешённость непоколебима,
Чьё сердце погружено в имя Бога,
И все места паломничества находятся в его теле,

В ком нет места жадности и обману,
Кто свободен от гнева и вожделения.
Тот, кто увидит его, — говорит Нарси, —
Того семьдесят одно поколение освобождается!

Медитируйте на Него, созерцайте Его!
Господь в глазах ваших,
Единственное направление поиска — внутри.
Он будет виден в вашем теле, будет касаться вас любовью,
Это Его уникальная, несравненная, неуловимая форма.

С отрадой в сердце и разрушенной кармой
Земля будет выглядеть как леса Враджа.
Кришна будет забавляться там в прекрасных беседах,
И прелестные гопи будут наблюдать за Ним с радостью.



Хари во всём и всё в Хари.
Для того, кто знает Хари как свою Самость,
никаких других свидетельств не требуется,
знающий исчезает.

Равидас. Варанаси, ок. 1450-1520 гг.

Перенесёмся в Варанаси, один из главных религиозных центров Индии (также известный как Бенарес и Каши), на берега священной Ганги, в штат Уттар-Прадеш. Здесь, на рубеже XV-XVI веков, в южной деревушке Шри Говердханпур жил верующий кожевник (*чамар*) по имени Равидас. Он сочинял мощные, одухотворяющие молитвы-гимны на хинди, заняв достойное место в семье известнейших поэтов-бхактов Севера Индии. В своих произведениях Равидас упоминает святых поэтов Намдеву, Трилочану и Кабира, указывая на глубокую солидарность с ними.

Одной из отличительных особенностей религиозных сочинений того времени нередко было их обращение к низшим классам. Так, Равидас, иногда известный как Райдас, часто пел о своём положении сапожника, показывая тем, что нищенские средства к существованию никоим образом не являются препятствием для достижения Бога. Фактически, его профессия предлагала ему уникальную возможность превзойти социальные различия через *бхакти*. Он восклицает в одном из своих двустий: «О, высокорожденный сын Бенареса, я тоже хорошо известен, я – кожевник. Но предмет гордости моего сердца – Господь». Также как другой святой поэт из Варанаси Кабир, известный своей *ниргуна бхакти*, Равидас часто пел о преданности бесформенной Божественности и многими считался учеником святого Рамананды. *Ниргуна* буквально означает «лишённый качеств», что заставляет позицию *ниргуна бхакти* приписать жанру оксюморона. Ибо как можно проявлять чувство любви к чему-то или кому-то лишённому каких-либо качеств, индивидуальных отличий, да ещё и бесформенному? В этом и заключается гениальность Равидаса. В отличие от Мирабаи или Сурдаса, которые духовно обогатились за счёт любви и преданности личностному Богу, Равидас посвятил свою жизнь и любовь безличностному и бесформенному Божественному. Равидас использует имя «Рама», как синоним слова «Бог» или «Истина», и как цель,

над которой нужно размышлять, которую требуется созерцать и к которой необходимо стремиться.

Равидас – гуру Мирабаи

В конце XVII века Анантадас посвятил целый раздел в своей агиографии жизнеописанию Святого Равидаса, который назвал «Райдас парчай» («Отражение (или тень) Райдаса». – Прим. ред.). Здесь мы читаем о нескольких чудесных эпизодах, свидетельствующих о чистоте преданности Равидаса. Кроме того, мы находим историю встречи Равидаса с царицей раджпутов Джали из Читтора, которой предположительно была Мирабаи, культовая фигура, святая поэтесса из Раджастхана (согласно Равидасу). Анантадас описывает поиски гуру царицей Джали и то, как она отправилась к Равидасу в Варанаси за духовным руководством. Он пишет, что царица при встрече поклонилась и коснулась лбом его стоп. Впоследствии она получила от него посвящение. Есть также упоминание о брахманах, которые категорически возражали против этого посвящения, но препятствовать ему не стали. Затем Джали вернулась в свой дворец, пожертвовав деньги на храм Равидаса, которые святой использовал, чтобы накормить бедных. Есть также упоминание о том, что царица послала Равидасу письмо с приглашением посетить Читтор. Получив благословение «своего старшего брата» Кабира, Равидас отправляется в дорогу. Этот эпизод в агиографии Анантадаса – главная причина распространения мнения, согласно которому Равидас может считаться гуру Мирабаи.

Равидас в Дадупатхе

Несколько стихов Равидаса включены в священные писания дадупатхов, вайшнавской секты со штаб-квартирой в Раджастхане. Последователи Даду считают Равидаса одним из четырёх великих *бхактов*, учение которого почитают наравне с учением их гуру, Даду Даяла. Легенда гласит, что Равидас встретил Нанака, основателя и первого гуру

Оды Вездесущности: Равидас дал Богу имя Рам, но позже устранил пределы этой персонификации в своих стихах. Здесь, в пустыне, он пишет свои стихи, в которых говорит о сахадже, единстве Единого и множества.

сикхской традиции, в *гуру багхе*, «Саду гуру», в Варанаси. С философской точки зрения Равидас, Даду Дайал и Гуру Нанак имеют духовную близость со святым поэтом Кабиром (ок. 1398-1448) и его учением. Во всяком случае, все трое причисляли себя к духовной традиции Кабира. Сочинения всех четырёх этих святых имеют общие темы, такие как оспаривание кастовых различий и авторитета организованной религии. Вдохновлённые аскетическими практиками *йогов-натхов*, каждый из них отвергал внешние формы поклонения и поощрял обращение внутрь себя в поисках Бога и искреннюю любовь к Богу. Со временем харизматичные гимны Равидаса приобрели такую силу, что были включены в различные индуистские и сикхские писания. Большая часть его поэзии составила антологию сикхского священного писания – «Ади Грантх».

Традиция Равидаса сегодня

В 2001 году индийское правительство выпустило марку в честь годовщины со дня рождения Равидаса. Будучи гуру для многих, святой продолжает привлекать тысячи последователей из Пенджаба, Харьяны, Раджастхана, Махараштры, Мадхья-Прадеша и Уттар-Прадеша, которые ежегодно посещают «Сант Равидас Джанам Аштан Мандир», чтобы вознести молитвы в годовщину его рождения. Премьер-министр Индии Нарендра Моди и президент Рам Натх Ковинд посетили его с визитом в феврале 2019 года.

Равидас вдохновляет индийскую молодежь и по сей день. Например, молодежный клуб Святого Широмаи Равидаса в Ахмедабаде, штат Гуджарат, организует мероприятия по пропаганде философии святого поэта, а также философии доктора Амбедкара и оказывает финансовую и иную помощь нуждающейся молодёжи, так, как это, возможно, сделал бы сам обнищавший поэт.

А вы знали об этом?

Многочисленные храмы, религиозные организации и учебные заведения по всему миру черпают вдохновение в жизни и творчестве Равидаса. Многие лидеры общин в Северной Индии принимают его философию помощи другим в их служении своей общине.

Серия комиксов «Амар читра катха» была выпущена в 1960-х годах с целью обучения индийских детей их богатому культурному наследию. В них вошли легендарные истории знаменитых североиндийских святых, включая Равидаса, Сурдаса, Тулсидаса, Кабира и Мирабаи. Эти прекрасно иллюстрированные книжечки часто были первым знакомством ребёнка со святыми, чьи стихи они могли бы изучать в рамках своей школьной программы. Комиксы по-прежнему широко доступны на Amazon и в других местах.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ:

Посетите «Сант Равидас Джанам Аштан Мандир» в Говердханпуре, Варанаси, Индия.

Послушайте знаменитый бхаджан Равидаса «Прахуджи тум чандан хум пани» на YouTube.



Стихи Равидаса из «Ади Грантх»

ПЕРЕВОД: ДЖОН СТРАТТОН ХОУЛИ И МАРК ЮРГЕНСМЕЙЕР

Семья, в которой есть истинный почитатель Господа,
Не различается более по касте и достатку.
Мир узнаёт тебя по твоему аромату.
Священник ты или торговец, рабочий или воин,
Полукровка, изгой или заботишься о кремационном огне –
Сердца у всех одинаковы.
Тот, кто обретает чистоту благодаря любви Господа,
Возвышает и себя, и свою семью.
Спасибо его деревне, спасибо его дому,
Спасибо его благородной семье, всем и каждому,
Ибо он опьянён эссенцией жизни
И выплеснул все яды.
Никто не сравнится с чистым и преданным человеком –
Ни священники, ни герои, ни цари под зонтами.
Как лист лотоса не затрагивается водой, – говорит Равидас, –
Так и он расцветает над миром своего рождения.

День, когда это приходит, уйдёт;
Что бы ты ни делал, ничто не останется навечно.
Все идут, и я иду;
Идти долго, и смерть притаилась за углом.
Как, ты спишь?! Проснись, глупец!
Пробудись к миру, который ты принял за правду.
Тот, кто дал тебе жизнь, ежедневно кормит и одевает тебя;
Внутри каждого человека он управляет этим магазином.
Поэтому продолжай молиться, оставь «меня» и «моё»;
Пришло время взрастить имя, которое в сердце.
Жизнь ускользает. Никого не осталось на пути,
Со всех сторон сгущается тьма.
Безумец, это всего лишь дом обмана, – говорит Равидас, –
Не обращай внимания на этот мир.



Сурдас. Брадж, ок. 1478-1584 гг.

«Какой поэт, слушая стихи Сурдаса, не будет кивать головой от удовольствия?» – спрашивает святой Набхадас XVI века в «Шри Бхактамале» («Гирлянде святых бхактов». – Прим. ред.), одной из древнейших индийских народных агиографий. Это перевод ученого-бхакты Джона Стрэттона Хоули первой строки главы, посвящённой Сурдасу, в которой выражается признательность поэтическому дарованию святого, имеющему бесчисленное количество почитателей во всём мире.

Сурдас стал оплотом семьи североиндийских святых *бхактов*. Он сочинял на брадж бхаше в манере поэтов, почитавших личностную форму Божества (*сагуна*). Господь для него открылся в образе Шри Кришны, восьмого *аватара* Вишну. Сурдас писал также о Господе Раме и Сите, часто обращался в своём творчестве к Хари, но наиболее прославился он всё же своими песнями, посвящёнными лилам Господа Кришны.

Сурдаса помнят как слепого святого поэта из Браджа (Враджа), где Господь Кришна провёл своё детство. Существует много мнений на счёт слепоты Сура, начиная от врождённого дефекта до метафорической слепоты. Упоминается также легенда, согласно которой Сурдас сам попросил Кришну лишить его зрения, после того как он имел счастье увидеть Господа. Преданные считают его слепоту преимуществом, поскольку в этом случае мирские отвращения более не застят духовное зрение. Поэт-песенник, он был хорошо известен уже в своё время. История свидетельствует, что его приглашали сочинять для императора Великих Моголов Акбара, который восхищался его поэзией. Набхадас, в своей агиографии начала 1600-х годов, посвятил несколько строк, восхваляющих несравненную лирическую лёгкость Сурдаса в передаче глубины преданности. С тех пор Сурдас является одним из известнейших вайшнавских поэтов, почитаемый как верующими, так и учёными.

Сурдас также самый известный из *аштачхапов*, «восьми печатей» или «союза восьми» (восемь святых поэтов, ставящих в конце своего стихотворения, *пады*, «автограф», «чхап», в виде слов автора. – Прим. ред.) или восьми великих учеников Валлабха *сампрадаи*, также известной как «Пуштимарга». Основанное вайшнавским философом-теологом Валлабхачарьей (ок. 1475–1530 гг.), это религиозное

сообщество следует путём *шуддха адвайты*, чистого недualiзма, в центре которого стоит поклонение Кришне. Один из внуков Валлабхачарьи, Гокулнатх, составил сборник «Чаураси вайшнаван ки варта» («Восемьдесят четыре вайшнава») в XVII веке, в котором Сурдас отображён как главный учитель традиции, а Валлабхачарья – его духовный наставник.

Океан поэзии Сурдаса

Массивный поэтический сборник «Сурсагар» («Океан [поэзии] Сура») содержит многочисленные эпизоды из десятой песни санскритской *Бхагавата пураны* на литературном диалекте брадж бхаша. В нём описываются детство и юность Кришны. Согласно Валлабха *сампрадае*, Сурдас написал 125 000 стихов, некоторые из которых находятся в «Сурсагаре», а другие были потеряны с течением времени. Историки датируют самую раннюю рукопись Сура, хранящуюся в Фатехпуре, Раджастан, и состоящую из 239 стихов, 1582 годом. К 1640 году собрание стихов Сура было названо «Сурсагар» и содержало 795 стихов. Это число неуклонно росло в более поздних рукописях: в «Сурсагаре» XIX века стихов насчитывалось уже почти десять тысяч. Учёные полагают, что многие поэты на протяжении веков перенимали стиль Сурдаса и сочиняли стихи, подписываясь от его имени (финальные строки в *паде*, следуя стилю, заканчивали его «автографом-печатью», *чхап*. – Прим. ред.). Некоторые стихи в «Сурсагаре» посвящены ему, другие просто воплощают его вдохновляющую преданность. Таким образом, авторство стихов «Сурсагары» простирается далеко за рамки жизни Сурдаса, и сборник давно стал коллективным творчеством в жанре поэта-бхакты. Как верующие, мы можем спросить себя: если стихотворение вызывает чувство *бхакти* в наших сердцах и умах, насколько действительно важен штамп научного одобрения в отношении авторства того или иного произведения святого поэта?

Излюбленные темы Сурдаса

Стихи Сурдаса преимущественно лирические, изобилуют визуальными деталями, описывающими божественные деяния-лилы,

Святой поэт бхакти. Сурдас, перебирая струны вины одной рукой, жестом другой – предлагает свои поэтические произведения Шри Кришне, играющему на флейте.

добродетели и форму любимого Кришны часто так, как это делает *Бхагавата пурана* – используя такие эпитеты Господа, как «тёмный» или «наслаждение Нанды». Это не просто художественные описания, а переводы традиционно используемых обращений к Кришне в священных писаниях.

Типичные для поэзии *бхакти* стихи Сурдаса подчеркивают личный опыт и эмоциональную вовлеченность в таких отношениях, как привязанность матери (*ватсалья бхава*) к младенцу Кришне, или сладостные (букв. «медовые») эмоции влюблённых (*мадхурья бхава*). Этот язык часто демонстрирует *вираха ведану*, тоску и муки разлуки с любимым Хари. Сурдас занимает позицию почитателя, будь то мужчина или женщина, а порой – Самого Господа Кришны. *Гопи* (женщины-пастушки), конечной целью которых является духовное единение с Кришной, олицетворяют собой *вираху*.

Сурдас также известен как автор «Бхрамара гиты», «Песен пчеле», вошедшей в сборник «Сурсагара», поэмы *вирахи*, которую *гопи* Браджа поют посланнику Кришны Уддхаве (олицетворяющему собой чёрную пчелу/шмеля. – Прим. ред.). В то время как Уддхава утешает их и философски рассуждает о том, что Кришна существует в них самих как Высшее Начало (*ниргуна*), *гопи* в ответ восхваляют величие преданности Господу Кришне в Его личностной форме. Неудивительно, что главной темой Сурдаса стало смиренное моление, молитвенные песнопения, *винаи* («Винаи» – раздел первой главы «Сурсагары». – Прим. ред.), демонстрирующие плач и стенания преданного из-за того, что Господь оставил его или проигнорировал. Поэзия Сура продолжает жить и сегодня, когда артисты и верующие читают и поют его произведения в храмах, домах и концертных залах по всему миру.

А вы знали об этом?

Как и Мирабаи, Сурдас является, поистине, всеиндийским поэтом-святым. Хотя он из региона Брадж, его возвышенные сочинения, посвящённые Кришне и вдохновляющая история жизни, известны в каждом индийском штате. Общины вайшнавов во всём мире обожают его поэзию, наполненную *бхакти*.

Кришна *лилы*, или божественные игры, красочно описаны в «Шри-мад Бхагаватам», стихи Сурдаса чувственно и талантливо отразили каждый эпизод этого индуистского священного писания. Подобное удалось повторить другому знаменитому *бхакте* Индии – тамильскому поэту XVIII века Уттуккаду Венкате Кави.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ:

Прочтите монографию д-ра Х. Шармы «Сур и его поэзия», изд. 3. Алигарх, 1963 (на языке хинди).

Прочтите книгу Джона Страттона Хоули «Сурдас: поэт, певец, святой» (на английском языке).

Прочтите книгу Н. М. Сазановой «Океан поэзии Сур Даса», Москва, 1973, изд. Московского Университета.

Послушайте *бхаджан* певца Анупа Джалоты «Мэйн нахим макхан хайо» на *YouTube*.

Смотрите иллюстрации к «Сурсагара» онлайн и в музеях по всему миру.



Стихи Сурдаса

ПЕРЕВОД: ДЖОН СТРАТТОН ХОУЛИ

«Бхрамара гита», рукопись 1582 года из Фатехпура (*гопи* поют посланнику Кришны Уддхаве)

Увидев лицо Хари, мы широко раскрываем глаза.
Забыв моргать, наши зрачки обнажены, как те,
Что одеты в небеса.
Они сбрили свои брахманские косы традиции,
Сожгли священную нить благородства
И оставили покрыва – свои дома;
Чтобы бродить обнажёнными днём и ночью по лесам и дорогам
В простом сосредоточении – умерев для мира.
Красота заставляет их давать обеты,
Что глаза их никогда не моргнут,
И все, кто попытаются помешать им –
Мужья, братья или отцы – потерпят неудачу.
Итак, Уддхав, хотя слова твои трогают наши сердца,
И мы понимаем их до конца,
Что же нам делать? – спрашивает Сур, – наши глаза замерли.
Они отвергают слова, что мы говорим.

С тех пор, как твоё имя вошло в ухо Хари,
Оно звучит как «Радхе, Радхе» – бесконечная мантра,
Повторяемая на бусинах священной нити.
Ночи напролёт он сидит у Ямуны, в роще,
Вдали от своих друзей, своего счастья и дома.
Он тоскует по тебе. Он превратился в йогина:
Постоянно бодрствует, независимо от времени суток.
Иногда он расстилает ложе из нежных листьев,
Иногда он прославляет тебя в стихах,
Иногда он обещает молчать, закрывает глаза
И размышляет о доставляющем счастье образе:
Его глаза – призыв, его сердце – жертва,
Его слова – пища, для жрецов,
Ухаживающих за огнём.
Также и всё тело Шьямы когда-то было истощено.
Позволь ему увидеть Тебя, – говорит Сур. –
Исполни его желание.



Даршан гуру: одетый в аскетическую одежду и сидящий в блаженстве рядом с обителью учителя, Даду Даял получает благословение от своего гуру, которое приводит его к небывалой преданности.

.....

тела остались только цветы, которые они и предложили кремационному огню. Это место видения называется Шри Даду Палкан. Здесь религиозная община Даду предлагает паломникам бесплатное проживание, а также утренний и вечерний *прасад*.

Даду Двара в Нараяне, главный центр поклонения *дадупатхов*, является сегодня священным местом аскетизма, а также образовательным центром и центром религиозного дискурса. Нараяна стал домом для многих последователей Даду.

Дадупатх

Секта, основанная Даду, и по сей день остается живым духовным сообществом. Она состоит из монахов и монахинь, а также последователей-домохозяев. Все они воздерживаются от алкоголя и являются вегетарианцами, что соответствует аскетическому характеру традиции. Штаб-квартира секты *дадупатхов* находится в Раджастхане, где она была образована, здесь хранятся священные писания, послужившие основным источником ранних стихов Даду и других североиндийских святых, таких как Равидас. Согласно традиции, у Даду было 100 учеников, достигших *самадхи*. Он поручил 52 ученикам построить ашрамы, известные как *тамбы*, из которых пять самых священных находятся в городах Нараяна, Бхайрана, Самбхар, Амер и Карадала (Кальянпур). Это места паломничества преданных из Пенджаба, Химачал-Прадеша, Дели, Уттар-Прадеша, Мадхья-Прадеша, Гуджарата, Махараштры и других частей Индии. *Парампара* жива благодаря преемственности *ачарьев*, которые продолжают видеть Даду Даяла как духовного наставника и поклоняются своему Сострадательному Брату с величайшей любовью.

рактору традиции. Штаб-квартира секты *дадупатхов* находится в Раджастхане, где она была образована, здесь хранятся священные писания, послужившие основным источником ранних стихов Даду и других североиндийских святых, таких как Равидас. Согласно традиции, у Даду было 100 учеников, достигших *самадхи*. Он поручил 52 ученикам построить ашрамы, известные как *тамбы*, из которых пять самых священных находятся в городах Нараяна, Бхайрана, Самбхар, Амер и Карадала (Кальянпур). Это места паломничества преданных из Пенджаба, Химачал-Прадеша, Дели, Уттар-Прадеша, Мадхья-Прадеша, Гуджарата, Махараштры и других частей Индии. *Парампара* жива благодаря преемственности *ачарьев*, которые продолжают видеть Даду Даяла как духовного наставника и поклоняются своему Сострадательному Брату с величайшей любовью.

Мнение Раджеша Ананды, Сингапур

Только с преданностью Богу и гуру мы можем преодолеть майю и достичь божественного царства там, где более нет рождения, смерти, болезни, старости и прочих страданий. Это состояние полного блаженства. Оно может быть достигнуто только в человеческой форме. *Бхагавад Гита* и другие писания индуизма недвусмысленно утверждают это. Святой поэт Даду Даял говорит в своей поэзии то же самое: «Человеческая форма, которая редка, не может [легко] обретаться снова и снова; это человеческое рождение – бесценный дар благодаря милости Бога».

А вы знали об этом?

Даду Даял питал такое большое уважение к Кабиру, что его последователи сохранили поэзию Кабира в своих сборниках. Поэтому священные писания Дадупатха являются также кладом произведений святого поэта XV века.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ:

Проведите день в храме Шри Даду Двара в Джайпуре, Раджастхан

Слушайте бхаджаны Даду Даяла на *YouTube*.

Читайте книги и очерки о Даду Даяле М. Винанда Каллеварта.



Пады Даду Даяла

ПЕРЕВОД: АВТОР НЕИЗВЕСТЕН

У Творца много имён,
Выбери то, которое придёт на ум.
Так практикуют памятование о Нём все святые.
Господу, наделившему нас душой,
Поклоняются в своём сердце.
Поклоняйся Ему под этим именем,
Это лучше всего подходит сейчас.

Там, где Рама – там нет меня, там, где я – там нет Рамы.
Этот храм хрупок, в нём нет места для двоих.
Покуда есть я, будет и другой,
Когда я уничтожено, нет и другого.
Когда меня нет, есть только Один,
Когда я высываюсь, нас двое.
Когда завеса «Я» снята,
Тогда Единое становится таким, каким Оно есть.

Часто ли я испытываю такие муки разлуки с моим Любимым,
Что могу умереть, если не увижу Его?
О Господь, выслушай рассказ о моих страданиях;
Мне не по себе без моего Любимого.
В своём стремлении к Нему
Я сочиняю песни дни и ночи напролёт
И изливаю свои горести, как соловей.
Кто приведёт меня к моему Любимому,
Кто покажет мне к Нему дорогу и утешит моё сердце?
Даду говорит: о Господь, позволь мне увидеть Твоё лицо
Хоть на мгновение, и будь благословен!

Даду Даял. Раджастхан, ок. 1544-1603 гг.

Даду Дайал – одарённый поэт, родиной которому стал Ахмедабад, штат Гуджарат, а большая часть жизни прошла в Раджастхане, объявленный этими двумя индийскими штатами «духовным маяком», ласково назывался «сострадательный (даял) брат (даду)» и привлекал внимание своим несектантским учением как индуистов, так и мусульман.

Некоторые говорят, что Даду был приёмным сыном богатого купца из Ахмедабада по имени Лодхирам, который нашёл его ребёнком, плывущим по реке Сабармати в 1545 году. В младенчестве Даду был благословлён мудрецом по имени Вриддхананда, известным также как Баба Буддха, которого сегодня последователи Даду почитают как Самого Бога. Получив божественное наставление от Бабы, Даду начал поклоняться Безличному Абсолютному Брахману.

По профессии Даду был хлопковым чесальщиком (*дохуня* или *пинджари*), имел семью и четырёх детей, и принадлежал традиции святых Рамананды и Кабира. Позднее он оставил семейную жизнь и стал религиозным бродягой, окончательно обосновавшись в Раджастхане. Там он собрал большое число последователей, что ознаменовало образование секты под названием «Дадупатх», «Путь Даду». По некоторым сведениям, он однажды встретил императора великих моголов Акбара в знаменитом городе Фатехпур-Сикри.

Поэзия ниргуна

Секта Даду почитает Божественное как бесформенное (*ниргуна*), непятнанное Бытие-Сознание-Блаженство (*сам-чит-ананда*). Исторически сложилось, что традиция *ниргуна* процветала в нескольких частях Северной Индии, особенно в Пенджабе. Эта разновидность *бхакти* проповедует почитание невыразимого Бесформенного Абсолюта. Как и святой поэт XV века Кабир, Даду Дайал был известен своими сочинениями, посвящёнными *ниргуна*-Божеству. Его «Даду анубхав вани»

представляет собой сборник из 5000 стихов (*падов*), авторство которых документально подтверждено его учеником Раджабом, и затрагивает такие темы, как истина, добродетель и вера. Сочинённые на диалекте брадж бхаша, они воспевают спонтанное блаженство (*сахаджа*). Темы поэзии Даду перекликаются с темами стихов Кабира, а также с мотивами, использовавшимися ранними сахаджийскими буддистами и йогами-натхами. В одной *дохе*, которая называется «Кая махай рати дина», Даду пел: «Дыхание – это однострунный музыкальный инструмент, звук которого постоянно возникает и стихает в теле человека. Когда я обрёл верховного гуру, он заставил меня стать единым с этим изначальным звуком Бога внутри».

Равенство всех было основой учения Даду. Он проповедовал, что преданность Богу должна выходить за рамки религиозной или сектантской принадлежности, что преданные должны стать *нипахлами* (соблюдающими духовный «нейтралитет». – Прим. ред.) Он пропагандировал *джану* (повторение имён Бога) как инструмент для обращения внутрь в поисках Бога, и подчёркивал центральную роль гуру, источника божественной власти, который может привести стремящегося к Богу. Последователи Даду также почитают других святых вместе с их гуру, включая Кабира, Намдева, Равидаса и Харидаса, чьи стихи заметно выделяются в священном писании *дадупатхов* «Панчавани».

Махасамадхи

Последний этап своей аскетической жизни Даду провел в Нараяне, близ Джайпура в Раджастхане, где он достиг *махасамадхи* в 1603 году в возрасте 59 лет. Впоследствии его тело было перевезено в паланкине из Нараяны в Бхайрану, где, согласно популярной легенде, во время траурного шествия ученик Тила увидел его стоящим у входа в пещеру на вершине холма, откуда Даду воскликнул «Сатъя Рам!» и исчез в пещере. *Дадупатхи* свидетельствуют, что в паланкине на месте



Тулсидас. Варанаси, ок. 1543-1623 гг.

В произведении «Хануман чалиса» поэт и святой Тулсидас ищет милости Господа Рамы, Ситы, Лакшманы и Ханумана, страстно прося их вечно пребывать в его сердце. Эта поэма, широко известное сорокостиие, сегодня помнится и читается верующими по всему миру. Хануман помогает не только людям, пребывающим в нужде, он настолько могуществен, что даже боги охотно принимают его преданное служение! Тулсидас восхваляет его в своём произведении, центральной темой которого является доблестное и преданное служение Ханумана своему возлюбленному Раме. Так же, как Хануман, поэт и святой Тулсидас посвятил свою жизнь Шри Рама *бхакти*; в его случае служение – это создание восхитительных литературных шедевров, посвящённых Господу Раме и Хануману.

Госвами Тулсидас – один из самых известных индуистских святых поэтов-*бхактов*. Он жил в Варанаси в XVI веке во времена правления могольских императоров Акбара и Джахангира. Он был знатоком санскрита и приверженцем Рама-намы (повторения имени Господа Рамы). Тулсидас сочинил множество религиозных гимнов, в их числе – «Санкат мочан» («Устраняющий печали», прославляющий Ханумана) и «Виная патрика» («Письмо смиренной просьбы» к Раме). Самая выдающаяся его работа – «Шри Рамчаритманас», эпическое произведение по мотивам *Рамаяны*, созданное на восточном диалекте хинди, авадхи. Истории из жизни Тулсидаса повествуют о его взаимодействии с родственными ему по вере святыми поэтами Сурдасом и Мирабаи.

Путь от грихастхи к бхакту

Действие одного эпизода из агиографии Приядаса начала XVIII века «Бхактираса бодhini» разворачивается вокруг превращения Тулсидаса из *грихастхи* (семьянина) в *бхакту* (почитателя). Рамбола и Ратнавали – имена, которые обычно приписывают Тулсидасу и его жене. Рамбола обожал Ратнавали. Однажды, вернувшись из поездки и

поняв, что Ратнавали ушла в дом своих родителей (распространённый обычай для молодых жён), он помчался туда, чтобы увидеться с ней. В серии комиксов «Амар читра катха» его изображают, использующего труп вместо плота, чтобы пересечь реку, или по ошибке взявшего змею вместо верёвки, чтобы вскарабкаться к её окну. И как только они оказались лицом к лицу, Ратнавали была настолько ошеломлена его крайней привязанностью к ней, что решила напомнить ему о непостоянстве земной любви. Она объяснила, что в то время, как тело из костей, покрытых кожей, является временным пристанищем, любовь Рамы живёт вечно. Потрясённый до глубины души этой мудростью Рамбола встал на путь к Истине. Он покинул свою молодую жену и посвятил свою жизнь Богу. Годы спустя, живя жизнью *бхакты*, постоянно жаждущего видения Господа Рамы, он составил «Рамчаритманасу» уже как Святой Тулсидас.

О шедевре «Шри Рамчаритманас»

Одно из величайших сокровищ Индии, *Рамаяна*, была составлена на санскрите мудрецом Вальмики по предположениям историков с V по IV века до н. э. Этот величественный эпос, повествующий о жизни божественного царя Рамы, с течением времени стал творческой площадкой для многих художников. Появились его разнообразные текстовые версии и пересказы, классические и народные музыкальные произведения, храмовые ритуалы и рецитации, театральные постановки и *правачаны* (дискурсы), в которых разбирались философские аспекты *дхармичного* пути, преподанного Рамой. Сюда можно добавить обилие предметов изобразительного искусства, архитектуры, скульптуры и популярных медийных проектов, на создание которых вдохновила *Рамаяна*.

Согласно ученому А.К. Рамануджану, *Рамаяна* переведена на множество языков Южной и Юго-Восточной Азии: балийский, бенгальский, камбоджийский, китайский, гуджарати, яванский, каннада, кашмири, лаосский, малайский, маратхи, ория, пракрит, сингальский,

Хануман-бхакти: Тулсидас предлагает своё произведение «Хануман чалису», летящему Хануману, несущему на своей руке гору Дронагири вместе с целебной травой Сандживани, спасшей жизнь Лакшмани. На заднем плане – храм Ханумана санкат мочана («устраняющий печали»), который Тулсидас основал в Варанаси.

тамильский, телугу, тайский, тибетский, а также упоминается в джайнских и буддийских текстах. Только на санскрите существует более 25 версий эпоса в различных жанрах. Имея одну центральную сюжетную линию, мы можем наслаждаться разнообразием видения различных художников, различных аудиторий.

Тулсидас перенёс этот эпос о Раме на язык хинди. Невозможно говорить о жизни Тулсидаса, не погрузившись в его внушающий благоговение Манас (духовное озеро). «Шри Рамчаритманас» (дословно переводится как «духовное озеро деяний Рамы») – версия *Рамаяны*, написанная на хинди, повествующая о жизни и великих деяниях Господа Рамы, составленная Тулсидасом с позиции *бхакти* во второй половине XVI века. Как предполагают ученые, на эту работу оказала существенное влияние тамильская версия *Рамаяны* – произведение «Рамаватарам», написанное Камбаром в XII веке.

Занимательная особенность «Рамчаритманаса» Тулсидаса – глубокое почтение, которое Шива (господствующее Божество Варанаси) и Рама испытывают друг к другу. Тогда как Господь Шива восхваляет величие Господа Рамы, сам Рама поклоняется Господу Шиве. В других поэтических произведениях Тулсидас также превозносит Раму и Шиву, приравнивая величайшую мантру Шивы «Намахшивая», к имени Рамы. Таким образом, святой Тулсидас служил мостом между двумя основными направлениями индуизма.

Благодаря своей эпической поэме Тулсидас сделал историю Господа Рамы доступной на авадхи. В те времена не было принято составлять такие произведения на местных диалектах. Несмотря на то, что многие сомневались в целесообразности такого решения, Тулсидас тем самым безгранично расширил охват эпоса. Это можно сравнить с тем, что в XXI веке религиозные тексты стали доступны в многочисленных переводах и транслитерациях, что позволило искателям по всему миру задуматься о духовной мудрости Индии независимо от языка, на котором они говорят.

Благодаря своей эпической поэме Тулсидас сделал историю Господа Рамы доступной на авадхи. В те времена не было принято составлять такие произведения на местных диалектах. Несмотря на то, что многие сомневались в целесообразности такого решения, Тулсидас тем самым безгранично расширил охват эпоса. Это можно сравнить с тем, что в XXI веке религиозные тексты стали доступны в многочисленных переводах и транслитерациях, что позволило искателям по всему миру задуматься о духовной мудрости Индии независимо от языка, на котором они говорят.

А вы знали об этом?

Во время фестиваля Дашехра в Рамнагаре, Варанаси, каждый вечер в течение 31 дня читается вся «Рамчаритманаса», это действие называется «Рамнагара Рамлила». Каждый эпизод разыгрывается в различных частях города. Рамлила (божественные игры Господа Рамы) – это духовное и визуальное наслаждение для всех присутствующих, которые слушают и наблюдают историю Рамы.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ:

Посетите Тулси *гхат*, а также храм Ханумана санкат мочана и Тулси манас мандир в Варанаси.

Прочтите книгу Филиппа Лутгендорфа «Ожившее писание: исполнение Рамчаритманаса Тулсидаса».

Слушайте «Хануман чалису» на *YouTube*.



Стихи из поэмы «Виная патрика»

ПЕРЕВОД: ДЖОН СТРАТТОН ХОУЛИ И МАРК ЮРГЕНСМЕЙЕР

Имя правителя Рамы – думай о нём с любовью.
Оно – пропитание для тех, кто странствует с пустыми руками,
И друг для тех, кто путешествует один.
Оно – благо для не знавших благословения,
Кроткий нрав для тех, кто не владеет собой,
Покровитель для бедных,
Благодетель для нуждающихся.
Оно – большая семья для тех, у кого её нет,
Так говорят, и Священные Писания подтверждают это.
Имя Рамы – руки и ноги для калек, глаза – для слепых,
Оно – родители для обездоленных, твёрдая почва под ногами,
Мост через океан бытия и причина всех радостей.
Имя Рамы не имеет равных,
Оно – спасение упавшим.
Мысль о нём делает плодородной землю
На бесплодных полях Тулси.

Тот, кто смотрит на Ханумана,
Слово того твёрдо,
Как линия огранки алмазной.

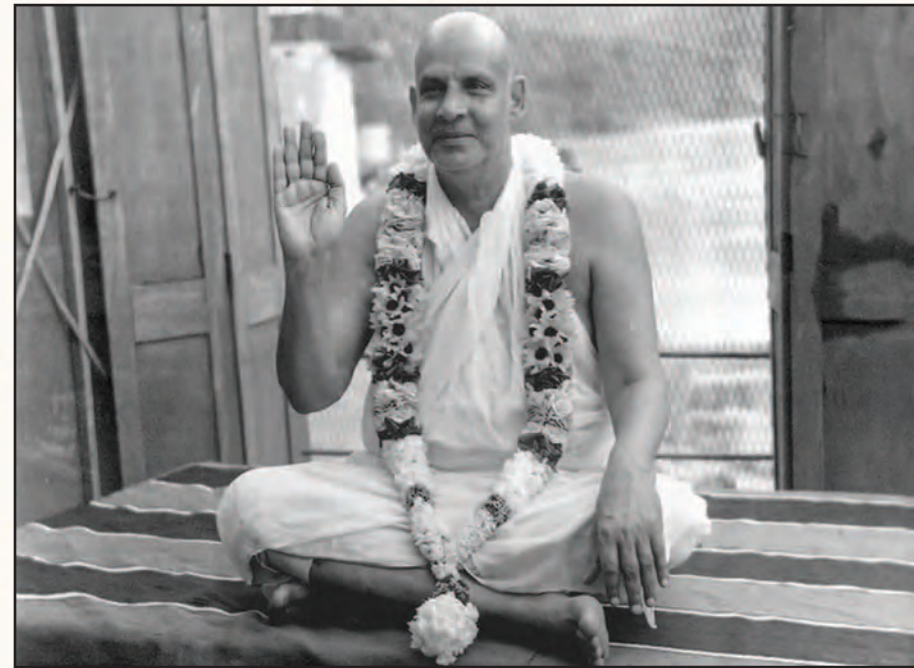
Он делает невозможное возможным,
А возможное невозможным –
Никого другого так не превозносят.
Кто думает о Нём, этой сокровищнице радостей,
Освобождается от невзгод и забот.

Ему благоволят Шива и Парвати,
Лакшман, Рама и Сита и Тулси;
Милостивый взгляд этой обезьяны –
Рудник, полный удачи, её месторождение.

Идол – не пустые мечты скульптора, а живой источник, пленяющий сердца преданных и уносящий их в чистом потоке любви к Богу.

ФИЛОСОФИЯ ИДОЛОПОКЛОНСТВА

На фото: Буддха Нилакантха, Синегорлый Вишну-Нараяна, возлежащий на Змее Ананта-Шеше в йога нидре, VII в., близ Катманду.



С. ШИВАНАНДА

Все люди являются идолопоклонниками: картины, скульптуры или любые другие изображения, образы и символы Божественного являются различными формами, пратимидами (идолами), Единого Бога.

Поклонение

Поклонение – усилие со стороны *упасак* (преданного, того, кто совершает *упасану* или поклоняется, чтобы достигнуть близости или присутствия Бога, Высшей Самости). *Упасана* (служба, поклонение, медитация) буквально означает «сидящий около» Бога. *Упасана* приближает нас к выбранному идеалу или объекту (цели) поклонения, благодаря постоянной медитации (размышлению) в соответствии с учением *шастр* и предписаниям гуру. Этот процесс подобен *тайла-дхаравате*, непрерывной нити масла, льющейся из одного сосуда в другой.

Только тогда, когда физические и ментальные методы совершенствования рассматриваются неотрывно от практики поклонения, соблюдения обрядов, ученик, или *джиджнясу* (букв. «желающий знания»), делает заметные шаги вперёд в сфере духовного и в результате осознаёт присутствие Божественного в своём сердце.

Польза упасаны

Упасана даёт возможность приверженцу быть около Бога или общаться с Ним. Это очищает сердце и стабилизирует ум, наполняя его *шуддха бхавой* и *премой* (чистой и возвышенной любовью к Богу), постепенно преобразовывая человека в божественную личность. *Упасана* изменяет сущность ума, уничтожает *раджас* и *тамас* и наполняет его *саттвой* (чистотой). *Упасана* уничтожает *васаны*, *тришны*, эгоизм, вожделение, ненависть, гнев и т. п., обращает ум внутрь и стимулирует *антармукха вритти*, ставит приверженца лицом к лицу с Богом и, в

результате, освобождает его от бесконечного цикла (колеса) рождений и смертей, одаривая бессмертием и свободой.

Ум становится тем, о чём размышляет, по аналогии с гусеницей и бабочкой («*бхрамаракши́та ньяя*»). О чём вы думаете, тем вы и становитесь. Это – неизменный психологический закон, таинственная и непостижимая сила (*ачхитья шакти*) *упасаны*, превращающая медитатора (того, кто медитирует) в объект его медитации (здесь и далее употребляется часто встречающееся в современной англоязычной «духовной литературе» клише «медитировать на/над», которое по смыслу следует понимать как субститут санскритского «дхарана», концентрации. Между тем, согласно «Куларнаватантре» [9.3], *дхьяна* (медитация) может быть двух видов: грубая – с объектом и тонкая – без объекта медитации. Высшей медитацией названо – безмыслие. – Прим. пер.).

Так, в «Гите» сказано (XI. 54): «Всецело предавшиеся Мне души способны подлинно познать Меня, увидеть Меня и вступить в Мои божественные игры, о Парантапа (Арджуна)!» В своих «Йога-сутрах» Патанджали не раз подчёркивает всю важность *упасаны*. Необходимость в личном *Иштадэвате* или Божестве, *Йогешваре* (Владыке, Покровителе йоги), как Кришна или Господь Шива, предписывается даже для *раджа йогин*ов. Предайтесь Богу, который есть тело (*анга*) *раджа-ниямы* и *крия йоги*! «Посредством *упасаны* можно войти в *самадхи*», – утверждает Махариши Патанджали.

Из всего того, что способствует духовному продвижению к *Адхьяत्मике*, Мировой Душе, Высшему Духу, способствующему обретению и подъёму *дхармы* (религии), *упасана* является не просто благотворной практикой, но и обязательным требованием для всех каст, всех сословий. И эта доступность – также одно из её достоинств.

Еда, питьё, сон, совокупление и т. д. – действия присущие всем людям и животным, но

то, что отличает человека от животного, делает человека человеком и даже богочеловеком есть *упасана*. Тот же, кто совершает эти действия без надлежащей на то *упасаны*, ведёт праздную, пустую и чувственную жизнь, направляя своё внимание исключительно на внешние объекты, – подобен скоту, хотя и носит человеческие одежды.

Сагуна и ниргуна упасана

Упасана бывает двух видов, а именно, – *пра-тика упасана* и *ахамграха упасана*. «Пра-тика» означает «символ». «Ахамграха» – буквально «отождествление с Высшим Я». Пра-тика *упасана* – *сагуна* (конкретная, имеющая качества) *упасана*. *Ахамграха упасана* – *ниргуна* (абстрактная, лишённая качеств) *упасана*, т. е. размышление о не имеющем форму и лишённом атрибутов (качеств) *Акишаре*, Священном слоге «Ом» или трансцендентном Брахмане. Медитация на идолы, *шалиграм*, изображения Господа Рамы, Кришны, Шивы, Богини Гаятри и т. д. – *пра-тика упасана*. Небо, эфир, свет солнца и т. п., также являются *пра-тика* для абстрактного размышления.

Шравана – слушание о *лилах* (играх, забавах) Господа, *киртана* – воспевание Его имён, *смарана* – постоянное памятование Бога, *препадание* к Его стопам, предложение цветов, принятие распростёртого положения, произнесение молитв и повторение *мантр*, самопожертвование или любое другое служение Господу (*Бхагавану*), а также служба своей Родине и своему народу с неперменной *нараяна бхавой*, составляет *сагуна упасану*.

Повторение (*джана*) «Ом», служение всему человечеству, равно как и своему отечеству с *атма бхавой*, по другому – *брахма бхавой*, медитация на «Со'хам», «Шиво'хам», размышление над любым из *махавакья* (великим изречением типа «Ахам Брахма асми» или «Тат твам аси») или следование доктрине «нети-нети» – составляют *ахамграху упасану* или *ниргуна упасану*.

Сагуна упасана – это *бхакти йога* или «йога преданности». *Ниргуна упасана* – *джняна йога* или «йога познания». Поклоняющиеся *Сагуна* и *Ниргуна Брахману* достигают одной цели, но последний путь очень труден, потому как, *джиджнясу* должен отказаться от привязанности к своему телу (*дехабхимана*) с самого начала духовной практики. Установить ум на бесформенном и бескачественном Брахмане чрезвычайно трудно. Поэтому созерцание *Акишары* или *Ниргуна Брахмана* требует тонкого интеллекта и очень острого, одностороннего ума.

Бхава в бхакти йоге

Йога преданности намного легче, чем *джняна йога*. В *бхакти йоге* приверженец устанавливает близкие и родственные отношения с Богом, которые он медленно возвращает, и которые формируются согласно его характеру, вкусу и способностям. В зависимости от типа этих отношений и интенсивности чувств различают шесть видов *бхавы*: *шанта*, *дасья*, *сакхья*, *ватсалья*, *канта* и *мадхурья бхава*.

Дхрува и Прахлада испытывали к Богу чувства, подобные чувствам, которые испытывает ребёнок по отношению к своим родителям – это *шанта бхава*. В *дасья бхаве* приверженец

ведет себя подобно слуге. Для него Бог – Учитель и господин. Яркий пример такого взаимоотношения – Хануман, идеальный слуга Господа. В *сахья бхаве* присутствует ощущение равенства. Такую *бхаву* имели Арджуна и Кучхела. Бывает и так, что *бхакта* испытывает к Богу родительские чувства и смотрит на Него, как на своё драгоценное дитя, тогда такие отношения именуются *ватсалья бхавой*. В подобной *бхаве* пребывали Яшода (по отношению к Шри Кришне) и Каушалья (по отношению к Шри Раме). *Канта бхав*а сравнима с отношениями жены к своему мужу. Сита и Рукмини имели эту *бхаву* к своим супругам (Рама и Кришне). Кульминация же чувств в отношении между Господом и преданным достигается в *мадхурья бхаве*, когда оба возлюбленных сливаются в Единое, посредством интенсивности своей любви. Это подразумевает полное растворение себя в Боге. Обожание и памятование Господа не прекращается ни на секунду. Приверженец воспекает Его имя (*киртана*), повторяет Его *мантру*, говорит о Его красоте. Он хочет слышать только

.....
Кауаи Адхинаям: Чидамбарам Западного полушария. (Слева) Шивачарья Кумар Гуруккал, потомственный жрец, совершает арати (подношение огней) Дакишнамурти, ипостаси Шивы как Вселенского Учителя; 6-ликий и 12-рукий Муруган (Карттикея), Бог йоги, под священным баньяном при входе в Кауаи Адхинаям, Гавайи, США.



ФОТО: КАУАИ АДХИНАМ

о *лилах* Господа и страдает, когда вынужден слушать о чём-то ещё. Безоговорочно и полностью предавая себя Богу, он с мольбой и покорностью взывает к Нему, и, в конце концов, обретает благосклонность и возможность прямого общения с Божеством, всецело растворяясь в Нём. Такой любовью обладали Радха и Мира, некоторые суфийские святые.

В *мадхурья* и *канта бхаве* складываются самые близкие отношения между приверженцем и Богом. И поскольку в них отсутствует даже малейший оттенок похоти, многие люди не в состоянии понять эти две *бхавы*, т. к. их умы пылают страстью и низменным сексуальным инстинктом.

Этот возвышенный язык любви, каким к примеру написана «Гита Govinda» Джая Дэвы, наполненная *мадхурья расой* (сладостным ароматом), недоступен мирским людям. Только *гопи*, Радха, Мира, Тукарам, Нарада, Хафиз способны понимать его.

Пуджа и Иштадэвата

Пуджа – обобщающий термин, обозначающий ритуальное поклонение. *Арчана*, *вандана*, *бхаджана* и другие многочисленные синонимы «пуджи» обозначают, как правило, какой-нибудь частный аспект поклонения. Объектом же поклонения является *Иштадэвата*, излюбленное Божество почитателя. У *вишнуитов* – это Вишну и Его воплощения, например, Рама или Кришна; у *шиваитов* – Шива в восьми своих проявлениях; у *шактов* – Дэви в Её многочисленных формах и т. д.

Как правило, приверженец выбирает своего *куладэва* или *куладэви*, семейное Божество или Богиню как *Иштадэвату*. Иногда Божеством для почитания становится *Иштадэвата* своего гуру или духовного наставника.

Во время внешней *пуджи* объектом почитания (*пратима*) становится священный образ (*мурти*), изображение или символ Божества, например, *шалиграм*, если поклонение осуществляется Вишну, или *шивалингам*, в случае поклонения Шиве.

Поскольку по своей природе все вещи могут быть объектами поклонения, окончательный выбор зависит от интеллектуального уровня адепта и его личностных качеств. Кто-то, скажем, имеет склонность к символизму, а кто-то предпочитает чёткие формы изображения своего *Иштадэваты*. Но в любом случае, этот образ приводит ум поклоняющегося к возвышенным мыслям о Боге. Так, *шалиграм* и *шивалингам* позволяют легко достичь необходимой концентрации ума.

Идол или *мурти* (*виграха*), солнце, огонь, вода, Ганга, *шалиграм*, *лингам* – всё это символы или *пратики* Бога, которые помогают преданному достичь однонаправленности сознания и чистоты сердца. Вера поклонника в особую «эффективность» отдельного из них, делает этот объект священным и излюбленным для него. В психологическом отношении всё это означает, что индивидуальное сознание находит желанным видеть тот или иной объект в качестве «специфического инструмента», посредника, в общении между ним и Божеством.

Большая часть человечества или нечиста умом или имеет низкие умственные способности. Для таких людей объект поклонения должен быть безупречным и непорочным. Им нужно избегать всего, что может возбудить или спровоцировать их вожделение, похоть и неприязнь. Но продвинутый *садхака*, тот, кто имеет чистый ум, и кто видит Божественное присутствие всюду и во всём, может поклоняться любому образу.

Во время *пуджи* изображение, представляющее некоторую божественную форму, используется как объект поклонения, обожания. Образ или *шила*, *виграха*, *мурти* представляет форму специфического Божества, которому совершается это поклонение. Так, *лингам* представляет Шиву, недвойственного, бесформенного Брахмана: «Экамевадвитиям Брахма» (Един Брахман, без второго) – говорят шрути. В таком поклонении нет никакой дуальности. *Лингам* сияет и привлекателен для глаз. Это помогает концентрации. Поклоняясь *лингаму*, Равана обрёл благосклонность Шивы и сверхъестественные силы (*махасиддхи*).

Шалиграм – идол и символ Вишну. Есть изображения (образы) Шри Рамы, Шри Кришны, Карттикеи, Ганеши, Ханумана, Даттатреи, Ситы, Лакшми, Парвати, Дурги, Кали, Сарасвати и мн. др.

Изображения Ганеши, Вишну и его *аватар*, образы Шивы и Шакти – самые популярные идола, которым поклоняются и в храмах, и у домашних алтарей. Идолы в храмах Тирупати, Пандхарпури, Палани, Катхиргаме и мн.

др., являются мощными Божествами (*Пратьякша Дэватами*). Они приносят блага своим почитателям, исцеляют и одаривают *даршаном*. С ними связаны замечательный *лилы* и чудотворчество.

Несмотря на такое огромное количество и разнообразие идолов, в индуизме не существует многобожия. Шива, Вишну, Брахма, Шакти – всего лишь различные аспекты одного Единого Бога.

Господь проявляет Себя своим поклонникам согласно их разнообразным волеизъявлениям. Он принимает ту форму, которую приверженец сам выбрал для Его почитания. В этом свидетельство огромной милости Господа к нам. Если вы хотите поклоняться Ему как Богу Хари с четырьмя руками, Он придёт к вам как Хари. Если вы обожаете Его как Шиву, Он даст вам *даршан* как Шива. Если вы обращаетесь к Нему как к Матери Дурге или Кали, Он явит Себя как Дурга или Кали. Если вы взываете к Нему как к Господу Рама, Кришне или Даттатреи, Он отзовётся на ваши молитвы как Рама, Кришна и Даттатрея. Если вы поклоняетесь Ему как Христу или Аллаху, Он придёт к вам как Христос или Аллах.

Вы можете поклоняться Господу Шиве или Хари, Ганеше или Господу Субраманье, любому из *аватар* Вишну, Сарасвати, Гаятри или Богини Чанди, все они – лишь аспекты единого *Ишвары* или Всевышнего Повелителя, принимающего разные формы и образы. Поэтому нелепо предполагать, что одна из форм Господа может превосходить другую Его же форму.

В результате все обращаются в своих молитвах к одному и тому же Верховному Божеству. Причина же такого разнообразия Его имён и форм – в поклонниках, но никак не в Самом Объекте почитания. И только невежество в этом вопросе может толкать фанатиков и различные секты к борьбе и ссорам между собой.

Идол – опора для духовного неофита

Идол – поддержка для новичка (неофита). Он – опора его духовного детства. Форма или изображение – внешние символы Бога необходимы для поклонения в начале *садханы*. Идол – постоянное напоминание о Боге. Поклонением ему достигается устойчивость сознания. В процессе *упасаны садхака* должен связать в единое такие понятия как: бесконечность, всемогущество, всеведение, чистота, совершенство, свобода, святость, правда, вездесущность и т. п., перед тем как установить своё сознание на Абсолютном. Это не возможно без определённой концентрации. Поэтому конкретная форма поклонения необходима для подавляющего большинства приверженцев. Созерцание Бога всюду и во всём и постоянное ощущение Его близости – невозможно для обычного человека. Почитание идола же – самая легкая форма поклонения для современного человека.

Символ – незаменимая оснастка и опора для нашего ума, который всячески стремится выбить её и отклониться в сторону. Из-за того, что ум на начальном этапе духовной практики не может быть централизован и однона-



ФОТО: ДМИТРИЙ БОРЗУНОВ

правлен, постижение Абсолюта невозможно. Концентрация и медитация невозможны без символа, объекта медитации.

Все мы – идолопоклонники

Нет никаких ссылок на поклонение идолам в Ведах. Описания идолопоклонства в храмовых и домашних условиях мы впервые встречаем в *Пуранах* и *Агамах*. Но поклонение идолам специфично не только для индуизма. Христиане, например, поклоняются Кресту, чей образ удерживают в своём уме. Мусульмане размышляют о Камне *Кааба*, когда становятся на колени и совершают свою молитву. Люди всего мира, за исключением некоторых йогин и *ведантистов*, почитают идолы, удерживая тот или иной образ в своём сознании.

Ментальный (умственный) образ – также одна из форм идола. Различие здесь только в степени, но не в качестве поклонения. Как бы не был интеллектуален человек, он всё равно воссоздаёт в уме некую форму и заставляет сознание остановиться, застыть на этой форме, образе.

Все люди являются идолопоклонниками. Картины, скульптуры или другие изображения являются только формами, *пратимами*. Грубое сознание нуждается в конкретном объекте (символе) как опоре (*аламбане*);

.....
Огромное разнообразие идолов – аспекты единого Ишвары. (Слева направо) каменные мурти: *Шива (Одиша)*, *Брахма (Раджастхан)*, *Раху и Кету (Ассам)*.

утончённый ум требует абстрактного символа. Даже *ведантин* концентрируется на символе «Ом», чтобы обуздать блуждающий ум.

Идолами могут стать не только изображения художника или скульптора, но и сами люди: великие учителя, пророки, лидеры религиозных движений, святые мужи и т. д. Так почему же осуждают идолопоклонство?!

Посредник для установления общения с Богом

Идол – не праздные мечты скульптора, а живой, вливающийся источник, пленяющий сердца преданных и уносящий их в чистом потоке любви к Богу. Поклоняясь образу, верующий постоянно чувствует присутствие Божества в нём и потому изливает свою преданность этому образу (идолу). Ужасная тьма невежества современного мирского человека, подобная покрову облаков, препятствует видению Божественного в прекрасном и завораживающем идоле, образе Бога. Но научные достижения последнего столетия должны рассеять эту тьму неведения, уверить вас в совершенной обоснованности идолопоклонства.

Каким образом певцы или ораторы, обращаясь к «маленькой коробочке», называемой микрофон, могут быть услышаны на другом конце света? Ведь это всего лишь простая часть механической безжизненной материи, называемой радио. Его можно разбить на тысячу кусочков, если швырнуть в гневе, когда вы не знаете, что с ним делать; но если уметь с ним обращаться, – вы можете слышать музыку, которая играет за тысячу километров от

вас или чей-нибудь голос в самой отдалённой части земли. Поскольку с помощью такого приспособления как радиоприёмник вы можете уловить звуковые волны, скрытых от ваших глаз, людей всего мира, – резонно предположить и возможность такого же общения с единственным в своём роде Божеством посредством идола. Бог вездесущ. Он сияет в каждом атоме любого создания. Нет такого места, где бы не было Бога. Так почему же вы говорите, что Его нет в идоле?!

Есть и такие, кто многозначительно заявляют: «Бог – Всепроникающее, Бесформенное Бытие! Как Он может быть ограничен этим идолом?!» Но могут ли эти люди всегда ощущать Его вездесущность? Везде и во всём видеть лишь Его одного? – Нет! Это их эго не позволяет им «снизойти» до преклонения перед образом Бога, выставляя напоказ своё хромое оправдание. Пустой сосуд всегда издаёт больше шума. Практичный же человек, совершающий поклонение и медитацию, наполнен истинным знанием и преданностью и потому всегда сохраняет тишину. Только он может дать вам правдивый ответ: является ли *мурти* необходимым элементом в процессе общения с Богом, особенно на начальном этапе вашей духовной практики, или нет.

Даже высокоинтеллектуальный человек не может обойтись без некоторого символизма во время концентрации. Однако, такой человек из-за собственной гордыни и тщеславия, как правило, говорит: «Я не признаю *мурти*, я не желаю сосредотачиваться на форме», – считая, что над ним только будут насмехать-

ся, если узнают, что он медитирует над образом. Но, так как к концентрации на бесформенном он ещё не готов, то медитация становится просто невозможна. Всё что ему остаётся – это только пустая болтовня, бесконечные споры и позирование. Он расточает свою жизнь на бесполезные дискуссии и обсуждения, тогда как малая толика практики была бы для него веселее сотни теорий.

Интеллект таких людей – помеха в их жизни. Они говорят, что существование *Брахмана* – лишь догадки и предположения, *самадхи* – обман ума, а самореализация – плод воображения *ведантистов*. Высокообразованные и учёные люди, по сути, оказываются погрязшими в невежестве. Заблудшие души! Они становятся заложниками своего же светского знания, которое является простой шелухой по сравнению со знанием Истинной Самости. Надежда спасения таких людей крайне мала. И всё же, искоренив старые негативные *самскар* посредством *самсанга* и осознав свои прежние ошибки, у них появляется шанс окончательного освобождения.

Да одарит Господь ясным пониманием всех жаждущих Истинного Знания!

Символ Бога

Пратима (идол) – помощник или символ Бога. Образ в храме, будь то из камня, дерева или металла, драгоценен для своего почитателя, поскольку несёт знак, символ Божества, и потому этот образ свят, и вечен. Так, флаг – только маленький лоскут окрашенной ткани, но есть что-то, что делает его для солдата

очень дорогим. Он готов даже пожертвовать собственной жизнью ради него, если это понадобится. Подобным же образом, – символ Бога дорог для его почитателя. Каждый разговаривает с ним на его собственном языке преданности. Также как флаг пробуждает военную доблесть в солдате, образ Бога – пробуждает преданность в поклоннике. Господь как бы отражается в образе, и образ рождает божественные мысли в своём почитателе.

Клочок обычной белой или цветной бумаги не имеет сам по себе никакой ценности, и вы легко выбрасываете его. Но если на нём есть печать (знак) или изображение короля или президента, вы храните его в сейфе или прячете в своём кошельке. Точно также обычный кусок камня не представляет собой никакой цены, и вы не обращаете на него ни малейшего внимания. Но если вы созерцаете камень-*мурти* Господа Кришны в Пандхарпури или любой другой идол в месте всеобщего поклонения, вы благоговейно склоняете голову, молитвенно соединяете руки, потому что видите знак, символ Божественного присутствия в «камне».

Приверженец наделяет идол всеми признаками своего излюбленного Божества (*Итидэваты*). Во время поклонения вы не думаете: «Этот идол прибыл из Джайпура. Его привёз Прабху Сингх. Он весит 50 фунтов, сделан из белого мрамора и обошёлся мне в 500 рупий». Вы видите символ Божественного в нём и просите: «О *Антарьямин* (Внутренний Правитель)! Единный, Всемогущий, Всезнающий, Всемилосердный! Ты – Самосущий Источник всего! Ты – *Сат-Чит-Ананда*, Веч-

ный и Неизменный! Ты – Жизнь моей жизни, Душа моей души! Дай же мне свет и знание, позволь мне всегда пребывать в Тебе!» Когда ваша преданность и медитация станут интенсивными и глубокими, вы перестанете видеть только изображение в камне, вы будете созерцать в идоле Бога как *Чайтанью* (Дух, Сознание, Высшее Бытие). Для новичков поклонение образу особенно необходимо!

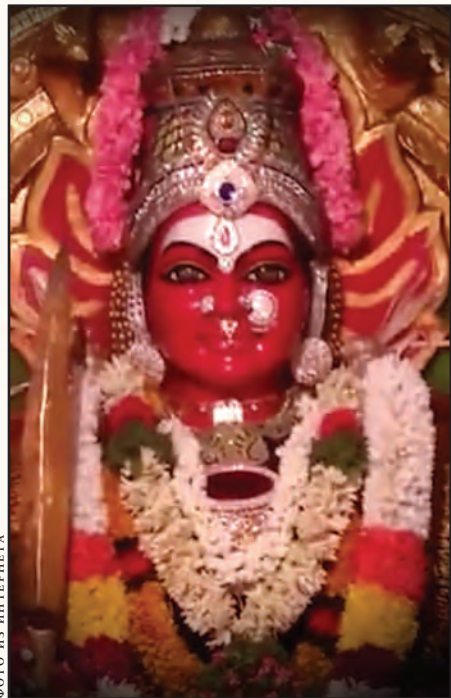
Неотъемлемая часть *вира*

Для новичка *пратима* – безусловная потребность. Поклонением идолу *Ишвары* становится доволен. *Пратима* состоит из пяти элементов, которые составляют тело Бога. Идол останется идиолом, но поклонение осуществляется Богу.

Если вы обмениваете рукопожатием с человеком, он доволен и улыбается. Вы коснулись только маленькой части его тела, и все же он очень рад, улыбается и приветствует вас в ответ. Также и в случае с Богом: Он удовлетворён, когда, пуская даже маленькой Его части *вира* (Космического тела), оказывают почтение. Идол – частичка тела Господа. Весь мир – Его *вира* форма.

Вся преданность направлена Богу, но так как во время *пуджи* символом Бога является Его образ, то и поклонение осуществляется этому образу. *Бхакта* совершает *шодашопачару* для идола, т. е. шестнадцать видов подношений Богу. Это *асанам* (место для сидения), *падьям* (вода для омовения стоп), *аргхьям* (почетный сосуд с водой), *ачаманьям* (вода для ополаскивания рта), *снана* (ритуальное омовение, купание), *вастрам* (красивые одежды), *яджнопави-*





Образы Дэви. (Слева направо) Мариамман, Богиня Земли, г. Салем, Тамилнаду; Трипура-сундари, Прекрасная в трёх мирах, Наггар, Куллу, Химачал-Прадеш.

там и бхушанам (священный шнур и различный рода украшения), гандхам (душистое вещество, например, сандаловую пасту), пушпани (цветы), патрани (листья священных растений, например, бильвы, в случае поклонения Шиве), дхупам (благовония), дипам (масляный светильник), найведьям (свежеприготовленную пищу или сочные плоды фруктов), снова ачаманьям, тамбулам (листья или орешки бетеля), нираджанам (горящую камфару), а также, ставапатхам (хвалебное декламирование) и намаскарнам (поклон, распростёртое положение). Во время пуджи блуждающее сознание прочно устанавливается на самом процессе поклонения, и постепенно почитатель начинает ощущать близость Божества. Со временем, благодаря непрерывной практики почитания, садхака достигает определённой чистоты сердца и медленно уничтожает своё эго.

Для глубоко верующего любой образ, будь то из камня, глины, бронзы, изваянный, нарисованный или сваямбху (не рукотворный, например шалиграм) – есть тело Господа. Такое поклонение никогда не может быть просто idolatry (культулом идолопоклонства). Весь материальный мир – манифестация Бога. Он присутствует во всём, что существует. В принципе, любая вещь может стать объектом поклонения, поскольку всё есть лишь проявление Господа.

Следуя дальше, в своём осмыслении понятия идолопоклонства, мы видим, что акт поклонения в наивысшем состоянии преданности (преме), подразумевает превосходство и сознательность самого объекта почитания. Но только знание всей «предыстории», мотивации отношений, складывающихся между бхактой и символом его веры (рассматриваемые нами



ФОТО: ДМИТРИЙ БОРЗУНОВ

выше), позволяют беспристрастно воспринять такое утверждение, в противном случае неискоренное сознание усмотрит в этом лишь idolatry.

Поклонение идолу развивает преданность

Поклонение идолу позволяет достичь необходимой концентрации ума более просто и легко. Вы можете прокрутить перед глазом вашего сознания картины величайших лил Господа или его аватаров в поле своего индивидуального видения Бога. Это – один из самых лёгких способов самореализации. Также как изображение доблестного воина вызывает отвагу в вашем сердце, – взгляд на картину Бога возносит ваш ум к небесным высотам.

Когда маленькая девочка играет в тряпичную куклу, ласкает, кормит, ухаживает и защищает её, – она развивает материнскую бхаву (необходимое чувство любви будущей матери); так и бхакта, – развивает чувство преданности, поклоняясь пратиме и концентрируясь на ней.

Правильное поклонение являет Господа в идоле

Правильное поклонение, пуджа и другие способы демонстрации нашего внутреннего чувства любви и признания божественности идола являют нам Бога, скрытого в нём. Это поистине удивительное чудо. Картина оживает; идол говорит. Теперь есть, кому ответить на ваши вопросы, решить ваши проблемы. Бог в вас имеет великую силу и способность пробудить скрытое в идоле. Это походит на мощную линзу, которая сосредотачивает, концентрирует лучи солнца на початке хлопка. Линза не огонь, и хлопок не огонь, и луч солнца сам по себе не может зажечь початок. Но когда эти трое соединяются особым способом, огонь зарождается и хлопок вспыхивает. Подобное происходит с идолем, садхакой и всепроникающим Божеством. Когда пуджа заставляет сиять идол божественным великолепием, Сам Бог пребывает в нём. С этого момента идол может особым об-

разом защищать вас, исполнять ваши просьбы и даже творить чудеса, а место, где это однажды происходит, преобразуется в храм, в священную тиртху. Вайкунтха и Кайласа (святые обители Вишну и Шивы) – именно такие места.

Живущие здесь сами по себе освобождаются от всяческих болезней, страданий, неудач и других бедствий сансары. Божество, ожившее в идоле, принимает на Себя роль опекуна, ангела-хранителя, дарующего наивысшие блага всем, кто преклоняется перед Ним.

Образ – сосредоточие Чайтанья

Идол – символ Божественного. Приверженец не видит в нём каменную глыбу или грудку железа. Он визуализирует присутствие Высшего Духа в мурти. Все шива-наянры, святые юга Индии, достигли реализации Бога через поклонение лингаму, образу Господа Шивы. Для всецело преданного изображение Бога есть Чайтанья, Высшее Бытие, сосредоточие Сознания, которое вдохновляет его, говорит с ним, является проводником его жизни, а порой, и принимает человеческую форму, чтобы помочь ему в трудную минуту на распутье множества дорог.

Так образ Господа Шивы в храме Мадурая на юге Индии помог истопнику и его старухе. Изображение в храме Тирупати, «вымышленное» человеком, свидетельствовало в суде, дабы защитить своих приверженцев и т. п. Есть ещё много чудес и непостижимых загадок, раскрыть которые под силу лишь искренне верующим.

Шивалингам

Общераспространенно суждение, что шивалингам представляет собой фаллос или эрегированный детородный орган, некий символ порождающей силы или первопричины, источника всей природы. Считать исключительно так, – это не просто существование заблуждение, но и грубая ошибка. В постведическом периоде лингам лишь символически оставляет за собой право относительно вос-

производящей силы Шивы. Лингам – не примитивный половой признак, а отличительный знак, дифференцирующий символ Господа Шивы. В «Линга Пуране» сказано: «Праханам пракрити йадахурлингамуттамам гандхаварна-расаихинам шабда-спаршадиварджитам», «Прежде всего, о лингаме следует говорить как о лишённом запаха, цвета, вкуса, находящегося вне пределов слышимости, тактильных ощущений и т. д.», т. е. говорить как о Пракрити (Безначальной Реальности).

Лингам на санскрите, буквально значит «знак», «символ», который указывает нам на что-либо или подразумевает какое-нибудь умозаключение. Например, когда вы видите большое наводнение на реке, вы приходите к выводу, что в предыдущие дни шли обильные дожди. Или, когда видите дым, – заключаете, что где-то идёт пожар. Весь мир полон бесчисленных форм, линг Всемогущего Бога. Так, шивалингам – «знак, символ Шивы». Когда вы смотрите на него, ваши мысли сразу становятся возвышенными, и вы начинаете думать о Боге.

Господь Шива на самом деле бесформен. Он не имеет никакой собственной формы и, в то же время, все формы – это Его формы, бес-

.....

Почитание мурти. (Слева направо) На украшение Нанди, Быка Шивы, в Большом храме Танджора в честь празднования Понгал (тамилский «праздник урожая») ушла 1 тонна фруктов и овощей; 7,5-метровый образ Ганеши был сооружён почитателями из 5 тонн бананов на Ганеша Чатуртхи в Самбалпуре, Одиша.



ФОТО ИЗ ИНТЕРНЕТА

численные линги Господа Шивы.

В лингаме заключена таинственная сила, неопишемая шакти (энергия), способная стимулировать концентрацию нашего сознания. Также, как кристалл способен легко сфокусировать ум пристально смотрящего на него, так и лингам, – заставляет наше сознание крепко установиться на Боге. В этом кроется причина того, почему древние риши и проводники Индии предписывали устанавливать лингамы в храмах Господа Шивы.

Шивалингам говорит с вами на безошибочном языке тишины: «Я – один без второго, Я – бесформенная форма Невообразимого Всевышнего Бога». Только чистые и набожные души могут понимать этот язык. Простой любопытствующий иностранец, слабого интеллекта и ума, саркастически замечает: «О, эти индусы поклоняются фаллосу! Они – невежественные люди, не имеющие никакой философии». Но, когда такой иностранец пробует изучать тамилский или хинди, прежде всего он проявляет нездоровый интерес к аргогической и сексуальной лексике, и в этом кроется вся природа его любопытства.

Лингам – внешний символ Господа Шивы, Бесформенного, Неделимого, Единого, Вечного, во всём Безупречного и Благоприятного; Того, кто Бессмертная Душа, всегда пребывающая в покоях вашего сердца, ваша внутренняя Самость или Атман идентичный Высшему Брахману.

Спхатикалингам – шивалингам из горного хрусталя, также является символом Госпо-

да Шивы, предписанным для арадханы (поклонения) Шиве. Он не имеет собственного цвета и приобретает оттенок предметов, входящих с ним в контакт, что увеличивает его способность вызывать абстрактную медитацию. Как и прочие лингамы, он символизирует бескачественного Ниргуна Брахмана, Высшую Самость или неимеющего форму и безатрибутного Шиву.

Для искреннего приверженца, лингам – не кусок камня, а Всесияющий (меджас) или Чайтанья. Он говорит с ним, заставляет его проливать обильные слёзы, пробегать мурашки по спине. Лингам растаптывает сердце своего возлюбленного, возносит его за пределы сознательного тела, помогает общаться с Богом и достичь нирвикальпа самадхи. Так Господь Рама поклонялся шивалингаму в Рамешвараме, Равана, искусный знаток поклонения, совершал шиваабхикшу золотого лингама. Известны и многие другие примеры почитания лингама Шивы легендарными героями эпоса, а также великими мистиками и философами современности. Всё это лишь свидетельствует об удивительной и непостижимой силе заключённой в лингаме.

Также и вы можете достичь Бесформенного Шивы через поклонение Его восхитительному лингаму, который помогает концентрации сознания и служит опорой для беспокойного ума неофита.

Когда идолы оживают

Для бхакты и мудреца не существует понятия неодушевлённого предмета или джада.





ФОТО ИЗ ИНТЕРНЕТА



ФОТО: ДМИТРИЙ БОРЗУНОВ



ФОТО ИЗ ИНТЕРНЕТА

Сваямбху, «самопроявленные», нерукотворные образы Бога. (На пред. стр. сверху слева по часовой стрелке) 12 Джьотирлингамов («лучезарных символов») Шивы – главные образы Господа Шивы на территории Индии; Махакалешвар джьотирлингам, Владыка Великого времени, «Времени над временем», символ вечности и бессмертия, Удджаин; Бодхисвами Шивалингам – Нармадешивар, установленный русскими шиваитами в Варанаси на Кедар гхате; Шалиграм шила «Лакшми-Нараяна» – сваямбху образ Бога Вишну и Богини Лакшми.

«Чайтанья васудэвах сарвам ити» – «Всё есть Васудэва, всё есть Чайтанья!»

Однажды раджа подверг испытанию Нарши Мехту: «О, Нарши, если ты действительно истинный приверженец Господа Кришны, каким слывёшь, если говоришь, что идол Бога самосущ, сделай так, чтобы он пошёл!» – и идол начал передвигаться. Известны и другие случаи чудотворчества оживших идолов. Так образ священного быка Нанди, неперменного спутника Господа Шивы, вкушал пищу, предложенную легендарным Туласидасом. С Мирабаи мурти играла, была полна жизни и Чайтаньи для неё. А вот другая история. Когда великий шива-бхакта Аппайя Дикшитар пришёл в Тирупати, храм Вишну на юге Индии, ревност-

ные вайшнавы отказались впустить его внутрь. Какого же было их изумление, когда на следующее утро вместо мурти Вишну в храме, они увидели образ Шивы. Им ничего не оставалось делать, как припасть к ногам этого махасиддхи, дабы вымолить у него прощение и вернуть мурти своего Иштадэваты. Похожий случай, демонстрирующий нам особое отношение Господа к своим преданным, произошёл в Удупи, на юге Канары (Карнатака). Канака Дас (краткую историю жизни и творчества этого южноиндийского святого читайте в № 1(6), 2019 журнала. – Прим. ред.) был большим поклонником Шри Кришны, но из-за своего низкого происхождения ему не позволяли входить в храм. Как-то раз, обходя вокруг святыни своего излюбленного Божества, он увидел маленькое окошко в задней части храма. Несказанно обрадовавшись такой возможности впервые, хотя бы сзади, лицезреть своего возлюбленного, Канака припал к этому окошку и забылся, унёсённый сладостным пением хвалебного гимна своему Иште. Люди, замороженные мелодией и словами его песни, собирались вокруг. Они были поражены глубиной преданности этого простолудина. Но каким же потрясением стало для сотен людей и священнослужителей, когда мурти Господа Кришны развернулась, позволив Канаке получить её даршан. До сегодняшнего дня паломникам показывают то место и окошко возле которого Канака Дас пел

свою песню, и где ожившая мурти явила всем образец подлинной любви.

Мурти – то же, что и Бог. Она – средство выражения и распространения мантра-чайтаньи, которым является дэва (Божество). Всякий искренне преданный непременно должен испытывать подобное отношение к мурти так, как если бы Господь предстал перед ним в человеческом облике и говорил с ним на его родном языке.

Веданта и поклонение идолу

Чувства псевдо-ведантиста, переполненные ложным стыдом и чванством, не позволяют ему преклониться перед идиолом в храме. Ему кажется, что его адвайта-убеждения испарятся, если он падёт ниц перед образом Бога, но изучите жизнь известных тамильских святых Аппара, Сундарара, Самбандара и мн. др., имевших наивысшую адвайта-реализацию. Они могли лицезреть Господа Шиву повсюду и все же искали возможность посетить все Его храмы, преклониться перед Его идиолом и сложить хвалебные гимны Его величию, которые и по ныне вдохновляют нас своей чистотой и искренностью.

Известно, что 63 святых найанара достигли богореализации, выполнением только чарья и крия йоги. Они подметали полы в храмах, убирали и ставили лампы, а в свободное от работы время, собирали цветы и плели из них

гирлянды для Господа. Практикуя йогу действия, их сердца насыщались чистой преданностью и любовью. Все они были неграмотны, но достигли наивысшей реализации, осуществив на практике Йогу Синтеза. Для них идол в храме не был простой каменной глыбой, он был полон Чайтаньи, Высшего Духа и Сознания. Сегодня эти святые мужи стали для нас олицетворением карма йоги, образом бескорыстной любви и преданности Богу.

Ощущение единства и тождественности своей души и высшего Атмана нисколько не мешало Свами Мадхусудане, имевшему адвайта бхаву и адвайта-реализацию, испытывать сильную привязанность к личностной форме Бога, образу Шри Кришны с флейтой в руках.

Туласидас, осознававший Всепроникающую Сущность, имевший космическое сознание: он мог общаться с бесформенным Богом, но его страсть к образу Господа Рамы с молитвенно сложенными руками не исчезала. Более того, история описывает следующий факт из его биографии. Будучи во Вриндаване, одном из самых священных городов Индии, он увидел мурти Господа Кришны и сказал, что не склонит свою голову перед этой формой Божества. В тоже мгновение мурти Шри Кришны приняло образ Господа Рамы. Тогда только Туласидас распростёрся в поклоне.

Тукарам имел такой же космический опыт как Туласидас. В своих стихах-абхангах он

поёт: «Я вижу моего Господа, проникающего во всё, точно сладость, проникающую в сахарный тростник». И всё же он неизменно продолжает говорить со своим излюбленным образом Божества Витталой в Пандхарпури.

Мира, о которой уже упоминалось выше (о Мира Баи читайте в декабрьском номере журнала за 2017 год. – Прим. ред.), осознав своё единство со всепроникающим Кришной, не переставала вновь и вновь повторять: «Мой Гиридхар Нагар!»

Из всего вышесказанного можно сделать однозначный вывод: посредством поклонения мурти можно постичь Бога. Почитание Бога в сагуна форме оказывает большую помощь для ведантийского понимания, для реализации Бога в Его всепроникающем и бесформенном аспекте. Кроме того, поклонение идолу является существенным подспорьем в концентрации и медитации, особенно в начале практики, и уж совершенно очевидно, что такое поклонение не может стать хоть сколько-нибудь малой преградой для достижения богоосознания. Те же, кто неистово нападает на мурти-пуджу, – пребывают в высшей степени невежества. Не имея истинного знания о пудже, они, тем не менее, активно участвуют в дебатах и обсуждениях, выступая против неё, чтобы лишний раз продемонстрировать свою учёность и эрудированность, показать, что они не следуют ни одной из реальных садхан.

Для таких горе-знатоков праздные, «высокие» разговоры стали привычкой, а для некоторых – их профессией. Но этим они обедняют только себя, страшно другое – их неустроенные умы разрушают сознание людей их окружающих.

Весь мир поклоняется символам и мурти, той или иной форме Бога. Чтобы ум стал дисциплинированным, сначала он должен прочно установиться на конкретном объекте или символе. Позже, когда он становится устойчивым и тонким, можно перейти к абстрактным понятиям типа «Ахам брахма асми» и т. п. Когда достигнут определённый прогресс в медитации форма растворяется в бесформенном: медитирующий и объект медитации становятся единой сущностью, поэтому поклонение образу не противоречит представлениям Веданты. Это, пожалуй, лучшая поддержка для любой духовной практики.

Храм

В Кали югу, в материальном, беспокойном мире, увлечённом суетой повседневной жизни, Храм Бога предоставляет большие воз-

.....
Чара Дхам в Сиккиме. Современный храмовый комплекс близ Намчи, Сикким, с многочисленными храмами Шивы и Вишну, на вершине холма Солопхук возвышается 33-метровая статуя Шивы и Быка Нанди.



возможности духовному росту человека посредством развития концентрации и преданности. Атмосфера, царящая в храме и его окрестностях, настолько священна и несёт миропокор, что никакая другая не может сравниться с ней. Ежедневная *пуджа*, как минимум три раза в день (в часы *санкхы*), декламация священных *Вед* и пение определённых *мантр*, совершающиеся непрерывно на протяжении многих лет, — очищают пространство этого места, наполняют его божественными вибрациями, возвышающими человеческие души.

Такое место, освящённое Святыней Господа, Его *мурти*, оказывает мощное духовное воздействие, способное трансформировать

.....
Абхишека. Возлияние различных жидких субстанций или просто омовение *мурти*-идола считается в индуизме главным ритуальным действием. (Слева направо) Ганга-джала снана, омовение водой Ганги, Каши Вишванатха джэотирлингама, Варанаси; дудха снана, омовение молоком, Кедарешвара Шивалингама, Варанаси.



ФОТО ИЗ ИНТЕРНЕТА

сознание людей в высшую степень чистоты. Ежедневные службы посредством молитв, инвокации (призыва Божества), *абхишеки*, *арчаны* и других форм поклонения, выполняемых в храме, наделяют всю окружающую обстановку атмосферой святости и божественного величия; вселяющей в вас чувства почтения, благоговения и преданности Богу всякий раз, когда вы входите внутрь храма. Эта святость храма должна бережно охраняться и поддерживаться, согласно особым правилам храмового богослужения и обычным требованиям соблюдения внешней и внутренней чистоты (*шаучи*).

Храм, посвященный архаватаре Бога — видимая репрезентация тела *Вират Пуруши*, а ритуалы поклонения в храме — объективные действия, выражающие полный процесс *садханы*. Храм — это микрокосмическое воплощение вселенной, своего рода вселенная в миниатюре, место постоянного пребывания *Антарьямины* или *Ишвары*, поклонение которому и осуществляется в храме. Призывая Господа силой *мантрических* формул *шрути*, *смити* и тантрических писаний (*Агам*), *мурти* в храме становится живым воплощением (манифе-

стацией) Божественной Силы, готовой осуществить благородные стремления набожного *арчаки* (человека, совершающего *арчану*).

Арчана — самый лёгкий и самый безопасный способ культивирования любви к Всемогущему, поскольку он соединяет мир в котором находится приверженец, с Высшим, трансцендентным бытием. Одна из специфических особенностей *арчана бхакти* — это её стремление и способность вызывать в человеке более совершенные и высокие формы религиозного самосознания, посредством систематического жертвоприношения Господу предметов ритуального поклонения (*упачар*), которые в свою очередь являются непосредственными аспектами явленного Бога, ощущаемыми нами прямо здесь и сейчас. Следовательно, *арчана* — основа, фундамент, на который воздвигается великое здание духовного усилия и реализации. Это одна из девяти драгоценностей на пути, устремлённого к Богу.

Поклоняйтесь Богу с интенсивной верой и стремлением, и Он, безусловно, одарит вас Своей благосклонностью. Все те, кто явился причиной (инициатором) строительства храма, кто фактически осуществил это или по-



могал в строительстве, кто молился или возымел великую радость от этого; все, кто простёрся перед храмом Господа или любовно украсил его цветами в своём сердце, непременно, обретут блаженство и счастье. Бог всюду и всё же, из высочайшего сострадания к нам, Он позволяет обожать Себя в определённых местах, «удобных» для Своих преданных.

Философия индуистского символизма

Каждое действие, каждый жест *пуджари* во время проведения ритуального поклонения имеет свой определённый смысл и значение; он точно выверен и проверен временем, поэтому к знанию обрядов и всем жреческим тонкостям нужно относиться почтительно и с уважением. Вот лишь некоторые примеры символизма индуистской *пуджи*.

Чтобы закрыться, абстрагироваться от внешнего мира, внешнего постороннего шума, обратить сознание внутрь себя и сконцентрироваться на предмете поклонения во время выполнения *пуджи*, верующий звонит в колокольчик.

Когда *пуджари* или приверженец совершает круговые движения горячей лампы перед *мурти* Божества — это обозначает, что Бог — *Джэотирсварупа* (Самосущая форма Света) и, что Он — Вселёгос. В это время поклоняющийся декламирует *мантры* из *Вед*: «О Господь! Ты Самосверкающий Свет вселенной. Твоим светом сияет солнце, луна и огонь. Рассей же темноту неведения во мне, одари меня Своим божественным Светом, дабы мой разум озарился им!»

Предложение Божеству горящих благовоний имеет другое значение. Дым от воскуриваемых благовоний распространяется по всему помещению — это действует как очищающее средство: наполняет окружающую атмосферу тонкими ароматами, привлекающими божественных существ и отпугивающими демонические сущности. *Дхупа* (фимиа, ароматическое курение) символизирует Единого Бога, заполняющего Своим живительным присутствием всю вселенную. В момент предложения *дхупы* приверженец просит: «Боже, позволь моим негативным *васанам* и *самскарам* рассеяться, исчезнуть подобно этому дыму. Помоги мне стать безупречным!» Священный пепел, оставшийся после сожжения благовоний, считается *прасадам* Господа, его ни в коем случае нельзя выбрасывать!

Сжигание камфары — символ уничтожения собственного эго. Подобно «таяющей» во время горения камфары исчезает наше эго, и *дживатма* (индивидуальная душа) сливается, становится единой с *Параматмой*, Высшим Сознанием.

Сандаловая паста напоминает приверженцу, что в любых трудностях и жизненных невзгодах, он должен быть столь же крепким, стойким и терпеливым как сандаловое дерево. Во время приготовления пасты из сандалового дерева оно начинает выделять приятный, сладкий аромат. Подобно этому и поклоняющийся не должен роптать на судьбу, когда жизнь «перетирает его в своих жерновах», а всегда должен сохранять спокойствие, присутствие весёлого духа и источать радость и умиротворение, «выделять сладостный аро-

мат», подобно сандаловому дереву. Так же как и это благородное дерево, подвергающееся различным «пыткам» дробления, пиления, пенирования и т. п., лишь источает благодные ароматы в ответ — приверженец не должен желать ни малейшего зла в ответ своему врагу.

Свое определённое значение, свой скрытый смысл и символизм имеют и подношения других упачар: джалы (воды), найведьям (пищи), пушпани (цветов) и т. д.

Величие прасада

Прасад — то, что дарует нам мир и благодать. Во время *пуджи*, *хаваны*, *арати* или *киртаны* Господу предлагают различные подношения. Это может быть молоко, кишмиш, всевозможные сладости, фрукты и пр. По окончании службы, всё предложенное в качестве подношений Богу, становится Его *прасадам* (милостью), который раздаётся или делится между членами семьи или *бхактами* в храме. *Пуджа*, проведённая с подношением особого вида, например, листьями *бильвы*, *туласи*, специфичными цветами или *вибхути* несёт *прасад* определённого качества. Так, *вибхути* считается *прасадам* Господа Шивы. Он наносится на многие участки тела в виде *трипундры* (*тилака*, знака Шивы), а небольшая его часть может быть принята вовнутрь. *Кумкум* — *прасад* Шри Дэви или *Шакти*. Им принято обозначать *бинду*, точку между бровями в месте расположения *аджна чакры* или *бхрумадхы*. *Туласи* — священный *прасад* Господа Вишну, Рамы или Кришны, который вкушается вместе с другими подношениями, и т. д.

В процессе *пуджи* или *хаваны прасада* заряжается мистической силой произносимых *мантр*.

Большое значение также имеет определённая ментальная *бхава* приверженца, с которой он предлагает Господу *бхогу* (пищу). Так, пища, предложенная горячим поклонником, наделяет *прасад* дополнительной силой (энергией), способной вызвать существенные изменения даже в сознании закоренелых атеистов.

Через *прасад* к нам нисходит милость Господа. Пролистайте жизнь Нарады и вы поймете всё величие «священных остатков» Бога, также как это понимают продвинутые *садхаки* и святые.

Господь наслаждается тонкой сущностью предлагаемой Ему пищи, а её физическая форма становится при этом *прасадам*. Но случается так, что пища предлагается с особой *бхавой* в сердце, тогда Господь, внимая просьбам Своих возлюбленных, принимает (вкушает) и её физическую форму. Подобные явления встречаются не так уж и редко. Так Витала в Пандуранге взаправду вкушал пищу, предложенную ему Намдэвой. Известны и многие другие аналогичные случаи, о некоторых из них уже упоминалось выше.

Сила *пасада* велика. Известно, что царь Дашаратха, страстно желавший иметь сына, по совету *брахманов*, выполнил специальный обряд жертвоприношения, называемый *путракамешти*. По окончании этой специальной *пуджи* он поднёс царице в качестве *пасада* полный сосуд подслащенного риса, вкусив который, она зачала мальчика в ту же ночь.

Прасад священен для верующего. Вкусение *пасада* приносит счастье и успех. Не су-

ществует никаких ограничений в принятии *пасада*. Любое время, место и условия благодатны для вкушения его, ибо *прасад* Господа очищает всё.

Духовные дивиденды от принятия *пасада* (*чаранамриты*) не поддаются описанию. Он обладает силой, способной полностью изменить будущее человека. Более того, *прасад* и *чаранамрита* могут излечивать болезни и даже возвращать к жизни умерших, о чём свидетельствует история. Священный *прасад* Господа уничтожает все ваши скорби и грехи. Это противоядие, панацея от всяческих страданий, боли и беспокойства. Но эффективность его во многом зависит и от вас самих, а точнее от вашей веры в Бога и Его милость. Поэтому, не ждите чудесных превращений от него, если вы неверующий человек (*настика*).

К сожалению, сегодняшнее образование и современная культура забывают о славе священного *пасада*. Для многих, даже индийцев, западный образ жизни стал более привлекательным (модным). Они забыли, что они дети великих индийских *риши*, и это серьёзная ошибка.

Прасад — ваш сильнейший очиститель. Проживите хотя бы недельку во Вриндаване, Айодхье, Варанаси или Пандхарпури, и вы ощутите всю славу и чудодейственность *пасада* на себе. Это станет вашим прекрасным духовным опытом.

Прасад — милость Господа, Его божественное откровение. Он — воплощение *Шакти*, панацея от всех бед. *Прасад* — духовный эликсир и идеальное тонизирующее средство, лекарство от всех болезней. *Прасад* оживляет, наделяет энергией, укрепляет и вселяет в вас преданность. Принимать его должно с благоговением и великой верой. И тогда, он, непременно, вознаградит вас хорошим здоровьем, продолжительной жизнью, миром и процветанием.

Слава *пасаду*, дарующему мир и счастье! Слава Божественному *пасаду*, подателю бессмертия и вечного блаженства!

От обрядовой (ритуальной) бхакти к пара бхакти

Различают две степени *бхакти* — это высшая *бхакти* или *пара бхакти* и низшая или ритуалистическая (обрядовая) *бхакти*. Ритуальное поклонение (*вайдхи*) по-другому называется *гауна бхакти*. Это более низкий, формальный тип преданности, зависящий от многих внешних обстоятельств. Посредством *вайдхи* развивается любовь к Богу, и со временем сознание адепта становится всё более чистым. Следующий путём *гауна бхакти*, совершает внешнюю *пуджу*, обожествляя *пратику* (символ) или *пратиму* (идол) Бога. Призывая внимание Господа звоном колокольчика, он совершает Его образу подношения цветов, сандаловой пасты, благовоний, огня, предлагает *найведью*, воду Ганги и т. д.

Мукхья бхакти (*пара бхакти*) — высший тип преданности, превосходящий все условности. Приверженец этого типа не следует никаким правилам и предписаниям. Он не совершает никакого внешнего поклонения, потому как созерцает Бога всюду и в каждом. Его сердце наполнено любовью к Богу. Весь мир для него — Вриндаван. Состояние его не-

выразимо. Это кульминация, высшая точка блаженства. Такой человек излучает любовь, чистоту и радость везде, где он находится. Его божественная личность способна озарить и вдохновить всех, кто входит с ним в контакт.

Поклоняясь в начале идолу, адепт развивает в себе *пара бхакти* и, со временем, уже может созерцать Бога вокруг себя. Тогда его *вайидхи бхакти* незаметно переходит в *рагатмика* или *према бхакти*. С этого момента весь мир для него становится Богом. Такие понятия как справедливость, правда, ложь, добро или зло больше не существуют для него. Он видит Бога в жулике и негодяе, кобре, скорпионе, муравье, собаке, дереве, бревне, кулке камня, солнце, луне, звёздах, огне, воде, земле и т. д. Его видение и духовный опыт не поддаются описанию.

Слава вам, о величайшие из *бхакт*! Вы истинные боги на земле, живущие, чтобы вырвать нас из болота *сансары* и спасти от оков смерти!

Индуизм – религия постепенно и последовательно ведущая своего верующего от поклонения материальным объектам к поклонению ментальному, от почитания различных образов и Личностного Бога, – к Единому и Всепроницающему Господу, и далее, – к по-

.....
Пуджа. Кальяна-сундар Дикшитар из Чидамбарам подносит пушпам, цветы, Джаганнатхе, Субхадре и Балараме в московском храме ИСККОН.

стижению и осознанию Безличного Абсолюта, *Ниргуна Брахмана*.

Триумф философии индуизма

Это поразительно! Как возвышенна философия индуизма, как многогранна и разнообразна его обрядовая сторона! Он не останавливается на поклонении идолу. Шаг за шагом его приверженец продвигается к всё более и более высоким ступеням преданности, и, в конечном итоге, постигает тайну *самадхи*. Поклоняясь внешнему образу, внутренним зрением *садхака* видит Всепроницающего Господа. Он чувствует Его присутствие в своём сердце и во всех объектах. Даже если вы поклоняетесь маленькому идолу, необходимо повторять «Пуруша-суктам» и думать о Вира-т Пуруше с бесчисленными главами, бесчисленными глазами, бесчисленными руками, простирающегося за пределы вселенной или медитировать на Единый *Атман*, пребывающий в сердцах всех существ. Такой человек, перед тем как предложить идолу горящий фимиам, ароматические палочки или камфару, скажет: «Ни солнце, ни луна, ни звезды и ни молния не светят сами по себе. Что же тогда говорить об этом моём маленьком огоньке?! Всё сияет Тобой! Лишь только Твоей лучезарностью озарён весь мир!»

Все способы, правила и секреты поклонения (*пуджа-видхи*), известные и описанные в индусских священных текстах, с научной точки зрения точны и высоко рациональны. Только несведущие люди, не изучившие как

следует писаний, и никогда в своей жизни не встречавшиеся с истинными приверженцами и великими душами, могут критиковать поклонение идолам или *мурти*.

Любая другая религия устанавливает определённые догмы и в дальнейшем пытается вынудить людей твёрдо следовать им. Но это равносильно тому, как если бы врач попытался лечить разные болезни одним видом лекарства, повар для всех без исключения готовил бы одну и ту же еду, а портной предлагал бы всем облачиться в мундир единого образца.

Совершенно очевидно, что истинный теизм должен не противоречить и разъединять, а учитывать и объединять различные духовные потребности людей. Индуисты ясно себе представляют, что любой образ, икона, распятие или полумесяц – простые символы Бога. Что все они необходимы на начальном этапе *садханы*, а их множество, объясним желанием многих реализовать свои собственные духовные идеи и убеждения на практике.

Символ – не обязательное требование индуизма. Он необходим не для каждого, например, считается, что для опытного *йогина* или мудреца он не нужен. Его можно сравнить с грифельной доской, полезной для первоклассника. Те же, кто выросли, больше не нуждаются в ней. Но даже они всегда должны помнить примеры величайших мужей – Шанкары, Рамануджи, Мейкандара, Нимбарки, Рамана Махарши и мн. др., не оставивших храмовое поклонение и почитание образов Бога, будучи уже реализованными людьми.

Есть и другие люди, кто по иным соображениям отвергает поклонение символу Бога. Следуя только своим слепым догмам, всех остальных они обвиняют в *idolatry*, а символ Господа считают злом. Но этим они только обнаружат свою темноту и невежество.

Резюме

Конечно же, нет ничего дурного в поклонении идолу. Наделяя идол божественными атрибутами, вы должны созерцать в нём *Антар-атман*, тогда, постепенно, вы ощутите, что Бог, которому вы поклоняетесь в идоле, также и в сердцах всех существ, что все имена и формы – это Его имена и формы, что Он – это всё, и всё – это Он.

Идолопоклонство – только начало религии. Те же самые индуистские священные писания, которые предписывают поклонение идолу для новичков, говорят о необходимости медитации на Бесконечное или Абсолютное, посредством размышлений над *махавакья*, для продвинутых адептов.

По своему качеству поклонение можно классифицировать на три типа. Первый – это поклонение идолам, выполнение ритуалов и паломничество к святым местам, носящее внешний, обрядовый характер. Второй – *мантра-медитация* и внутреннее или ментальное жертвоприношение (*манаса-пуджа*). Ментальное поклонение превосходит внешнюю *пуджу*. И третий тип – это размышление или медитация над Абсолютом или безатрибутным *Ниргуна Брахмане*. Последний тип – лучший из всех форм поклонения. Высшим же состоянием является самореализация или *Брахма-сакшиаткара*. Истинный *йогин* всегда практикует *садхану* и непрерывную медитацию на Высшую Самость.

Определить степень вашего духовного развития могут только учителя. Рекомендую многочисленные формы *садханы* духовному неопиту, в то же время, они дают уроки абстрактной медитации продвинутым ученикам, обладающим тонким и острым интеллектом. *Шастры* и *гуру* подобны добрым матерям, берущим за руку своё дорогое дитя и ведущим его шаг за шагом, ступень за ступенью, пока оно крепко не встанет на ноги, не утвердится в *нирвикальпа самадхи* или суперсознательном состоянии. Слава Великим *риши* и индуистским Священным Писаниям!

Несмотря на то, что всякая душа, в зависимости от силы и степени своего развития, следует своим путём к постижению Бесконечного (Абсолюта), она поднимается всё выше и выше, аккумулирует всё большую и большую энергию, и, в итоге, сливается с Высшим, достигая с ним единства и тождественности.

Возлюбленные дети Бога, отбросьте неверие вашего прежнего невежества! Лелейте в своём сердце с этого момента непоколебимую, живительную веру. Призовите своё сознание следовать величайшим примерам Шри Миры, Шри Рамакришны Парамхамсы, южноиндийских святых альваров и *наянаров*. Они глубоко верили и потому пожинали богатые духовные урожаи. Также и вы можете насладиться этим величайшим миром радости, покоя и процветания, прямо здесь и сейчас, если имеете веру в божественный символ Бога и совершаете ему поклонение.

Чтобы ваше поклонение было правильным и полным, вы должны умело соединять систематическое внешнее почитание с непрерывным внутренним поклонением, постоянным памятованием Бога в своём сердце.

Вся жизнь есть божественное поклонение. Осознав смысл и значение этого вселенского поклонения Вира-т, и реализовав его в повседневной жизни, вы, тем самым, достигнете *santum bonum* своей жизни.

Да благословит вас всех Господь Бог!

Вместо заключения

Однажды, учитель Пурана Чанды посвятил его в *Нараяна-мантру* и дал ему маленькую *мурти* Господа Нараяны для совершения поклонения. Пуран регулярно и аккуратно выполнял предписания своего *гуру*, ни разу не пропускал джапу священной *мантры*, но *мурти* Господа не оказывала ни малейших признаков благословения. Раздосадованный, он обратился за советом к своему *гуру*. *Гуру* улыбнулся и сказал: «Хорошо, сын мой, возьми вот этот идол Господа Шивы. Поклоняйся ему с верой и преданностью. Он известен как “Бхоленатх”, Легко-умилостивляющийся. Ты скоро получишь Его благословение», – и посвятил Пурана в *Шива-мантру*.

Следующие шесть месяцев Пурана Чанду видели всецело погружённого в *джапу* и поклонение Господу Шиве. Идол Нараяны же был убран на пыльную полку. После многих месяцев интенсивной, но безрезультатной *садханы*, почти отчаявшийся Пуран Чанда, снова пошёл к своему учителю жаловаться, что поклонение Шиве не принесло никаких видимых результатов и просить дать ему *мурти* и *мантру* Дэви.

Гуру снова улыбнулся и сказал: «Хорошо! В эту югу Мать Кали – *Пратьякша* этому Её образу и повторяй *Наварна-мантру*, и Она непременно одарит тебя своей благосклонностью». На сей раз Пуран Чанда имел твёрдую веру и был полон решимости.

Идол Шивы присоединилась к *мурти* Нараяны на полке. Поклонение Кали началось. Как-то во время *пуджи*, случилось так, что дым от воскуриваемых благовоний, прежде чем достигнуть идола Кали, окутал образ Шивы, стоящего на полке. Пуран был взбешён. Как посмел Шива вдох-

.....
Ганеша Утсав. С 2014 года усилиями московской общины индийцев (SSGMM) на базе Индийского культурного центра проводится многодневный праздник чествования Ганеши в День Его рождения, Ганеша Чатуртхи. Внесение мурти Ганеши перед прана-пратиштхой, оживлением образа, Москва.



ФОТО: ДМИТРИЙ БОРЗУНОВ



ФОТО: ДМИТРИЙ БОРЗУНОВ



ЙОГА

Психические состояния «турия» и «туриятита» в учении Тирумулара (на основе тамильского трактата «Тирумантирам»)

В статье даётся описание психических состояний «турия» и «туриятита» согласно средневековому тамильскому произведению «Тирумантирам» религиозно-философской системы шайва-сиддханти, которые восходят к базовым состояниям психики, описанным еще в упанишадах. Проводится текстологический анализ восьмой главы произведения, где представлена их сложная структура. Предлагается сравнительный анализ некоторых стадий со стадиями самадхи Патанджали.

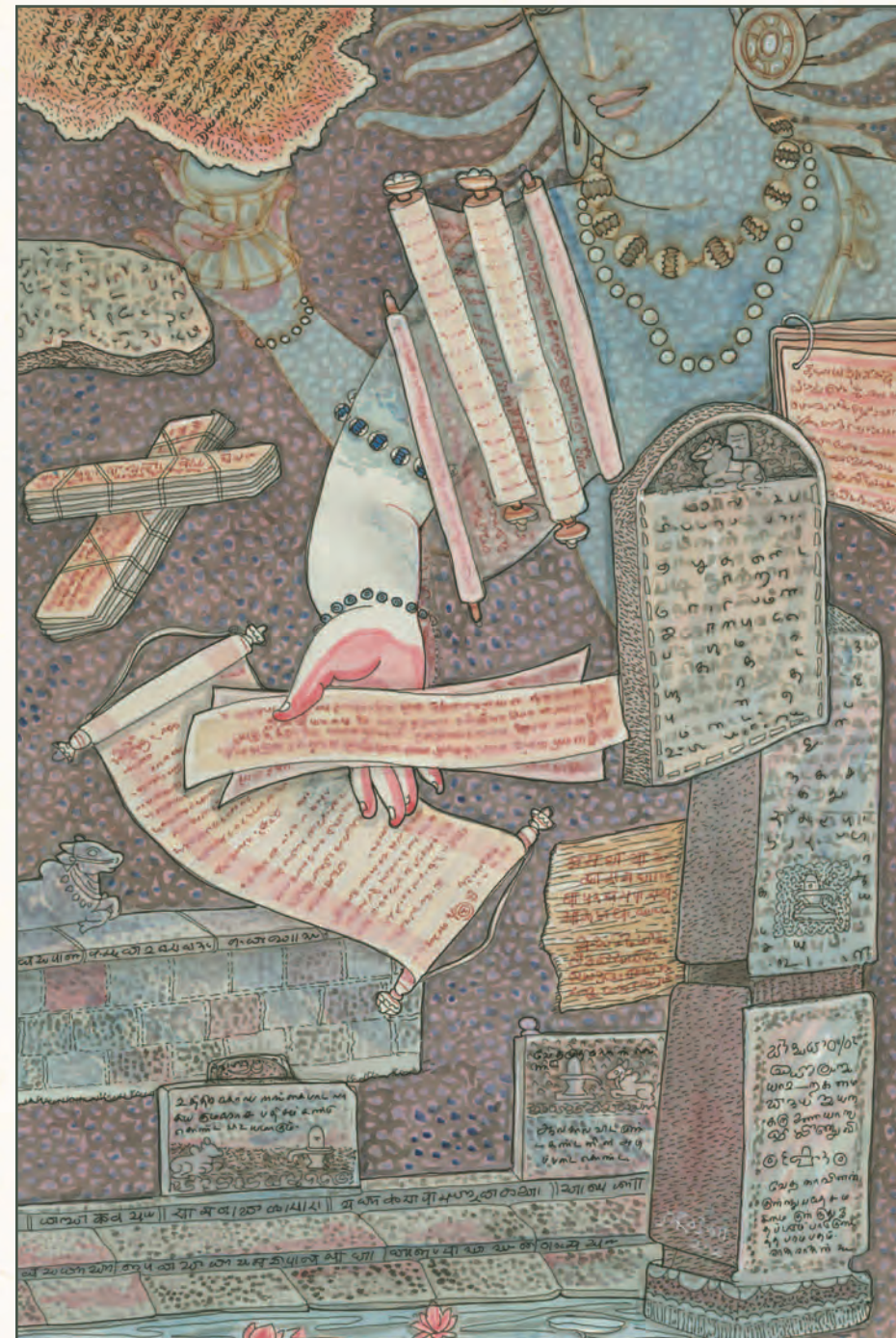
Н. Сафина

В современной психологии психические состояния определяются как целостная характеристика психической деятельности за определённый период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов¹. Состояния «турия» и «туриятита», о которых пойдёт речь в данной статье, соответствуют психическим состояниям прежде всего по своим признакам своеобразие протекания психических процессов и ограниченности во времени. Однако, предварительно отметим, что проблема соотношения философской терминологии рассматриваемого произведения с современной психологической терминологией составляет предмет отдельного детального исследования и в нашей работе не рассматривается.

В классической индийской литературе мы нередко сталкиваемся с описаниями различных состояний психики человека². Впервые классификация таких состояний встречается в «Мандукья упанишаде», где их выделяется четыре: бодрствование (jāgara), сон со сновидениями (svapna), глубокий сон (suṣupti) и четвёртое состояние (cāturtha, букв. «четвёртое»)³. Они сравниваются с четырьмя «стопами» (pāda) или «шагами» души (ātman) на пути к освобождению – главной цели большинства систем индийской философии. Первые три состояния хорошо знакомы человеку из повседневного опыта, тогда как четвёртое выходит за пределы обыденной действительности. Оно описывается следующим образом:

«Не познающей внутреннего, не познающей внешнего, не познающей обоих, не пронизанной [лишь] познанием, [не являющейся] ни познанием, ни не-познанием, невидимой, неизреченной, неуловимой, неразличимой, немыслимой, неуклазуемой, сущностью постижения единого Атмана, растворением проявленного мира, успокоенной, приносящей счастье, недвойственной – считают четвёртую [стопу]. Это Атман, его надлежит распознать» (стих 7).

«Не имеет частей четвёртое [состояние] – неизречённое, растворение проявленного мира, приносящее счастье,



недвойственное...» (стих 12). [Мандукья упанишада 2000, с. 637–638].⁴

В «Тирумантирам» (прибл. VIII в. н. э.)⁵ мы находим более подробное описание четвёртого состояния психики, где оно именуется как турия. Согласно трактату турия есть состояние самадхи⁶ (ст. 232, 2713), т. е. высшее состояние в процессе созерцания, которое в системе восьмичастной йоги является конечной ступенью всех созерцательных практик. Стадии самадхи подробно описаны в «Йога сутрах» Патанджали (прибл.

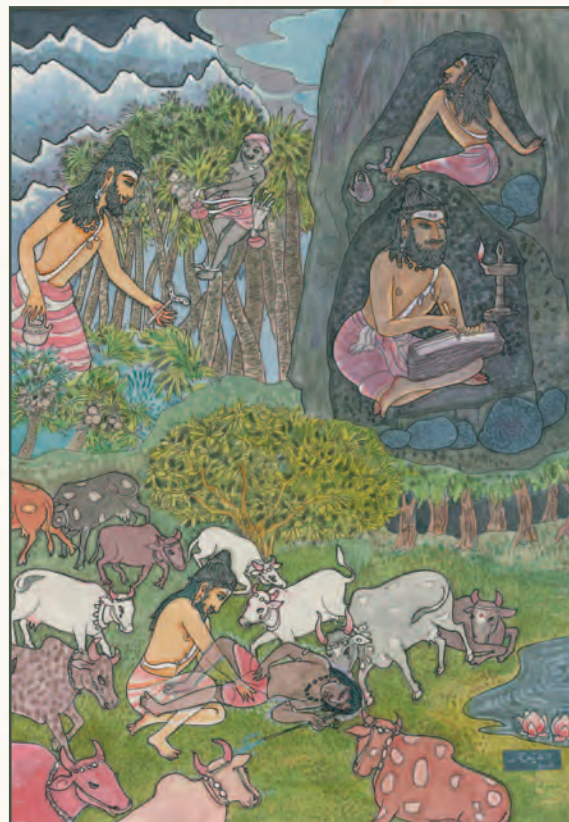
(Слева) Риши Тирумудар даёт наставления в йоге, а Господь Шива благословляет своих почитателей; (сверху) священные тексты шайва-сиддханти: Панниру Тирумурэй, «Двенадцать священных книг» (10 книгу которого составляет «Тирумантирам» Тирумулара), Шива агамы и «Йога сутры» Патанджали.

I–III вв. н. э.) [Классическая йога 1992, с. 86–111]. В произведении также выделяется пятое состояние туриятита (turiyātita, букв. «над

четвёртым») и приводится сложная классификация подсостояний. Прежде чем перейти к текстологическому анализу данной классификации следует сказать несколько слов о самом произведении.

Автор «Тирумантирама» – известный святой, поэт, йогин Тирумалар, личность во многих отношениях мистическая, окружённая ореолом легенд и сказаний. Тирумалар является одним из 18 великих *сиддхов*, бессмертных йогинов, обладающих сверхспособностями и достигших, по мнению индуистов, высшей стадии освобождения души от цикла перерождений (*парамукти*). Он также входит в список 63 *наянаров*, святых поэтов-*бхактов*, живших в Тамилнаду с VI по X вв. н. э. Им посвящена житийная поэма «Перия пуранам» (XII в. н. э.), где история Тирумалара описана в отдельной пуране [Sekizhaar 2009]. Датировка жизни

История Тирумалара. Святой сиддхар пришёл на тамильскую землю с горы Кайласа. По дороге он увидел мёртвого пастуха и вселился в его тело, чтобы привести в деревню стадо, но вернувшись не смог обнаружить своё собственное тело и остался в теле пастуха. После этого, с благословения Господа Шивы, Тирумалар погрузился в состояние самадхи, из которого выходил единожды в год, чтобы записать одно четверостишие «Тирумантирама». Таким образом, сочинение этого трактата заняло 3000 лет.



Тирумалара дискуссионна. Помимо реалистичных, относящихся к предполагаемым периодам создания самого текста, есть и более невероятные. Согласно ст. 3590 «Перия пуранам», Тирумалар жил более 3000 лет. В ст. 74 «Тирумантирама» сам Тирумалар указывает удивительную с точки зрения науки датировку своей жизни – 7 крор или 70 млн. юг⁷ до создания своего произведения [Tirumalar 2002].

Текст «Тирумантирам» («Священные мантры»), первоначальное название которого было «Мантра малаи» («Гирлянда мантр»), состоит более чем из 3000 стихов⁸, сгруппированных в 9 глав или *тантр*. Он является частью канона *шайва-сиддханты*⁹ и входит в поэтический сборник гимнов и песен на тамильском языке «Тирумурай». Отметим, что полного перевода на русский язык «Тирумантирама» пока не существует.

Каждая *мантра* раскрывает различные аспекты религиозно-философского учения, от космологии до конкретных практических методов достижения освобождения. В первой и второй *тантрах* рассматриваются онтологические категории, такие как «бытие» и «небытие», представления о создании и разрушении мира, божествах, трёх классификациях проявленных душ. Третья *мантра* целиком посвящена восьмичастной йоге (*аштанге*), четвёртая – заклинаниям (*мантрам*) и магическим символам (*янтрам*), пятая, шестая и седьмая – религиозным аспектам

шиваизма, дыхательным техникам (*пранаямам*) и пути освобождения. Восьмая *мантра* описывает пять типов «тел», 36 первоэлементов (*таттв*) и их уточнение до 96-и, подробно описывает пять состояний психики, великие изречения *упанишад* (*махавакья*), качества (*гуна*), виды загрязнений (*мала*) и т. д. Девятая *мантра* посвящена описанию результатов достижения освобождения, сравнению философской системы *веданты*¹⁰ и *сиддханты*, их эквивалентность (ст. 2372, 2395). В рамках данной работы мы рассмотрим 8-ую *тантру* в контексте пяти состояний психики и обратимся к их уточнениям в некоторых пассажах 1-й, 5-й, 7-й и 9-й глав.

Поскольку текст написан на тамильском языке, для первых трёх состояний психики используются тамильские лексические аналоги, а именно: *нанаву* (*naṇavu*), т. е. бодрствование, *канаву* (*kaṇavu*) или сон со сновидениями и *чулутти* (*cuḷutti*) – глубокий сон. Четвёртое называется *турия* (*tuṟṟa*, «четвёртое»)¹¹. Пятое состояние, *туриятита* («над турией») Тирумалар описывает, например, в следующих стихах (пер. автора):

Пробуждаясь в бодрствующем состоянии
И испытывая остальные состояния,
Тело и дыхание подходящим образом
натренировавшие,
Они достигают туриятиты;
Там они становятся свидетелями
праздничного танца Господа;

Испивая наливку блаженства,
Они Шивой становятся;
Все эти пять [состояний] – плоды милости
Шивы. (ст. 2186)

О состоянии турии
Мы до сих пор говорили;
Пустота состояния турии –
Редкое состояние;
Не важны на самом деле
Состояния бодрствования и остальные;
Более великой, величайшей
Является бесконечная высшая турия;
Превосходящее же её состояние туриятита
Значительно реже проявляется. (ст. 2225)

Термин *туриятита*, возможно, мог упоминаться и в более ранних произведениях индийской религиозной и философской литературы. По крайней мере, сказать о том, что Тирумалар употребляет его впервые, мы не можем. Для этого необходимо отдельное исследование, в первую очередь *агамической* литературы. Что же касается более поздних текстов, то данный термин неоднократно встречается в сочинениях кашмирского шиваизма.

Для более глубокого понимания значения *турии* Тирумалар в своих стихах приводит множество уточняющих образов и эпитетов, таких как «состояние чистоты», «целостность», «бесконечное блаженство», «состояние сознания плода в утробе», «процесс слияния с высшим знанием», «окончание

кармы», «постижение и познание себя отличного от тела», т. е. себя как индивидуальной души. Говоря же о *туриятите* Тирумалар указывает на отсутствие в нём какого-либо осознания себя вообще и наступление «бесконечной пустоты». Он уточняет, что описать это состояние практически невозможно словами, в нём обретается «тонкая форма *пранавы*», т. е. изначального звука «Ом», и обретается освобождение души от цикла перерождений при жизни (ст. 2158, 2207, 2454, 2863).

Как уже упоминалось выше, Тирумалар не ограничивается лишь общим описанием пяти состояний. Он приводит сложную классификацию подсостояний для всех пяти, которая в итоге представляется как целостная система этапов духовного постижения. Для прохождения данных этапов человеку необходимо следовать пути восьмиступенчатой йоги под руководством опытного учителя.

Каждое из пяти состояний, по Тирумалару, разделено на четыре более тонких слоя, именуемых теми же четырьмя основными терминами (см. рис. на стр. 66). Для удобства описания этой сложной структуры мы будем использовать санскритскую терминологию в названиях, более привычную для исследователей текстов *шайва-сиддханты*. Так, состояние бодрствования (*джагара*) состоит из таких слоев, как *джагара*, *свапна*, *сушупти* и *турия* (ст. 2167, 2202). Человек регулярно испытывает данные подсостояния (слои)

внутри состояния бодрствования, но в повседневности его ум практически не осознаёт эти переходы. Согласно ст. 2202 подсостояние *джагара-джагара* (бодрствование в бодрствовании) связано с чувствами, т. е. реальными ощущениями жары, голода, радости и т. д. *Джагара-свапна*, или сон в бодрствовании, связано с процессами мышления, памяти, в том числе забывания чего-либо, оно представляется как состояние сна с образами в том смысле, что человек по-прежнему не спит, но находится в некотором инертном состоянии, поглощённый своими мыслями. Состояние глубокого сна в состоянии бодрствования (*джагара-сушупти*) направлено «вовнутрь». Возможно, здесь имеется ввиду состояние глубокой концентрации на каком-либо объекте, в момент которой индивид не поглощён ни мыслями, ни чувствами.

Четвёртый слой – *джагара-турия*, представлен как отсутствие или некоторое «удержание» от направленности сознания в целом. Учитывая, что, по Тирумалару, процесс прохождения всех подсостояний возможен методами восьмичастной йоги, можно сделать предположение, что это состояние подобно состоянию медитации (*дхьяны*), когда ум человека через направленную концентрацию переходит к ненаправленному состоянию созерцания.

Второй блок подсостояний в состоянии сна (*свапна*) и третий в состоянии глубокого сна (*сушупти*) разделены аналогичной первой на четыре слоя и, по-видимому, могут соответствовать «осознанному сну», или йогическому сну (*йога-нидре*). Например, *свапна-турия* (*турия* в состоянии сна со сновидениями) описывается как «способность логического вывода о событиях, произошедших внутри сновидения человека», а *сушупти-турия* есть «необъяснимая пустота» (ст. 2203, 2204). Вообще говоря, Тирумалар не уделяет большого внимания первым трём состояниям психики, им посвящено лишь несколько стихов. Гораздо подробнее он останавливается на состояниях *турии* и *туриятиты*, достижение которых, по его словам, приводит к окончательному освобождению и слиянию с Богом (Шивой).

Переход непосредственно к *турии*, которая упоминается как *самадхи*, возможен через четвёртый слой состояния бодрствования, а именно через *джагара-турия*. При этом, в тексте нет упоминаний о том, возможен ли подобный переход из аналогичных слоёв в состояниях сна. Скорее всего, данный переход невозможен, т. к. саму *турию* автор называет *джагара-атита* (*jagarātita*), т. е. «над/сверх бодрствование». Еще один синоним турии, который упоминается довольно часто это *джива-турия* (ст. 2212, 2253, 2284, 2466, 2468, 2472).

Дойдя до этапа *турии* мы снова видим разделение на те же четыре слоя: *турия-джагара*, *турия-свапна*, *турия-сушупти* и *турия-турия*.





Классификация состояний в трактате «Тирумантираме».

.....

Последнее есть высшее состояние *турии*, или переход к *туриятите* (ст. 2205, 2281). *Турию* Тирумалар характеризует как «процесс слияния индивидуальной души (джива) с высшим знанием». Проходя последовательно все четыре слоя *турии*, душа достигает этапа *туриятиты*, или *пара-турии* («высшей турии»), где принимает «тонкую форму пранавы». На этом этапе постепенно прекращают своё действие пять изначальных врождённых загрязнений (*мала*)¹² (ст. 2206-2207, 2253, 2281). В *турии* индивидуальная душа познаёт себя, но по-прежнему на неё действуют плоды предыдущих деяний (*кармы*), и только поднявшись до *туриятиты*, она освобождается окончательно.

Интересно, что в стихе 1893 указываются две йогические техники, которые необходимо практиковать для вхождения в состояние турия и туриятита. Это *кхечари* (*khecarī*) и *шамбхави* (*śāmbhavi*), описанные в йогических текстах, таких как «Кхечаривидья» Адинатха и «Хатха йога прадипика» Свами Сватмарамы (XV в. н. э.) и др. Кроме данных практических методов, Тирумалар уделяет особое значение дыхательным техникам (*пранаяме*) для достижения йогиним полного контроля над дыханием, что также является способом «входа» в *турую*. Интересно отметить, что в сравнении с системой Патанджали, в системе восьмиступенчатой йоги Тирумалара *пранаяме* отводится значительно большее внимание и значение, и приводится более сложная схема тренировки дыхания. В целом, в некоторых аспектах, все восемь ступеней разобраны в «Тирумантираме» более подробно.

Состояние *туриятиты* описывается в «Тирумантираме» как состояние индивидуального духа, окутанного изначальным слогом

«Ом» словно «черепаша, окутанная своим панцирем». В этом состоянии прекращается деятельность пяти чувств и самосознания (*анава-мала*) (ст. 2195), останавливается течение энергии (*праны*) (ст. 2159), становится видимой «тонкая форма пранавы» (ст. 2196), происходит окончательное очищение от пяти загрязнений и достигается освобождение от цикла рождений, обретаются сверхспособности (*сиддхи*) (ст. 2263, 2265) и душа окончательно сливается с Богом (Шивой), достигая предельного состояния *Шива-турии* (*Śiva-turiya*) (ст. 2277, 2282, 2284, 2299, 2308). Это состояние по-прежнему разделяется Тирумаларом на четыре слоя, как и все предыдущие, включая и состояние слияния с Шивой. Подробных описаний этих подслоёв Тирумалар не даёт и неоднократно упоминает, что точное описание их не представляется возможным ввиду их тонкости и неоднозначности.

Таким образом, в «Тирумантираме» выделяется три типа состояний *турии*: *джива-турия* (сверх-бодрствование), *пара-турия* (*туриятита*), и *Шива-турия*. Каждое из этих трёх высших состояний, как мы уже видели, делится на четыре подслоя. Важно отметить, что каждый четвёртый слой является первым слоем последующего состояния, т. е. в конечном итоге индивидуальная душа последовательно проходит десять состояний *турии* (ст. 2059, 2284, 2466–2469). В некоторых стихах добавляется конечное, одиннадцатое состояние полного тождества с Шивой – *Пара-Шива* (*Para-Śiva*, высший Шива) или *Пара-Нанди* (*Para-Nandi*, высший Нанди) (ст. 2285).

Также представляет интерес для исследователей системы *шайва-сиддханты* стих 2296, в котором описано распределение пяти общих состояний в соответствии с *гунами* (свойствами)¹³. Так, состояние бодрствования, по Тирумалару, соответствует свойству благости (*саттве*), вероятно, потому, что из неё возможен «выход» в следующие состояния.

Состояние сна со сновидениями соответствует свойству активности (*раджасу*) ввиду присутствия образов и психической активности во сне. Свойству инертности (*тамасу*) соответствует глубокий сон без сновидений как полностью бессознательное, неподвижное состояние психики. Высшие состояния – *турия*, *туриятита* и *Шива-турия* – относятся к *ниргуна*, т. е. состояниям без определенного качества, или свойства.

Для более точного описания предложенных Тирумаларом состояний необходимо рассмотреть ещё одну тему, хорошо известную большинству исследователей индийских философских систем. Представления о первоэлементах (*таттвах*), которым автор уделяет большое внимание в 8-й *тантре*, помогает понять суть самих состояний. Кроме того, Тирумалар сопоставляет пять общих состояний с *чакрами*, в традиции йоги известными как центры, или вместилища энергии человеческого тела.

Джагара (бодрствование) связана с центром межбровья, или «третьим глазом» (*аджня-чакрой*) и 25 *таттвами*, среди которых: пять органов чувств (*индрии*), сравнимые Тирумаларом со «слонами»; 5 органов действия, которые отождествляются с «пехотой»; 5 элементов – огонь, вода, воздух, земля, эфир; 4 ментальных органа (*антахакарана*), представленные как «солдаты» – интеллект (*буддхи*), сознание (*читта*), ум (*манас*) и эго (*ахамкара*); 5 внутренних атомарных элементов (*танматр*), сравнимых с «кавалерией» – звук, запах, вкус, осязание и форма. Двадцать пять *таттва* – изначальный дух (Пуруша)¹⁴. В дальнейшем Тирумалар развивает систему из 25 *таттв* до 28 *таттв* системы веданты и 36 *таттв* системы кашмирского шиваизма, таким образом в тексте приводятся различные списки элементов, отличающиеся по числу и набору. Среди дополнительных элементов мы находим время и пространство, а также сами состояния *турия* и *туриятита* (ст. 2172, 2176), десять видов «ветров», и саму индивидуальную душу. В завершении развития системы *таттв* в стихах 2146, 2152 приводится 96 элементов, каждый из которых активен в состоянии бодрствования (ст. 2142, 2144, 2147, 2200, 2833).

Состояние *свапна* (сон со сновидениями) связано с горловым центром (*вишуддха чакрой*). Этому состоянию присуще лишь 14 активных *таттв*: пять *индрий*, пять *танматр* и четыре органа *антахакараны* (ст. 2150, 2153–2154, 2201).

Сушупти (глубокий сон) соответствует сердечному центру (*анахата чакре*). Здесь встречается некоторое расхождение в стихах 2142 и 2156, где в первом указывается лишь одна активная *таттва* – Пуруша, а в следующем ещё три: *читта*, *прана* (энергия, воздух) и «ощущение себя», но, согласно ст. 2155, «ощущение себя» не является *таттвой*

эго, или *ахамкарой*, как можно было бы предположить, и что опять же вызывает расхождение с приводимым выше перечнем *таттв*.

В *турии* активен лишь один элемент – изначальный дух, который соответствует пупочному центру (*манипура чакре*) и пребывает в «изначальном спокойствии». Согласно ст. 2200, переход в *турую* происходит при участии *праны* (ст. 2157, 2200). В *туриятите* активные *таттвы* отсутствуют.

Таким образом, рассмотрев представленные о *таттвах* и их соответствие пяти общим состояниям в «Тирумантираме», можно ещё раз убедиться в том, что высшие состояния *турия* и *туриятита* возможны исключительно вне состояний повседневного опыта. Об этом свидетельствует отсутствие активности органов чувств в *турии*, а также любых процессов мышления. В состоянии *туриятита*, также, отсутствует и движение дыхания. При этом, состояние *туриятита* не является смертью физического тела, поскольку, согласно Тирумалару, оно соответствует этапу освобождения от цикла перерождений при жизни. Вероятно, будет более правильным говорить о данных состояниях как о состояниях *самадхи*. Не только Тирумалар отождествляет *турую* с *самадхи*. Подобное соответствие мы находим и тексте «Хатха йога прадипика»:

«Раджа йога, самадхи, унмани, манонмани, амаратва, лайя, таттва, шунья-ашунья, параманада, аманаска, адвайта, нираламба, ниранджана, дживанмукти, сахаджа и турия – все эти слова являются синонимами». [The Hathayogapradīpikā 1972, pp. 61-62]

Принимая во внимание данное отождествление, но также учитывая, что Тирумалар разделяет состояние *турия* на три последовательных состояния с их внутренними делениями, можно представить данную градацию как виды или стадии *самадхи*.

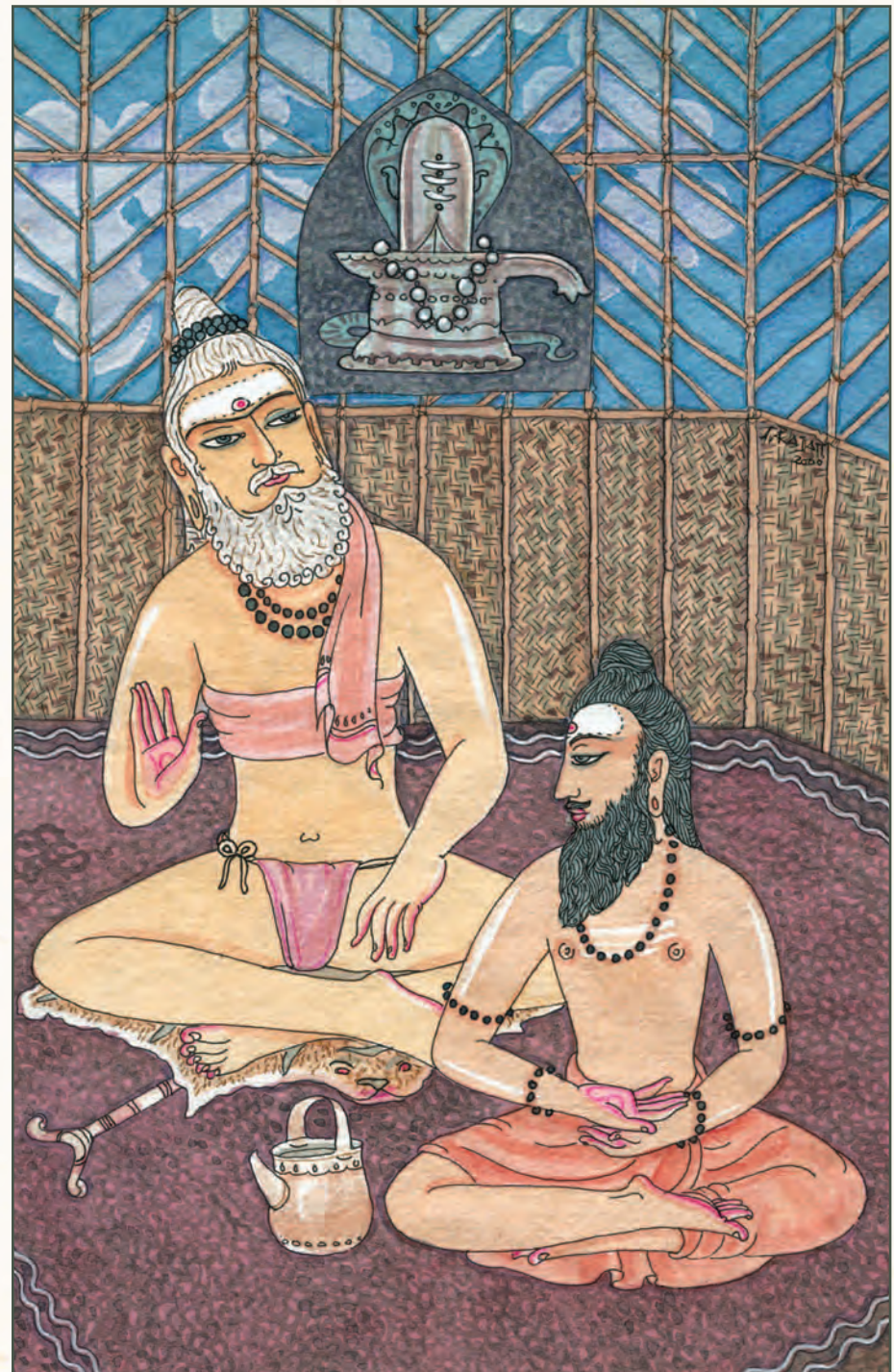
В ходе изучения «Тирумантирама» можно проследить некоторые параллели между стадиями *самадхи* по Патанджали и стадиями *турии*. Так, согласно ст. 2454, в состоянии *туриятиты* индивидуальная душа обретает освобождение от цикла перерождений при жизни (*дживанмукти*). В иерархии Патанджали *дживанмукти* наступает на конечной стадии *самадхи* (*нирбиджа*) [Элиаде 2004, с. 159-163]. Вероятно, Тирумалар предложил более расширенную систему этапов *самадхи*, где после *дживанмукти* в *нирбиджа*

.....
Нандинатха сампрадая. Махаришии Нандинатха, первый гуру *шайва-сиддханты*, передаёт Учение *сиддхе* Тирумалару, который изложит его в своём известном трактате «Тирумантираме».

следует стадия полного слияния с Богом. Кроме того, Патанджали выделяет стадию *асмита*, т. е. «самость», «познание себя» как индивидуального духа, отличного от тела. Согласно (I.17) «Йога-сутр», стадия *асмита* является завершающей в *самадхи* «с опорой». Подобное описание осознания индивидуальной души себя встречается и на стадии *турия-джагара*, т. е. первой ступени *турии* (ст. 2273, 2279). Исходя из этого получается, что, либо первые стадии *самадхи* по Патанджали предшествуют *турии*, либо они могут частично

пересекаться со стадиями *джива-турии*. Однако, точное сопоставление провести пока не представляется возможным.

Кроме попытки сопоставления стадий *самадхи* можно провести ещё несколько дополнительных интересных параллелей, возникающих в ходе изучения «Тирумантирама». В философии *шайва-сиддханты* существует понятие *кайа-садхана* (*kāya* – тело, *sadhana* – духовная практика, дисциплина, средство). Данное понятие представляет собой путь тренировки физического тела с помощью упорных



духовных практик с целью обретения йогического тела. Этапы данного пути в текстах *сиддхов* представлены в следующей последовательности: грубое тело (*sthūla-deha*), йогическое тело (*yoga-deha*), тело сверхспособностей (*siddha-deha*), тело изначального звука (*praṇava* [om]-*deha*), где обретается *джи-ванмукти*, и божественное тело-знание (*divya* [jñāna]-*deha*), где обретается высшее освобождение [Ганапати 2005, с. 34-39]. Между стадиями йогического тела и тела *сиддха* происходит подъём энергии или «змеиной силы, кундалини» (*kuṇḍalinī*). В «Тирумантираме» мы находим соответствие между *туриятитой*, где индивидуальная душа «принимает тонкую форму *пранавы*», и стадией обретения тела звука в практике *кая-садханы*. В ст. 2299 говорится, что данное тело обретается на стадии *пара-турия-сушупти*, т. е. состояния глубокого сна внутри турииты. Также, в ст. 2285 Тирумуплар указывает

.....
Павильон Тирумуплара. В монастыре *шайва-сиддханты* *Кауаи* Адхиам на Гавайях, США, недавно открылся обновлённый информационный стенд, рассказывающий историю легендарного риши и написания «Тирумантирама».

на обретение тела-знания при достижении состояния Шивы, где наступает «чистое окончательное освобождение» (*śuddha-śuddha-mukti*). Это соответствует конечно-му этапу практики *кая-садханы* в философии *шайва-сиддханты*.

В заключение отметим, что, несмотря на значительный объём произведения «Тирумантирам» и всю сложность его философской и религиозной терминологии, данный текст, несомненно, является важным для изучения и глубокого понимания не только системы *шайва-сиддханты*, но и индийской системы йоги. Как мы уже отмечали, соотношение философской терминологии данного трактата с современной психологической терминологией составляет предмет отдельного исследования. Однако, на данном этапе наши результаты, как мы полагаем, могут представлять интерес и для исследователей в области кросс-культурной психологии, измененных «состояний сознания» (ИСС), психологии религий, психотерапии и пр.

Автор выражает благодарность к. ф. н. А. М. Дубянскому, к. ф. н. С. В. Пахомову и к. ф. н. Р. В. Псху за ценные замечания и обсуждение результатов работы.

Примечания

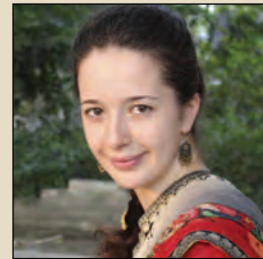
1. Источник: <http://5fan.ru/wievjob.php?id=24470> от 21 августа 2016 г.
2. Сам термин «состояние» в санскритской литературе обозначается как *sthāna* (расположение, состояние), *avasthā* (положение, состояние) *citta-vṛtti* (состояние, расположение духа), *sthitī* (состояние, пребывание) и т. д. Например, в «Мандукья упанишаде» используется термин *śuṣuptasthana* (букв. «стояние в глубоком сне» или «состояние глубокого сна»).
3. Бодрствование или *джагара* описывается как «всеобщее» состояние души, «присущее всем людям» (*vaiśvānara*). Состояние *свапна* или сон со сновидениями именуется как «сияющее» (*taijasa*). *Сушупти* – крепкий, глубокий сон без сновидений описывается как «знающее, мудрое» состояние (*grājñā*).
4. Более подробное описание представленных в «Мандукья упанишаде» четырёх состояний дано в комментарии «Мандукья карики» Гаудапады и анализировалось, например, Н.В. Исаева [Исаева 1996, с. 16-26].



5. Точная датировка текста вызывает расхождение у исследователей. По мнению индийского лексикографа С. Вайяпурипиллей [Vaiyapuripillai 1988, p. 78], в тексте прослеживается отсылка к сборнику священных гимнов тамильской шиваитской поэзии *бхакти* VII–VIII вв. н. э. «Дэвараму». Есть предположения и о более поздней датировке, вплоть до XI–XII вв. [Goodall 2004 pp. XXIX–XXX].
6. «Самадхи (санскр. *samādhi*, букв. «сложенность вместе», «собранность», «упорядочивание», «соединение») – в инд. теориях медитации сосредоточение внимания, концентрация, созерцание с целью познания объекта как бы изнутри – без посредничества органов чувств и концептуализирующей мысли (кальпана). Широко используется во всех системах инд. философии, так или иначе связанных с йогой и медитацией, но особенно в буддизме и в йоге Патанджали. В буддизме – общее обозначение практик концентрации сознания. В системе Патанджали самадхи – последнее и важнейшее звено восьмиричной йоги, кульминация практик цикла саньямы (сдерживание, контроль), начинающегося с дхараны и удержания внимания на одном объекте (экагра-та)». [Лысенко 2009, с. 690].
7. Юга (санскр. *yuga*, миф.) – в космологии индуизма мировой период или эра в 3000 небесных лет; небесный год равен прилб. 3 600 земным годам.
8. Любопытна история создания данного текста. Так, по легенде, риши Сундаранатх (первоначальное имя Тирумуплара) обучался у святого Нанди Дэвара и жил на горе Кайласа, месте обитания Бога Шивы. Среди учеников великого Нанди Дэвара были такие известные индийские риши как Дакшинамурти, Сатъямуни и Патанджали. Однажды Сундаранатха отправился на поиски святого Агастьяра в Южную Индию и во время своего путешествия наблюдал печальную сцену: стадо коров оплакивало тело только что умершего пастуха по имени Мулар. Сундаранатх испытал чувство глубокого сострадания и с помощью йогических способностей спрятал своё тело и переместился в тело умершего. Успокоив стадо, он отвёл его в деревню. Однако, вернувшись, своего тела он не обнаружил. Тогда, углубившись в медитацию, он получил откровение Бога Шивы, что тот забрал его тело и возложил на него великую миссию просвещения тамильского народа и передачи знаний в облике местного жителя. Узнав о просветлении своего пастуха, люди в деревне стали называть его Тирумуплар («святой Мулар»). Сидя под деревом баньян, возле древнего храма Шивы

ОБ АВТОРЕ

НАТАЛЬЯ САФИНА – ИНДОЛОГ, НАУЧНЫЙ СОТРУДНИК РОССИЙСКОГО УНИВЕРСИТЕТА ДРУЖБЫ НАРОДОВ (РУДН). СПЕЦИАЛИЗИРУЕТСЯ В ИЗУЧЕНИИ ИНДИЙСКОЙ ФИЛОСОФИИ И РЕЛИГИИ, В ЧАСТНОСТИ ВИШИШТА-АДВАЙТА-ВЕДАНТЫ, ВИШНУИТСКОГО ТАНТРИЗМА (ПАНЧАРАТРЫ) И ЙОГИ. ПЕРЕВОДИТ С ЯЗЫКОВ ХИНДИ И САНСКРИТА. АВТОР РЯДА НАУЧНЫХ ИНДОЛОГИЧЕСКИХ СТАТЕЙ.



Натараджи, Тирумуплар погружался в глубокую медитацию и раз в год, прерывая своё созерцание, произносил по одному четверостишью, что и составило текст «Тирумантирам».

9. «Шайва-сиддхантанта (санскр. *śaiva-siddhānta*, букв. «канонич. учение шиваизма») – шиваитская филос. школа, распространённая в Юж. Индии (преимущественно в Тамилнаде) и уходящая своими корнями в общинд. традицию шиваизма 2-й пол. I тыс. до н. э. Непосредственными источниками Ш.-с. являются 28 шиваитских *агам*, труд «Тирумантирам», а также гимны 63 наянаров». Подробнее о философском учении Ш.-с. см.: [Пахомов 2009, с. 855].
10. Имеется ввиду, по-видимому, система *веданты* до Шанкары. В тексте нет указаний на знакомство Тирумуплара с учением Шанкары.
11. Данное слово заимствовано из санскрита и является синонимом слова *cāturtha*.
12. Согласно философии *шайва-сиддханты* и кашмирского шиваизма обычно выделяются три вида мал: *анава-мала* – отождествление себя с индивидуальным «я», *майя-мала* – загрязнение многообразием и различиями вместо стремления к единству и *карма-мала*, представляющая собой загрязнение кармой за совершённые поступки. Однако, Тирумуплар выделяет пять типов мал, добавляя к первым трём *майейю* – средоточие всех наслаждений и страданий и *тиродхайи* – затемнение сознания (ст. 2259).
13. *Гуны* – базовое понятие философии *санкхьи*, они являются составными элементами или субстанциями Пракрити и рассматриваются в основополагающем трактате этой философской школы «Санкхья-карика» Ишваракришны. Выделяется три *гуны* – *саттва*, *раджас* и *тамас*. Пракрити является единством *гун* в состоянии их равновесия. Хотя сами *гуны*

.....
Риши Патанджали. Бронзовая мурти *сиддхара* Патанджали, автора знаменитых «Йога сутр», основополагающего произведения философии йоги II в. до н. э. – IV в. н. э.



невоспринимаемы, их существование определяется по наличию их следствий в виде объектов.

14. Система из 25 *таттв* известна из философской школы *санкхьи* и включает Пурушу (дух), Пракрити (материю/природу) и ещё двадцать три элемента, которые развиваются из Пракрити в мир объектов. Среди них *санкхья* выделяет три внутренних органа (*антахакарана*): *манас*, *буддхи* и *ахамкару*, в то время как Тирумуплар указывает четыре, вводя *читту* и исключая из списка Пракрити как отдельный элемент.

О значении храма Ирэйван рассказывает его архитектор

ШАНМУГА СТХАПАТИ

Шанмуга Стхапати – ученик одного из наиболее выдающихся архитекторов Васту Индии Вайдьянатха Ганапати Стхапати (1927–2011 гг.), чьей самой известной работой стал проект 40-метровой каменной статуи Тируваллувару на мысе Канья Кумари, Южная Индия, и кому принадлежит проект храма Ирэйван на Кауаи, США, строительством которого до сего дня руководит Шанмуга Стхапати. Для нас большая честь и счастье, что такие великие души принимали и принимают участие в возведении этого уникального храма. На фотографии Шанмуга Стхапати старательно наносит разметку на кусок камня, который позже будет обрезан командой мастеров, работающих здесь, на Гавайях, под его руководством. Ниже представлен перевод его замечательной речи о храме Ирэйван и Гурудэве, произнесённой им на тамильском во время празднования Гуру Пурнимы в 2002 году.

«Гуру брахма гуру вишну гуру дэво махешвара,
Гуру сакшат парабрахма тасмаи шри гураве намах».

Алоха! Я начинаю свою речь с этих священных строк. Гурудэва, Шрила Шри Бодхинатха Вейлансвами, Шрила Шри Паланисвами, Чейонсвами, все свами Кауаи Адхианам и все те, кто собрался здесь сегодня, всем вам я выражаю свои скромные приветствия. Я храню в своём уме образ моего гуру, знатока Васту, доктора Ганапати Стхапати, и от его имени, делюсь своими мыслями со всеми вами сегодня, в заключительный день празднования Гуру Пурнимы в этом году.

Гавайи, эта древняя земля богатая традициями и культурой, в некотором роде подобна Кайласу. Мне представляется божественная связь между шиваитской землей, обителью Шивы – Кайласом, и островом Кауаи, наиболее древним из гавайского архипелага. Я чувствую, что этот остров-сад совершенно особенный, такого больше нет во всём мире.

Также как и вокруг Кайласа, в окружении первозданной природы, строится символ шиваизма – храм Ирэйван. Наши Гурудэва и Ганапати Стхапати в прошлом много говорили о философии и значении такого храма, как этот. Никто другой не сможет сказать больше об этом. Мы можем лишь повторять снова и снова всё, уже сказанное нашим Гурудэвой, что само по себе приносит нам большое удовлетворение и радость.



Где-то вблизи города Бангалор в штате Карнатака в далекой Индии добывают белые камни для этого храма. Филигранная художественная резьба выполняется мастерами по камню из Тамилнаду. Эти камни и их резчики преодолевают моря, чтобы оказаться здесь, на этой далекой западной земле, и стать частью прекрасного храма, столь величественного и значимого. Такая задача под силу только провидцу и мудрецу, такому как наш Гурудэва, и никому другому. Только благодаря его *шакти* можно свершить что-либо подобное.

Внутреннее святилище храма выполнено в чольской архитектурной традиции – с красивыми колоннами, удерживающими внешние мандаты, четырьмя великолепными входами, гарудой, виманами, расположенными в 12 метрах над землей, мандапой для Нанди, коди марамом (*дхваджа стхамбхам*), а также каменными ступенями, ведущими вниз к реке и, конечно, главным божеством в святой святыне. Шива здесь представлен в форме натурального кристалла – *спхатика* лингама. Даже за тысячу лет не изменятся ни оттеок, ни очертания этого нерушимого храма Ирэйван. Это станет достаточным свидетельством для всего мира о природной взаимосвязи между островом Кауаи и Кайласом. Дом для первого в Америке индуистского храма, выполненного полностью из камня, непременно станет культурным сокровищем для Гавайев. В этом нет никаких сомнений.

Наш Гурудэва, Шивайя Субрамуньясвами, был послан Богом именно для этой цели, чтобы принести нам этот удивительный храм, символ индуизма, объяснить методы поклонения и распространить послание Санатана дхармы в западном мире. И пусть никто здесь не думает, что их работа будет завершена после окончания строительства этого храма. Есть один фундаментальный факт, который мы не должны забывать. В прошлом существовало много учителей индуизма. Наш Гурудэва был подготовлен к этой жизни в его предыдущих рождениях, когда он укреплял индуизм, обогащал его храмовое искусство и культуру. Это никогда не должно быть забыто. Рождённый как король Чола, он построил великолепные храмы и заложил основы чольского стиля храмовой архитектуры. Многие храмы и сейчас свидетельствуют об этом. Храм Брихадишвара в Танджавуре, храмы в Гангайконда-чоллапуре, Тарасураме, Паттишвараме, Тируваланчужи, Тирукадайюре, Тируваруре – это лишь некоторые из храмов, которые он даровал этому миру. Благодаря заслугам, полученным после такого рождения, он пришёл в этой жизни как Шивайя Субрамуньясвами, чтобы приве-



сти западный мир на путь индуизма, дать возможность жить в благодати, следуя его наставлениям.

Есть такая мантра, которую recitiруют при разборе гороскопа в соответствии с индийской астрологией: «*Джанани джанма соу-хьянам вартхини куласампатхам падави пурва пуньянам ликхьяте джанма патрика*». Она означает, что всё счастье, все благословения и удобства, которые мы должны получить в этой жизни, определяют-ся временем рождения. Все достижения в профессии, бизнесе, навыках закладываются семьёй. Имя, слава, положение в обществе определяются заслугами, заработанными в прошлых жизнях.

Всё это фиксируется в момент самого рождения. В соответствии с этим, наш Гурудэва был рождён как царь Чола в Южной Индии, выполнил всё, что от него требовалось, и затем, благодаря всему добру, которое он совершил в том рождении, родился здесь, чтобы распространить послание индуизма на благо людей этой земли.

Помня об этом, мы чётко понимаем, что наша задача не заканчивается строительством этого храма. Храмы строились королями прошлого не только для поклонения Богу или ради любования искусной работой скульпторов и архитекторов. Храмы служили людям местами поклонения, центрами изучения священных писаний и Вед, школами танца Бхаратанатъям и музыки, помимо этого, иногда они служили в качестве судов по закону и под покровительством Бога. Выразаясь кратко, храмы выполняли функции, в наше время выполняемые университетами. Мы не можем забыть о подобной практике, когда люди посещали храмы, чтобы поклоняться Богу, а также приобрести навыки полезные в миру. Чтобы подходить для таких разнообразных нужд, на территории храма располагалось несколько внутренних дворов. Даже медицина преподавалась наряду с базовыми учениями. Когда потребности в знаниях возрастали, можно было продолжить обучение по отдельным специализациям, таким как медицина, скульптура, музыка, естественные науки, под эгидой университета.

Нам нужно помнить о той значительной роли, которую храм играл в жизни людей. Гурудэва был прекрасно осведомлен об этом благодаря своему рождению как царя, а затем как *риши* и всевидящего *джняни*. Мы не должны сужать роль храма лишь только до места поклонения. При поддержке тех, кто отправился в Индию изучать танцы, такие как Бхаратанатъям, искусства, например, скульптуру, в этом храме должен быть построен второй внутренний двор с небольшими площадками для обучения танцам, музыкальным инструментам, таким как *надасварам*, писаниям, Ведам, живописи и скульптуре. Работа над этим может начаться после *кумбхабхишеки* храма Ирэйван, необходимо создание такой культурной среды, в которой каждый сможет научиться всему этому прямо здесь. В течение тысячелетий будут стоять храм и *адхианам*, вдыхая новую жизнь в увядающую гавайскую культуру. Только благодаря постоянной работе над созданием и реализацией правильных проектов по распространению индуизма мы сможем воплотить в жизнь миссию Гурудэвы.

Существует еще одна практика, которая была популярна очень долго – практика основания святилища в честь короля или поэта, реализовавшего священную задачу строительства храма. Это называлось возведением «Святилища строителю храма». Мы всегда следовали традициям. И в этом случае, как будет прекрасно, если мы построим небольшой храм для Гурудэвы, чтобы паломники могли спуститься к реке, омыть руки, ноги и лицо, получить *даршан* в храме Гурудэвы и затем идти в Ирэйван. Это должно быть сделано до *кумбхабхишеки* или, по крайней мере, в течение нескольких месяцев после её проведения. Затем можно приступать к работе над вторым внутрен-

ним двором храма. В подобном ключе, работа по строительству храма *адхианам* будет продолжаться. Пока стоит храм, будет стоять и *адхианам*. В этом нет никаких сомнений.

Вот почему я считаю, что работа ни для кого не закончится, даже когда будет завершён уже очерченный этап строительства храма Ирэйван.

В нашей стране существует регулярная практика. Отец заботится о своём сыне, развивает в нём интеллектуальную, интеллигентную личность. Позже сын вырастает и выполняет свой долг перед отцом. Об этом Тируваллувар говорит в строфе 67: «*Тхантхаи магаркаттру нандри аваяттху мундхийируппа чейал*». Это означает, что долг отца – воспитывать сына так, чтобы он смог уверенно держаться в обществе исключительно образованных людей.

У меня есть одна дочь и три сына. В соответствии с этим *куралом* я дал хорошее образование своим первым трём детям. Рождённые как резчики по камню, мы не очень богатые люди, но я не хотел, чтобы мои дети сталкивались с трудностями и унижениями, с которыми столкнулся я из-за того, что не получил высшего образования. Для меня это было мотивацией, чтобы дать образование своим детям. Так же и в отношении моего младшего сына, я не хотел забывать о своём долге. Он получил диплом в области компьютерных технологий. Затем, следуя многим доброжелательным советам, я организовал его поступление на степень бакалавра в области машиностроения. Это было как раз перед тем, как я приехал на Кауаи.

Месяц назад у меня возникло некоторое затруднение с финансами. Мне позвонили из моего дома и сказали, что образование сына будет стоить 280 000 рупий, включая пожертвования и сборы. Я был обескуражен. Куда мне обратиться за такой суммой денег, покуда я здесь? Будь я дома, я мог бы как-то решить эту проблему, но что я могу сделать отсюда? Большое затруднение!

Неожиданно пришла мудрая мысль: почему я должен беспокоиться, разве я здесь не потому, что Гурудэва привёл меня сюда для этой работы? Почему бы мне не попросить о помощи его?

В течение нескольких дней я хранил образ Гурудэвы в своём сердце и молился ему о том, чтобы найти решение для моего сына. После этого я получил электронное письмо о том, что на 28-е число у моего сына назначена консультация, а 26-го, в 00:10 утра мне позвонил мой старший сын и сказал: «У меня хорошие новости. Мутху Ганапати получил бесплатное место в колледже за два дня до консультации».

Как вы думаете, что произошло? Это чудо случилось благодаря нашему Гурудэве. Он может оказать такую же помощь и вам. Есть ли что-то, что он не сделал бы для всех нас, почитателей его безграничной любви?

Вера является стержнем индуизма. Всецело придайтесь вере в Гурудэву. Гурудэва не ушёл куда-то далеко от нас. Он передал свою *шакти* Садгуру Бодхинатхе Вейлансвами и в другой форме осыпает нас своими благословениями.

Жертвуйте ещё больше, чем прежде, на храм Ирэйван! Гурудэва всегда будет защищать вас. Не ждите, когда вам скажут, что делать. Не ищите инструкций. Тратьте всё своё свободное время на поддержку храма. Отложите щедрую часть ваших доходов для храма. Аум Намах Шивайя. Спасибо!

Принять участие в строительстве храма Шивы Ирэйван можно, сделав посильное пожертвование, перейдя по ссылке https://www.hheonline.org/donate/iravan_temple.shtml или QR-коду.



Как поддерживать здоровье в летний период

СЕРГЕЙ ЗАБАШТА

Влияние времён года на каждый живой организм весьма примечательно. Основные атрибуты лета соответствуют качествам *питта доши*. Следовательно, лето обостряет и выводит из равновесия именно эту *дошу*, поэтому пристальное внимание нужно уделять тому, как её успокоить.

Режим дня летом

Летние утра прохладные и приятные, поэтому желательно вставать рано около 5:00, чистить зубы зубной пастой или порошком с *нимом* или *бильвой*. Вы можете добавить немного камфары или мяты, если пожелаете, так как они очень прохладные. Чистка зубов горькими и вяжущими травами помогает успокоить *питту* и освежить рот. После чистки зубов очистите язык с помощью скребка для языка из серебра или нержавеющей стали, это помогает успокоить *питта дошу*. Затем наберите в рот немного кокосового масла комнатной температуры и медленно прополощите, прежде чем выплюнуть. Далее указательным пальцем сделайте легкий массаж дёсен. И в заключение выпейте стакан воды комнатной температуры.

Летом полезно заниматься *асанами* и *пранаямой* перед купанием, так как это позволяет телу остыть после принятия душа. Хорошо охлаждает *шитали пранаяма*. Чтобы её выполнить следует свернуть язык трубочкой, немного высунув его, и вдыхать через полученную трубочку, расширяя живот. Далее нужно сделать небольшую паузу, задерживая

дыхание в животе, это охлаждает *питту* в пищеварительном тракте, и выдохнуть. Успокаивающие *питту асаны* – это позы *матсьясана* («рыба»), *уштрасана* («верблюд»), *нава-сана* («лодка»), *бхуджангасана* («кобра»), *гомукхасана* («корова») и *таласана* («пальма»). Они помогают удалить *питту* из мест её расположения, таких как тонкий кишечник и печень, поэтому полезны почти для всех в летний сезон. Люди *питта* типа не должны делать перевернутые позы, такие как *сарвангасана* («стойка на плечах») или *ширишасана* («стойка на голове»). Данные позы обеспечивают излишний прилив крови и *питты* в щитовидную и вилочковую железы, в глаза и в мозг, что провоцирует *питту* летом. В качестве ежедневной практики можно включить комплекс *чандра-намаскар* («Приветствие Луне»), который несколько отличается от комплекса *сурья-намаскар* («Приветствие Солнцу») и выполняется в вечернее время. Ежедневная *йога*, в том числе «Приветствие Луне», позволит успокоить *питту* в различных частях тела.

После упражнений рекомендуется сделать самомассаж всего тела с охлаждающими маслами, такими как кокосовое или оливковое. Обычно хватает около 50-70 мл на один раз на всё тело. Кокосовое масло особенно охлаждает и успокаивает кожу, проникая через неё в потовые железы, где *питта* преимущественно активна летом, часто вызывая солнечные ожоги, сыпь и крапивницу. После масляного массажа примите приятный тёплый душ и удалите излишки масла с помо-

Чего следует избегать летом:

- Продуктов, которые увеличивают *питту*.
- Серьёзных дискуссий и горячих споров.
- Чрезмерного пребывания на солнце.
- Чрезмерной сексуальной активности.
- Холодных или ледяных напитков.
- Горячих напитков.
- Избыточного потребления продуктов с острым, кислым и соленым вкусом.
- Пропусков приема пищи или длительных голодовок.
- Горячительных напитков.

щью аюрведического *убтана* или мыла, содержащего сандаловое дерево или ним, что позволит сохранить масло в потовых и сальных железах для охлаждения *питты*. Избегайте длительного горячего душа, который может сильно спровоцировать *питту*. Далее оботритесь чистым полотенцем и нанесите одну каплю масла сандалового дерева на точки на теле, соответствующие коронной чакре, третьему глазу, горловой чакре, сердечной чакре, обоим соскам, пупку, лобковой кости и средней точке между анусом и гениталиями. Согласно Аюрведе, в определенных местах на артериях имеется пульсация, из которой *прана* выходит в поле *ауры*. Данные области чувствительны к теплу, поэтому при каждом сердцебиении аромат масла будет проникать в *ауру* и охлаждать всё её поле. Наряду с сандаловым маслом можно использовать и другие натуральные охлаждающие ароматические масла, например, масло ветивера или жасмина.

Затем наденьте чистое белое бельё из органического хлопка, льна или шёлка. Они отлично охлаждают, освежают и помогают коже дышать. Хлопок и шёлк прохладны летом, но тёплые зимой. Аюрведа не рекомендует носить очень тёмные или кричащие яркие цвета, такие как красный, оранжевый, темно-желтый или чёрный летом, потому что они поглощают солнечную энергию. Они производят больше тепла и усиливают горячие, острые и проникающие качества, выводящие из равновесия *питту*. С другой стороны, белый, серый, голубой, синий, фиолетовый и зеленый – охлаждающие цвета, если

Чем заняться летом:

- Соблюдайте диету, которая уменьшает *питта дошу*.
- Ложитесь летом не позже 23:00 и вставайте рано около 5:00.
- Ежедневно занимайтесь *асанами*, *пранаямой* и *медитацией*.
- Используйте для охлаждения тела масло сандалового дерева или ветивера.
- Носите шляпу на открытом воздухе и используйте солнцезащитные очки днем при ярком солнце.
- Ежедневно делайте масляный массаж с подсолнечным или кокосовым маслом.
- Пейте охлаждающие травяные чаи, например с кориандром, кумином и фенхелем.
- Ешьте продукты, обладающие сладким, вяжущим и горьким вкусом.
- Ешьте охлаждающие и легко усваиваемые блюда, такие как кичари и салаты.
- Наносите кокосовое масло на ступни и кожу головы перед сном.
- Перед сном не забывайте принимать *амалаки*, чтобы выводить накопившуюся *питту дошу*.

они не слишком яркие. Нежные и мягкие цвета действуют охлаждающе и помогают сохранять спокойствие. Одежда не должна быть плотно прилегающей, лучше отдать предпочтение свободно облегающей, чтобы воздух мог проходить сквозь неё и позволял коже дышать. Если вы живёте в жаркой стране, не надевайте шорты и майки с короткими рукавами. Вместо этого наденьте свободную рубашку и штаны, чтобы защитить кожу от излишнего загара. Благоприятное воздействие оказывает любая духовная практика, это может быть медитация или поклонение выбранному божеству.

Подходящая для лета диета

Питта начинает быстро накапливаться примерно с 10:00 до 11:00 утра, поэтому легко позавтракайте около 7:30 перед началом работы. Если вы завтракаете, *питту* сложнее спровоцировать позже утром. Овсянка, суп из ячменя или перловки, пшеничная каша с небольшим количеством молока и топленого масла – всё это хорошие варианты. Если вам нравится есть фрукты, не смешивайте их с зерновыми. Лучшие фрукты летом – это яблоки, гранаты, финики, груши, а также дыня, слива и чернослив, которые охлаждают и успокаивают желудок. Обратите внимание, что большинство фрук-

тов перевариваются за час, поэтому, если у вас сильная *питта*, вы можете снова проголодаться к середине утра. Обед не должен быть слишком поздним, в идеале около полудня.

В летнее время Аюрведа разрешает вздремнуть после обеда в течение получаса, но не больше. Не пейте ни горячей воды, ни воды со льдом, самое лучшее это вода комнатной температуры. Лёд, охлаждённая вода и напитки уменьшают проницаемость слизистой оболочки желудка и подавляют пищеварительные ферменты, замедляя пищеварение, что приводит к выработке *амы* (источник шлаков и токсинов). При этом язык покрывается налётом, указывающим на наличие *амы* в желудке или кишечнике. Лёд также сужает кровеносные сосуды в деснах, что является шоком для дёсен и приводит к их рецессии (оголению).

Хорошая еда на обед или ужин – кичари с рисом басмати, мунг далом и кинзой, немного натёртым кокосом и маслом *ghi*. Летом не рекомендуется поздно ужинать, лучше всего с 18:00 до 19:00. Аюрведа говорит, что летом следует отказаться от употребления красного мяса, поскольку оно очень согревает и производит слишком много огня в организме, поэтому, если вы едите мясо, лучше отдать предпочтение легким видам, таким как курица или индейка один или два раза в неделю. Обратите внимание, что если человек слаб из-за высокой *питты*, вы должны лечить высокую *питту*, а не давать человеку мясо, что только усугубит его состояние. В летнее время или в любое время, если у вас высокая *питта* следует избегать употребления кислых фруктов (большинство цитрусовых), свеклы, моркови, чеснока, лука, перца чили, помидоров, сметаны, солёного сыра, горячих и острых приправ. Длительное голодание летом также провоцирует *питту*, но раз в неделю допускается, если это не возбуждает *питту*. Большинство людей *питта* типа не могут соблюдать пост в летнее время.

Лучшими продуктами для летнего времени являются приготовленная на пару спаржа, брокколи, брюссельская капуста, огуречная *райта*, рис басмати, суп из красной чечевицы или мунг дала и батат (сладкий картофель) с чайной ложкой *ghi*. Вы можете больше употреблять летом салатов, но есть их лучше в обед во время *питта доши*, нежели на ужин, потому что они охлаждают *агни* и могут выделять газ во время *вата доши*. Добавляйте больше сладких, горьких и вяжущих вкусов в пищу, все они успокаивают *питту*.

Не перегревайтесь

В летний сезон *канха* земли постепенно испаряется и она становится сухой. Точно так же и у нас в теле, *канха* испаряется вместе с потом, что приводит к утечке энергии, поэтому некоторые люди могут жаловаться на быструю усталость. Летняя усталость часто

является признаком избытка *питты* в печени, а также отсутствия *канхи* в окружающей среде. Загорать летом следует умеренно и не в часы высокой *питты* с 10:00 до 14:00. Тяжелая работа под палящим солнцем сильно возбуждает *питту*. Если вы работаете на открытом воздухе под солнцем, то лучше надевать широкую шляпу, которая будет отбрасывать тень на шею и плечи. Шея находится близко к продолговатому мозгу, около его ствола. Когда шея нагревается, она отдаёт тепло продолговатому мозгу, и человек становится более восприимчивым к солнечному удару. Поэтому вы должны носить шляпу, а внутри неё можно положить листья эвкалипта или масло сандалового дерева. Эвкалиптовое масло слишком согревает, однако листья имеют мягкий аромат и охлаждают. Вы также можете нанести каплю масла ветивера на макушку головы и затем надеть шляпу.

Если солнце слишком ярко светит, наденьте шляпу и солнцезащитные очки. Солнцезащитные очки должны быть с линзами дымчато-серого, коричневого или зелёного цвета. Красные или желтые линзы возбуждают *питту*. Старайтесь не носить солнцезащитные очки с синими или фиолетовыми линзами. Хотя синий и фиолетовый цвета успокаивают *питту*, они также хорошо пропускают ультрафиолетовые лучи солнца, которые могут повредить сетчатку и хрусталик глаз. Это может привести к катаракте. Постоянное использование солнцезащитных очков фактически снижает остроту зрения, поэтому их следует использовать летом в самую светлую часть дня. Есть простая техника для отдыха глаз. Закройте глаза и потрите руки, чтобы создать статическое электричество на ладонях. Медленно поднесите руки к глазам и осторожно коснитесь глаз ладонями. Ладонь должна касаться век, как пёрышко, без давления. Если вы делаете это в течение двух минут, ваши глаза почувствуют себя отдохнувшими.

Расслабляйтесь и сохраняйте спокойствие

Статистические исследования показывают, что летом уровень преступности выше, а беспорядки также более распространены. Это потому, что лето – это сезон огня, который может привести к раздражительности и гневу. Люди кричат друг на друга без причины. В жаркие летние дни лучше не обсуждать серьёзные темы, особенно в полдень, когда *питта* самая высокая. Если вы хотите принять важное решение, делайте это утром или вечером, когда прохладно.

Чтобы охладить *питту*, наденьте чётки из сандалового дерева или ожерелье из красного коралла с жемчужиной в центре. Можно носить аметистовые кристаллы, лунный камень, малахит или серебряные украшения, которые хорошо охлаждают. Рецепт хорошо охлаждающего прохладительного напитка в условиях высокой *питты* – натереть половину огурца,



смешать с половиной стакана молока, которое было предварительно доведено до кипения и охлаждено, добавить 1 ч. л. тростникового сахара и щепотку кардамона. Если выпивать данный напиток утром, то весь день вы будете чувствовать прохладу.

Масло *гхи* очень хорошо подходит для *питта доши* и в аюрведической литературе говорится, что летом ½ ч. л. горького *гхи* (*тикта гхрита* или *махатикта гхрита*) утром наносят смазывает пищеварительный тракт и контролирует *питту*. Такое *гхи* содержит горькие травы, такие как ним и смесь *махасударшан*, в соотношении 16 частей воды к 1 части травы, выпаренной до четверти части. Затем равные части отвара и *гхи* смешивают и снова варят, пока вся вода не испарится. Это длительная процедура, поэтому вы можете купить готовое горькое *гхи* в аюрведическом магазине.

Приятного вечера

В лунный летний вечер нанесите на тело масло сандалового дерева и отправьтесь на прогулку в белой одежде с белыми цветами в волосах или с белой гирляндой на шее. Прекрасным напитком в летний вечер является прохладное молоко, но не охлажденное в холодильнике. Сначала вскипятите молоко, а затем охладите его, добавив немного тростникового сахара, розовую воду и несколько бланшированных миндальных орехов. стакан такого молока перед сном охлаждает *питту*, увеличивает *оджас* (жизненную энергию) и способствует крепкому сну. Здорово наслаждаться таким напитком под лунной, слушающей красивую музыку флейты возле пляжа или ручья. Не обсуждайте серьезные темы вечером – лучше поговорите о луне, океане или цветах или расскажите романтические истории перед сном.

Каждую ночь перед сном не забывайте принимать ½ ч. л. *амалаки*, чтобы вывести накопившуюся *питту*. *Трипхала* слегка согревает, в то время как *амалаки* охлаждает, поэтому больше подходит для летнего сезона. *Амалаки* следует принимать через полчаса или более после ужина с перерывом не менее 2 часов между ним и молоком перед сном.

Если мы действительно будем следовать аюрведическому образу жизни, наши отношения будут абсолютно ясными. Большинство проблем в отношениях связано с недопониманием, неправильным толкованием, отсутствием общения, различными суждениями, критикой и гневом, которые возникают из-за нарушения *питта доши*. Охлаждение *питты* – это фундамент для хороших отношений и сохранения здоровья летом. Чтобы охладить *питту*, хорошо иметь друга, который всегда говорит «да», и избегать друзей, которые всегда говорят «нет» и критикуют.

Летом допустимо ложиться спать немного позже, около 11 вечера. Перед сном мож-

но втереть кокосовое масло в кожу головы и подошвы ног, чтобы они оставались прохладными. Растирание ступней касторовым маслом или нанесение его по одной капле в каждый глаз перед сном доставляет удовольствие глазам, охлаждает и убирает в них жжение, характерное для лета.

Засыпать лучше на правом боку, чтобы цикл лунного дыхания через левую ноздрю был более активным, это помогает охлаждать весь организм. Аюрведическая литература очень поэтична и романтична, но не рекомендует заниматься часто любовью в летнее время. Романтики может быть много, но сексуальной активности должно быть меньше, чем зимой, так как она разогревает и провоцирует *питту*. К 23:00 вы должны уже спать на правом боку также как и ваш партнер, чтобы не было диалога между вами. Вы можете украсить кровать охлаждающими свежими цветами жасмина или розы или добавить несколько капель сандалового масла на подушку.

Общие рекомендации

Работа в течение длительного времени возле огня или печи провоцирует *питту*, поэтому летом готовить пищу лучше рано утром и вечером. Если человек готовит в течение дня на протяжении трех дней подряд, на четвертый день вам следует угостить его обедом в ресторане, чтобы избежать конфликта в ваших отношениях. Избегайте много работы на открытом воздухе под палящим солнцем. Лучше работать в тени или в помещении, а в очень жарком климате лучше всего иметь какую-то мягкую систему охлаждения в вашем доме или на рабочем месте. Если вам особенно жарко, купайтесь в море, озере или реке, чтобы охладиться. Если вам нужно поработать в саду или огороде, то делайте это рано утром или поздно вечером. Бег и прыжки – очень энергичные упражнения, поэтому если есть необходимость в них, то делайте это утром, не перенапрягаясь, чтобы это не провоцировало *питту*. Никогда не загорайте летом, если у вас преобладает *питта* в конституции или у вас есть множество родинок, так как это может вызвать серьезные расстройства *питты*, такие как рак или меланома.



ОБ АВТОРЕ

СЕРГЕЙ ЗАБАШТА, первый и единственный в России аюрведический специалист, закончивший полный двухлетний курс обучения в Аюрведическом институте Васанта Лада в Альбукерке (США, Нью-Мексико) и получивший из его рук сертификат аюрведического практика (AP). Член Национальной аюрведической медицинской ассоциации США (NAMA).

Instagram Facebook VKontakte Аетор проекта ayuryoga.guru

Если вы чувствуете жажду в течение дня, выпейте стакан воды с добавлением лайма и тростникового сахара. В качестве альтернативы можно выпить *ласси* из свежего йогурта, приготовленного в тот же день, воды и специй. Для этого смешайте ¾ чашки воды комнатной температуры с ¼ чашки свежего йогурта, добавьте немного сока лайма, 1 ч. л. тростникового сахара и щепотку молотого кумина или кориандра. Данный напиток очень успокаивает и охлаждает.

Все летние дни разные, поэтому вы должны очень гибко подходить к данным рекомендациям. Если выдался прохладный день, то можно съесть немного кайенского перца или выпить что-нибудь горячее. Однако травы и специи, возбуждающие *питту*, не следует регулярно принимать летом, если в этом нет острой необходимости. К ним относятся *трикату*, имбирь, черный перец, *читрак* и большинство *гуггулов*. Лучшими препаратами и травами для успокоения *питты* летом являются *шатавари*, *гудучи*, *тикта*, *камадудха* и *амалаки*.

Важно! Все формулы даны только для ознакомления. Если вы не уверены, какие травы вам принимать и какие препараты вам подходят, то не нужно заниматься самолечением, лучше обратитесь к аюрведическому специалисту. Для детей дозы необходимо уменьшить в 2 раза. Формулы не применимы для беременных.

Помните о том, что первым шагом к сильному иммунитету является глубокое очищение. Ежегодно мы организуем поездку на аюрведическое очищение (*панчакарму*) в Индию в Аюрведический исследовательский центр. Подробности о курсах и *панчакарме* на сайте www.ayuryoga.guru и в соцсетях.

Список используемой литературы

Lad Vasant. Textbook of Ayurveda, General Principles of Management and Treatment, Volume Three / Dr. Vasant Lad. The Ayurvedic Press: Albuquerque, 2012

Lad Vasant. Ayurveda Today, Vol XVI, No. 1 / Dr. Vasant Lad. – The Ayurvedic Institute: Albuquerque, June 2003



Этно-магазин и Йога центр ПРОСВЕТЛЕНИЕ

**Одежда из
индии и Непала**

**Коврики и товары
для йоги**

**Ароматерапия
Благовония**

**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

Открытие Непала

#Катманду
#Покхара
#Читван
#Лумбини



+7 495 502 4807
www.sivalingam.ru

НАМ 13 ЛЕТ
Центр паломничества и туризма
ШИВАЛИНГАМ

АЧАРЬЯ

КУРС ПОДГОТОВКИ
ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ
ХАТХА ЙОГИ



240 часов теории и практики:

- Анатомия и Физиология Йоги
- Биомеханика на практике
- Отстройки и правки асан
- Санскрит для йогов
- Основы Аюрведы
- Философия Йоги
- Освоение асан
- Школы Йоги и многое другое!

НАШИ ПРЕПОДАВАТЕЛИ



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.

Подробности на сайте: <http://acharya.ru>
Справки по тел.: +7 (926) 11 85 108



ВСЁ для ПУДЖИ:

мурти шивалингамы янтры посуда благовония самagri вибхutti кумкум

+7 499 340 5809

Подпишитесь на журнал «Индуизм сегодня»

В одном из 42 тысяч отделений Почта России

Подписной индекс № 10619 в каталоге «Пресса России»



Онлайн подписка по электронному Объединённому каталогу «Пресса России»

На сайте «Пресса России» по поиску «индуизм сегодня» или по ссылке:
https://www.pressa-rf.ru/cat/1/edition/y_e10619/

Оплата подписки производится через филиалы Сбербанка РФ (для физических лиц), по безналичному расчету (для юридических лиц), банковской картой «Visa» и «MasterCard», другими электронными способами оплаты через сервис «Робокасса».

Доставка товара осуществляется ФГУП «Почта России» бандеролью по всей территории России. По Москве и Московской области для журналов доступна курьерская доставка.

Годовая подписка (4 журнала) с доставкой по Москве и МО напрямую у издательства

Стоимость годовой подписки (4 журнала) с доставкой по Москве и МО у издательства – 1480 руб.

Отправьте нам письмо на letters@hinduism.today, указав в теме письма «подписка» и сообщив нам свои ФИО и почтовый адрес.

Свидетельство о регистрации печатного СМИ ПИ № ФС 77-73279 от 03.08.2018

Где купить журнал

ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ

РОССИЯ

В Москве:

Изд-во «Индуизм сегодня» – ул. Краснопролетарская, 16, под. 7, эт. 3 (м. Новослободская, м. Менделеевская, м. Достоевская)
Студия йоги «Holi Yoga & Café» – Малая Ордынка, 19 (м. Третьяковская, м. Новокузнецкая)
Аштанга Йога Центр – Большой Власьевский пер., 10 (м. Кропоткинская, м. Смоленская)
Институт Востоковедения РАН – ул. Рождественка, 12 (м. Кузнецкий мост, м. Трубная)
Магазин и йога-центр «Просветление» – ул. Долгоруковская, 29 (м. Новослободская)
Магазин и йога-центр «Просветление» – ул. Черняховского, 5/1 (м. Аэропорт)
Магазин «Белые облака» – ул. Покровка, 4 (м. Китай город)
Центр развития «Открытый мир» – ул. Павловская, 18 (м. Тульская, м. Шаболовская)
Йога-центр «Материал» – ул. Большая Дмитровка, 23 (м. Пушкинская, м. Чеховская)
Центр Йоги 108, Старосадский пер., 6/12 (м. Китай город, м. Лубянка)
Центр йоги «Прана» – Старопетровский проезд 1, стр. 2 (м. Войковская)
Центр йоги «Прана» – Зоологическая ул., д. 4 (м. Баррикадная)
Изд-во АБВ – ул. Бориса Галушкина, 16 (м. ВДНХ)
Центр йоги «Прана» – Дмитровское шоссе, дом 9, стр. 2 (м. Тимирязевская)
Йога-студия «Чакра» – ул. Мясницкая, 24/7с3 (м. Чистые пруды, м. Тургеневская)

В Санкт Петербурге:

Интернет магазин «Ариаварта», курьер в удобное для вас место или со склада (м. Елизаровская, ДК Крупской)

В Ярославле:

Лавка «Теплица» – ул. Победы, 35

В Екатеринбурге:

Йога центр «Сат Чит Ананда» – ул. Чернышевского, 16, офис 712, +7(908)920-65-99

В Омске:

«Сатори. Товары Востока» – ул. Герцена, 40

«Шри Ганга» – ул. 4 Линия, 96

В Ростове-на-Дону:

«Первый Йога» – ул. Социалистическая, 145, +7(928)226-62-8

БЕЛАРУСЬ

В Минске:

Йога-студия «Светланы Губаревой» – ул. Октябрьская, 16, +375 29 6013082

Школа танца «ШТАМ» – ул. Мельникайте, 4-402, +375 29 6238505

USA

Hawaii:

Himalayan Academy, 107 Kaholalele road, Капаа

По вопросам реализации,
подписки и рекламы
обращайтесь:

letters@hinduism.today
www.hinduism.today
+7 (495) 108-8128

