

ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ

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



ЧЕННАИ Уличный праздник

Ежегодно тысячи людей
собираются на конкурсе Колам –
фестивале ритуального искусства Индии

ISSN 2658-7378



9 772658 737003

Canada CAD 10
India INR 150

Malaysia . . . MYR 14
Mauritius . . MRU 115

Singapore . . . SGD 10
UK GBP 5

USA USD 7.95



(Обложка) Зрители на ежегодном фестивале Колам в Ченнаи рассматривают работы конкурсантов во время объявления победителей; (выше) «Семь индийских просветительниц»: прославление жизни, добродетели и духовности выдающихся женщин Бхараты

Январь/Февраль/Март 2021 года • Год Щарвари, 5122 по Индуистскому календарю

Bodhinatha Veylanswami

www.gurudeva.org

В МИРЕ

- Искусство.** Керальские мастера храмовой фрески 14
Культура. Ежегодный фестиваль Колам в Ченнаи 44

СТИЛЬ ЖИЗНИ

- Образование.** Семь индийских просветительниц 28
Здоровье. В. Шастри. Аюрведическая астрология 68
Садхана. Роль саттвической диеты в духовном росте 72

КРАТКИЕ ОБЗОРЫ

- Всемирная Дхарма** 6
Современность и Дхарма 78

НАША РУБРИКА

- Йога.** А. Виттич. Женщины в йоге. Части I, II 49
Индология. С. В. Лобанов. Санскрит в индуизме: сакральный «язык богов» 58
Санскрит. Уроки санскрита. Урок 1 64

ВЗГЛЯД

- По моему мнению.** Рецитация мантр заключёнными 9
Стол издателя. Повседневная работа нашего сознания 10
От мудрецов. С. Вивекананда. Песнь саньясина 12

USA Contacts: Letters to the editor, subscription and editorial inquiries may be sent to Hinduism Today, 107 Kaholalele Road, Kapaa, Hawaii 96746-9304 USA, letters@hindu.org. Hinduism Today (ISSN# 0896-0801; USPS# 023082), January/February/March, 2021, Volume 43, No. 1. Satguru Sivaya Subramuniyaswami, Founder; Satguru Bodhinatha Veylanswami, Publisher; Paramacharya Sadasivanatha Palaniswami, Editor-in-Chief.

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

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

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

© 2021 ООО «Хиндуизм тудэй», ул. Краснопролетарская 16/2, Москва, Россия. Перевод с английского, редакция, верстка, оригинальные статьи и публикации – все права защищены.



www.hinduismtoday.com

www.hinduism.today (рус.)



Искусство Керальской фрески процветает в современном мире

Познакомьтесь с одними из самых известных художников настенной живописи и их работами, в которых сочетаются ремесло и духовность. Стр. 14...

Художник Саши Эдаварад изобразил Паттабхишеку, церемонию коронации Шри Рамы. В центре мы видим ритуальное омовение Рамы, слева от которого сидит Сита. Их окружают другие персонажи эпоса «Рамаяна», в том числе аскеты, обезьяны и члены королевского двора.

ВСЕМИРНАЯ ДХАРМА

ПОКЛОНЕНИЕ

Храмы строятся и обновляются, несмотря на изоляцию

Бушующая пандемия мало повлияла на открытие новых индуистских храмов в различных частях мира. В Ирландии 22 августа после двух десятилетий настойчивых усилий индуистской общины в Дублине открылся Ведический индуистский культурный центр. Ранее богослужение проводилось во временных помещениях. «Для нас, как для индийского сообщества, это радостный момент: теперь у нас есть индуистский храм для проведения наших религиозных ритуалов вдали от дома», — сказал Равинандан Пратап Сингх, местный NRI (Non Registered Indian — индеец нерезидент страны проживания. — Прим. пер.) www.timesnownews.com.

Это один из трёх индуистских храмов в стране, связанный с храмом Винаяки в Дублине и индуистским храмом и Индийским общинным центром в Доне. Кроме того, в Дублине действует миссия Рамакришны. В Ирландии проживает 25 000 индуистов, что составляет лишь половину процента от всего 4,9-миллионного населения.

Примерно за три недели до этого, 29 июля, в Падуе, Италия,

недалеко от Венеции, был открыт Шри Саласар мандир. Этот храм посвящён Господу Хануману в образе Саласара Баладжи. Предыстория его состоит в том, что в 1754 году фермер в деревне Асота недалеко от города Саласар в Раджастхане, Индия, нашёл на своём поле мурти Ханумана, который позже поместили в храм.

По словам владельца ресторана в Венеции Панкаджа Шармы, около 1000 индуистов живут рядом с новым храмом, и многие из 400000 индийских туристов, обычно посещающих Венецию каждый год, совершают дополнительную поездку в Паду. Некоторые из них не смогли вернуться домой из-за пандемии, и храм продолжает связывать их с Индией и индуизмом.

В Мельбурне, Австралия, 2020 год ознаменовал завершение нескольких лет работы по улучшению храма Шри Вакратунды Винаяки. Проект стоимостью 3 миллиона долларов был направлен на оборудование главного и десяти вспомогательных святилищ, а также виманы храма, элементы которых доставили из



От Ирландии до Австралии: (вверху) северо-индийский стиль Ведического индуистского центра культуры в Дублине; (внизу) новое главное святилище из гранита в храме Ганеши в Мельбурне.

Индии. Строительные работы по усовершенствованию велись в Индии с 2018 года под руководством главного архитектора Схатапати Пурушоттамы. Он и 20 ремесленников прибыли в Австралию за неделю до 20 марта, когда страна закрылась в связи с пандемией.

Храм был закрыт для посещения, но строительство разрешили продолжить. Отсутствие верующих облегчило выполнение строительных работ. Всего было установлено 1200 каменных элементов весом от нескольких сотен килограмм до шести тонн.

В июне, после завершения работ, было назначено освящение храма (*кумбхабхишека*), но из-за пандемии оно было отложено.



PHOTOS: VHCC, SRI VAKRATHUNDA VINAYAGAR TEMPLE, GURUKULAM SCHOOL



ИНДИЯ

Проект «Школьное дерево» удостоивается награды

Начальная школа гурукулам в Ути, западный Тамилнаду, выиграла премию *Green Apple Environment Award* британской компании *The Green Organization* за реализацию программы «Один

ученик — одно дерево», которую она начала в 2008 году. Эта сельская школа была открыта на известной горной станции для обучения детей местных крестьян на английском языке.

Газета *New Indian Express* цитирует представителя школы Н.Арджуна: «Эта программа мотивирует наших учеников сажать деревья каждый год на протяжении всей своей жизни.

Награду уже получили около 500 участников по всему миру, и мы единственные в Индии, кто её удостоился. Эта награда побуждает нас с особым рвением продолжать наши «зелёные проекты». Бывший президент Индии Абдул Калам в своё время также дал высокую оценку этому проекту.

6 ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ ЯНВАРЬ/ФЕВРАЛЬ/МАРТ, 2021

ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА

Германия лидирует в Европе по числу отказов от мяса

Исследование, опубликованное в научном журнале *Foods* (bit.ly/GermanyVegan), показало, что только 45% опрошенных немцев едят мясо «без ограничений», впервые оставаясь в меньшинстве. Уже 11% заявляют, что они вегетарианцы. Для сравнения, 68,5% французских участников сказали, что едят мясо «без ограничений». Эти цифры указывают на то, что в этих соседних странах по-прежнему обитает огромное количество плотоядных, но наблюдается явная тенденция к их снижению.

Один из ведущих авторов исследования, Кристофер Брайнт из Университета Бага, Англия, ответил газете *Guardian*: «Социальные последствия этого [опрос немецкого журнала] весьма

глубоки. Мнение о том, что быть плотоядным — это «нормально», является частью моральных соображений непрофессионала в пользу продолжения употребления мяса. Но как только это мнение станет мнением меньшинства, а заменяющие мясо продукты станут дешевле и вкуснее, тенденция, скорее всего, сохранится в данном направлении».

Guardian также цитирует Кристиана Купера, который оставил карьеру в сфере управленческого консультирования, чтобы основать сеть *Vincent Vegan*, продающую гамбургеры на растительной основе в торговых центрах Берлина и, что вполне уместно, Гамбурга (где «корова лепешка» в булочке и получила своё название): «Мы выбрали



Бургеры без говядины: не самая здоровая еда, но гамбургеры Vincent Vegan — часть европейской тенденции замены мяса.

для реализации своей продукции прежде всего торговые центры, потому что хотели стать мейнстримом в области вегетарианского питания — мы знали, что именно там будет спрос».

Как ни странно, исследование Брайнта касалось не вегетарианства как такового, а вероятного

употребления культивированного (то есть искусственно выращенного в лаборатории) мяса. Исследование показало, что треть французов и большинство немцев готовы покупать выращенное в лаборатории мясо, ссылаясь на заботу о благополучии животных и о климате.

ВЕЛИКОБРИТАНИЯ

Похищенные Божества возвращаются

Три маленьких мурти Господа Рамы, Ситы и Лакшманы, украденные 40 лет назад, были возвращены после многолетней работы в рамках проекта *India Pride Project*. Занимающийся поиском именно таких артефактов, один из участников проекта обнаружил мурти Рамы на веб-сайте Британской ассоциации антикваров и в конечном итоге идентифицировал её как принадлежащую храму XV века

времён империи Виджаянагара. Обнаружив фотографию пропавших божеств 1958 года, хранящуюся во Французском институте в Пондичери, он подключил к работе полицию в Индии и Лондоне и успешно подтвердил идентичность всех трёх статуй. Дилер, у которого они находились, охотно передал их Верховной комиссии Индии. Согласно сообщению BBC, статуи могли быть проданы за миллионы долларов.



Возвращение домой: 500-летние статуи Рамы, Лакшмана и Ситы обнаружены, осталось найти статую Ханумана, которая была четвертой в этом божественном ансамбле.

ПАНДЕМИЯ

Бали скоро вновь откроется

Индонезия закрылась в апреле из-за пандемии, на Бали было несколько случаев заболевания, но его экономика, основанная на туризме, остановилась. Полагая, что остров каким-то образом защищён от пандемии, местные власти решили открыть Бали для местных туристов 31 июля. Вскоре число случаев заболевания *Covid-19* выросло в пять раз, до 4000 человек в день, согласно сообщению *ABC News Australia*. Большинство туристов

прибыли с близлежащего острова Ява, где отмечался самый высокий уровень заражения и смертности во всей Индонезии.

К концу декабря по всей Индонезии были введены новые ограничения. В специальных крематориях на Бали кремировали от одного до дюжины тел в день. Священник произносил заключительную молитву, а ограниченному количеству членов семьи разрешалось наблюдать за церемонией из соседнего помещения.



По дюжине в день: крематорий в Бангли — один из немногих на Бали, где безопасно кремируют тела жертв пандемии.

ЯНВАРЬ/ФЕВРАЛЬ/МАРТ, 2021 ИНДУИЗМ СЕГОДНЯ 7

PHOTOS: U/ADRIA_R, REUTERS, ABC NEWS

Оценка влияния Йогананды столетие спустя

Сто лет назад, 19 сентября 1920 года, индийский йог и гуру Парамахамса Йогананда прибыл в Бостон в качестве индийского делегата на Унитарную конференцию религиозных либералов. Приезд Йогананды, наряду с более ранним визитом другого индийского учителя, Свами Вивекананды, положил начало становлению йоги на этих берегах в крупную индустрию, а также стал одним из самых значительных примеров синкретизма – религиозного и культурного смешения – в истории Запада.

Общество самореализации Йогананды в конечном итогеало около 800 храмов, *ашрамов* и ретритных центров в 60 странах. Сочетание традиционной индуистской практики с американской культурой самоподдержки привело к расцвету более ранних движений, таких как Трансцендентализм и Новое мышление. Йогананда умело сочетал поп-культуру с верой, что ставило личное сознание Божественного и фундаментальное единство всех духовных путей над определённой догмой или доктриной.

Цель человечества заключается в том, чтобы «знать всеми

частями тела, ума и души, – писал он, – что вы уже обладаете Царством Божьим; что вам не нужно молиться, чтобы оно пришло к вам; что вездесущность Бога – это ваша вездесущность; и всё, что вам нужно сделать, – это повысить своё знание».

Йогананда создал новую модель поп-духовности. Его бестселлер «Автобиография йога» 1946 года разошёлся тиражом более четырёх миллионов экземпляров и раздавался на похоронах Стива Джобса по завещанию самого основателя *Apple*.

По словам одного из присутствующих на похоронах Стива Джобса, генерального директора *Salesforce* Марка Бениоффа, скрытое послание, стоящее за подарком этой книги Йогананды, было – «осознай себя». По словам Бениоффа, Джобс «имел это невероятное осознание того, что интуиция – его величайший дар. Что нужно смотреть на мир изнутри... Его послание состояло в том, чтобы заставить человека заглянуть внутрь себя и осознать себя».

Спустя столетие проект Йогананды по самореализации и его видение объединяющей



Парамахамса Йогананда: один из пионеров, принёсших индуистскую мысль на Запад через свои сочинения и речи.

духовной силы стали более мощными, чем когда-либо. В самом деле, по мере того, как всё больше и больше американцев пополняют ряды религиозно неаффилированных или духовно

смешанных адептов, это может стать нашей новой гражданской религией.

Из репортажа службы религиозных новостей Тары Изабеллы Бертон.

замечательный раздел доктора Кусумиты Петерсена, посвящённый учениям мировых религий о творении и окружающей среде. Все согласились со следующей его формулировкой: «Естественный мир сам по себе имеет ценность, выходящую за рамки удовлетворения человеческих потребностей, и все живые существа имеют моральное значение».

ХРАМ РАГХУНАТХА В ШРИНАГАРЕ ВОССТАНАВЛИВАЕТСЯ

спустя три десятилетия после того, как он был сильно повреждён исламскими террористами в кампании по вытеснению индуистских кашмирских пандитов из долины. Храм, посвящённый Господу Раме, был построен в 1860 году.

ОДНИМ ИЗ ПОСЛЕДСТВИЙ ПАНДЕМИИ COVID-19 СТАЛО «значительное сокращение» миссионерской работы католической церкви, говорится в сообщении Религиозной службы новостей со

ссылкой на священника Мартина Ласарте. Кроме того, по словам кардинала Жан-Клода Холлриха, в Европе наблюдается быстрое сокращение числа верующих католиков, которые считают, что «жизнь благоустроена» и без необходимости еженедельного посещения церкви. Ласарте заявил, что он доволен «малым, но доброкачественным» и верит, что «у христианства всё ещё есть будущее».

Новости
предоставлены

**HINDU PRESS
INTERNATIONAL**

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

PHOTOS: SRF



Журнал «Индуизм сегодня» был основан 5 января 1979 года признанным во всем мире ортодоксальным учителем и виднейшим проповедником индуизма Садгуру Шивайя Субрамуниясвами (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 Субрамуниясвами

Издатель:
Садгуру Бодхинатха Вейлансвами

Главный редактор:
Парамачарья Садашиванатха Паланисвами

Помощник издателя: Парамачарья Шиванатха Чейонсвами
Заместитель редактора: Ачарья Кумарнатхасвами
Управляющий редактор: Ачарья Арумуганатхасвами
Руководитель производства: Санньясин Брахманатхасвами

Менеджер подписки и распространения:
Саньясин Шанмуганатхасвами

Менеджер по рекламе: Санньясин Каивальянатхасвами
Помощники редакторов: Йоги Раджанатха

Корреспонденты: Чудамани Шиварам, Бенгалуру; Лавина Мелвани, Нью-Йорк; Дев Радж Агарвал, Дехрадун; Парас Рамоутар, Тринидад. *Редактор копирования:* Чамунди Сабанатхан. *НПИ:* Чандра Шанкара. *Консультанты:* д-р С. П. Сабхаратнам Сивачариар. *Фото предоставили:* Томас Л. Келли, фотоагентство Динодия, Дев Радж Агарвал, Дехрадун, Арун Мишра, Мумбаи. *Цифровая команда:* Андре Гарсия, Дхармалингам Сиддхан. *Распространение:* в США: Ingram Periodicals, New Leaf, подписные услуги EBSCO, Ubiquity; в Европе: Служба подписки SWETS; в Малайзии: Kovind Enterprises; в Сингапуре: Sanathana Dharma Publications; в Индии (Дели): Central News Agency Limited; на Маврикии: CODIP. *Печать:* Quad / Graphics, Мидленд, Мичиган.

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

ПО МОЕМУ МНЕНИЮ

Рецитация мантр заключёнными

Рассказывая о неожиданном положительном влиянии простых индуистских песнопений на женщин-заключённых

СВАМИНИ ВИШВАПРАТИБХА МА

Индуизм может напугать своим обилием первоисточников, сампрадай и гуру. Но есть один дар индуизма, от которого каждый может сразу извлечь пользу, – это джапа, или рецитация мантр.

Прежде чем стать вайшнавской *свамини* в Шри Сампрадае, основанной Шри Рамануджи Ачарей, я была внештатным писателем. Социальная служба здесь, в Канаде, наняла меня, чтобы я писала истории, взятые из реальной жизни приёмных детей. Я написала сотни историй об одиночестве, жестокости и боли. Я старалась вплести духовную мудрость между строк, чтобы помочь этим детям извлечь уроки из своей жизни и, надеюсь, простить людей, которые, как им казалось, причинили им вред.

Я отчаянно хотела им помочь, пока и они не выросли жестокими родителями. Я чувствовала, что где-то в индуизме может найтись простое решение, но я поняла, что сначала должна «укрепиться» сама. Я провела годы в Индии, соблюдая *санньясу*, и мой гуру Парамахамса Вишвананда посвятил меня в *свамини*.

Как только я вернулась в Канаду, я возобновила волонтерство в колонии для несовершеннолетних, надеясь хоть как-то помочь. Гуруджи сказал мне учить их рецитации «Ом Намо Нараяна», и не имело значения, верят ли эти дети в «Бога». Песнопение само по себе было Богом и должно было помочь им.

Первая девушка, которую я обучала, провела всю свою жизнь под контролем Социальной службы. Она сбежала из приёмной семьи и теперь находилась в тюрьме за преступление, которого, по её словам, не совершала. Я встретила с ней за день до того, как она должна была предстать перед судом. Она отказалась от адвоката, сказав мне: «Я не доверяю взрослому. Я хочу, чтобы мне предоставили слово, хочу защищать себя сама».

«Тогда тебе нужно научиться рецитации этой мантры», – ответила я. Мы провели положенный нам час, играя в Джэнгу (сооружая башню из маленьких блоков, а затем убирая их по одному) и вместе распевая мантру. Она выиграла.

«Я хочу повторять её вечно!» – заявила она, словно сияя изнутри. Я заверила её, что это изменит её жизнь. Она поблагодарила меня, и её увели. Несколько дней спустя



сотрудники тюрьмы связались со мной и сказали, что она успешно защитила себя в суде и была освобождена из-под стражи.

Неделя за неделей всё больше подростков присоединялись к обучению рецитации мантр. Некоторым это было неинтересно, они просто хотели поговорить с доброй душой. Другие сразу же спросили о моей вайшнавской *тилаке* и оранжевых одеждах и были рады научиться петь мантры. Охранники и персонал заметили происходящие положительные изменения, и спросили, смогу ли я организовать что-то подобное и в женской тюрьме.

Я предложила использовать древнюю технику исцеления, применяемую *риши*: воспевание священного слога Ом. По всему миру тысячами практикуются круги повторения слога Ом, созданные Парамахамсой Вишванандой и его гуру Махаватаром Бабаджи.

Участие бесплатное, простое и открытое для всех, независимо от религиозной принадлежности. Положительный эффект заключается в том, что создаваемые кругом положительные вибрации распространяются на два километра за его пределами, восстанавливая эмоциональное и психическое равновесие людей даже без их ведома. Руководство тюрьмы согласилось провести данную практику и назначило вечер для участия в ней женщин-заключённых из числа коренных народов. Мероприятие должно было состоять из воспевания слога Ом, за которым планировалось проведение целительной техники индийского круга с использованием барабанов.

Когда стемнело, застенчивых женщин ввели внутрь, и я расставила их в два круга, один внутри другого. И мы стали петь. Когда звук «Ом» заполнил комнату и распространился в узкие коридоры и тюремные блоки, я почувствовала, как Господь Кришна улыбается. Мой тюремный связной признался, что был удивлён, как все женщины расслабились и успокоились. Он спросил одну заключённую, как она себя чувствует, и она с удивлением ответила: «Счастливо!» Такое чувство нелегко испытать в тюрьме. Мы все живём в тюрьмах, созданных нами самими. Но мы можем воспевать мантры, где бы мы ни были, и освободить себя.

Свамини Вишвапратибха Ма является членом базирующейся в Германии организации Бхакти Марга. Веб: bhaktimarga.org. Контакты: vishwapratibhama@bhaktimarga.org

КРАТКО...

ХРАМ ДЭВИ В НАПЕ БЫЛ СОЖЖЕН ДОТЛА В АВГУСТЕ

этого года в результате одного из крупнейших лесных пожаров в Калифорнии. Некоторым жителям недавно построенного *ашрама* пришлось покинуть жильё в одном лишь нижнем белье, – так быстро распространился огонь из-за сильного ветра.

В 2020 ГОДУ ИСПОЛНИЛОСЬ 100 ЛЕТ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ РАМА СВАРУПИ,

одного из величайших индуистских мыслителей XX века. В 1992 году он писал: «Индуизм удовлетворяет самые глубокие духовные и этические потребности человека. В нём разработаны различные методы, способствующие росту к более осмысленной, единой и интуитивной жизни. Он плюралистичен, сострадателен и ненасильственен по

характеру. Фактически, в нём есть всё, что человек ищет в своей глубинной сути, и он – результат этого поиска».

ДВОРЕЦ МАГНАТА В КАИРЕ,

Египет, также известный как «Индуистский дворец», был спроектирован и построен в 1911 году французским архитектором в стиле храмов Ориссы и Ангкор-Ват и служил домом для бельгийского миллиардера. Правительство Египта приобрело обветшалое (и, как сообщается, населённое призраками) здание в 2005 году и только что открыло его после капитального ремонта.

КНИГА «ВЕРА ДЛЯ ЗЕМЛИ – ПРИЗЫВ К ДЕЙСТВИЮ»

была опубликована ООН и Парламентом мировых религий (bit.ly/UNcall). В ней есть



Повседневная работа нашего сознания

Древние тексты показывают нам пути постижения тайн разума, описывая четыре основных состояния сознания

САДГУРУ БОДХИНАТХА ВЕЙЛАНСВАМИ

Распространённый взгляд представляет индуизм, как религию, сосредоточенную вокруг церемоний, взятых из древних Вед и Агам, обрядов, призванных вызвать присутствие Божественного через поклонение различным божествам. Однако, это описание игнорирует более глубокие учения индуизма, такие как его древние прозрения относительно четырёх состояний сознания. Древнейшим сочинением, содержащим описания состояний ума, является «Чхандогья упанишада», датируемая между VIII и VI веком до нашей эры. Многие люди удивляются, узнав, что более 2500 лет назад индийские *риши* обладали знанием о состояниях сознания, испытываемых людьми. Те же идеи излагаются в двенадцати строфах «Мандукья упанишады», датируемой примерно семью веками позднее.



Эти четыре состояния ума, называемые на санскрите *авастха: джаграт* (или *вайшванара*), бодрствование; *свапна* (или *тайджаса*), сновидение; *сущупти* (или *праджня*), глубокий сон; и *турия*, «четвёртое состояние», сверхсознание или *самадхи*.

Один из авторов Википедии так комментирует эти учения из Упанишад: «Различия в типах осознания проявляются в мысли древней Индии под влиянием индуизма. Центральная идея Упанишад – это различие между преходящим мирским «я» человека и «Я», его вечной неизменной душой. Разнообразные индуистские доктрины и буддизм бросали вызов этой иерархии «Я», но все они подчеркивали важность достижения более высокого сознания. Йога – это набор техник, используемых для достижения этой цели».

Давайте рассмотрим каждое из этих четырёх состояний более подробно. В состоянии бодрствования *атман*, или душа, обладает ограниченным чувством «Я», осознаёт внешние объекты и взаимодействует с ними. В состоянии сновидения *атман* обладает тем же ограниченным чувством «Я», осознавая и переживая свой ментальный ландшафт, исследуя астральный мир. В глубоком сне осознание объектов отсутствует, часть ограниченного самоощущения преодолевается и переживается более глубокое состояние покоя. В четвёртом состоянии *атман* пребывает во всей полноте своей духовной природы. Тогда индивид вездесущ, ощущение, что что-то существует отдельно от него, полностью отсутствует. Мы можем подумать об этом как о жизни в доме с тремя комнатами: первая для бодрствования, вторая для сновидения и третья для глубокого сна. Пока мы остаёмся в доме, наше сознание ограничено. Однако, если мы выйдем наружу, то сможем снять это ограничение и ощутить себя вездесущим сознанием.

Первые две строфы «Мандукья Упанишады» (в переводе Свами Никхилананды) представляют эту идею единства в терминах «*атма*», «*Брахман*» и «*Аум*».



1. Аум, слово, и есть всё это [то есть вся вселенная]. Ясное объяснение этому таково: всё, что есть в прошлом, настоящем и будущем, есть, действительно, Аум. И всё остальное, что существует за пределами тройственного деления времени, – это тоже истинный Аум.

2. Всё это, воистину, есть Брахман. Этот Атман есть Брахман. Этот же Атман имеет четыре четверти (*пады*).

Утверждение «Этот Атман есть Брахман» («*Айам атма Брахма*» на санскрите) является одним из четырёх *Махавакья*, великих утверждений Упанишад, провозглашающих единство Атмана и Брахмана.

Достижение турии через Аум

«Мундака Упанишада» утверждает, что Аум можно использовать как средство реализации этого единства. «Аум – это лук, Атман – стрела, Брахман – это цель. Она должна быть поражена невозмутимым умом. Тогда Атман становится единым с Брахманом, как

стрела с мишенью». Конечно, один из способов использования Аум в качестве лука – это повторение его как мантры, практика *джапа*-йоги. Мой Гурудэва, Шивая Субрамуниясвами, объясняет эту практику в разделе «Возможность познания» своей книги «Слияние с Шивой».

«Семидесятый афоризм: для помощи в деполаризации и преобразовании творческих сил, рецитируются определённые мантры. Они логически концентрируют сознательный разум, гармонизируют его под сознание и магнетизируют мозг. Это направляет творческие силы из инстинктивной области в интеллектуальную и сверхсознательную».

«Семьдесят первый афоризм: слог А-У-М, если его правильно произносить, преобразует инстинктивное в интеллектуальное, а инстинктивно-интеллектуальное – в сверхсознательное. Тогда будет достигнуто прямое познание».

Гурудэва комментировал этот афоризм следующим образом: «Аум – это универсальная мантра, которую могут без какого-либо вреда повторять как посвящённые, так и непосвящённые, при любых условиях, при любых обстоятельствах, независимо от того, очищено тело или загрязнено. При правильной рецитации она будет возвышать сознание, гармонизируя физическую составляющую с ментальной и духовной».

Гурудэва объяснял, что для того, чтобы повторение Аум работало как мантра, его нужно произносить правильно. Первый звук – А, произносится как в английском слове «awe» (трепет), но растягивается: «ааа». Второй звук – У, как в слове «goof» (крыша), произносится как «уу», но продолжительно: «ууу». Третий звук – М, произносится «мм», при этом передние зубы мягко соприкасаются, а звук растягивается и нозализируется: «мммм». Каждое повторение звучит около семи секунд, причем две секунды на А, две секунды на У и три секунды на М, затем, перед следующим повторением, около двух секунд следует тишина. Три звука произносятся вместе: ААУУММ (молчание), ААУУММ (молчание), ААУУММ (молчание). На первом звуке, А, мы чувствуем вибрацию в солнечном сплетении и грудной клетке. На втором звуке, У, вибрирует горло. Третий звук, М, вызывает вибрацию в верхней части головы.

«Мандукья Упанишада» (строфы 9-12) проводит чёткую корреляцию между «четвертями» слога Аум и четырьмя состояниями сознания, подтверждая учение Гурудэвы об использовании звуков Аум для перехода на более тонкие уровни бытия.



- Бодрствование, *джаграт*
- Сновидение, *свапна*
- Глубокий сон, *сущупти*
- Сверхсознание, *турия*

9. Вайшванара Атман, чьей сферой деятельности является состояние бодрствования, является А, первым звуком [Аум], по причине его всепроникаемости или по причине того, что он является первым. Тот, кто знает это, получает все желания и становится первым [среди великих].
10. Тайджаса Атман, сферой деятельности которого является состояние сна, является У, вторым звуком [Аум], в силу своего превосходства или промежуточности. Тот, кто знает это, достигает высшего знания, получает равное отношение от всех и не находит в своей семье никого, кто не знал бы о Брахмане.
11. Праджня Атман, сфера деятельности которого – глубокий сон, есть М, третий звук [Аум], потому что он является мерой, а также потому, что в нём всё становится одним. Тот, кто знает это, способен измерить всё и постичь всё в себе.
12. Четвёртый [турия] – без частей и без отношений; Он прекращение явлений; Тотальный, всеблагой, недвойственный. Этот Аум – истинно Атман. Тот, кто знает это, соединяет своё «я» и Атман – да, тот, кто знает это. (Без частей означает без звука. Турия – это беззвучный Аум).

В разделе «Возможность познания», когда Гурудэва упоминает о движении от инстинктивного к интеллектуальному разуму, он говорит о повышении нашего состояния сознания. Например, страх – это отрицательная эмоция, над которой мы можем возвыситься через несколько минут пения слога Аум. Точно так же мы можем перейти от возбужденного состояния ума к спокойному. Гнев также может быть преобразован в прощение – и всё это благодаря силе слога Аум. Если человек находится в негативном состоянии сознания, он может перейти

Осознанность: художник изобразил человеческий мозг в виде переплетённых яиц в гнезде, сплетённом из веток. Справа перечислены четыре состояния сознания и их санскритские названия.

в позитивное состояние. Повторение мантры Аум – это лишь одна из многих практик, которые индуизм даёт нам для достижения этой цели. В другом месте в книге «Слияние с Шивой» Гурудэва указывает: «Обычно люди принимают проблемы слишком близко к сердцу, отождествляя себя с ними. Когда они испытывают гнев, они злятся. Когда они испытывают блаженство, они радуются. Мистик отождествляет себя с переживающим, а не с самим переживанием. Он видит себя как чистое осознание, которое путешествует в уме. Когда он в Сан-Франциско, он не становится городом Сан-Франциско. Точно так же, когда он в гневе, он не является гневом. Он говорит себе: «Я – чистая энергия. Я – духовная энергия, текущая через разум и тело. Я не тело, не разум и не эмоции. Я – это не мысли, которые я обдумываю, и не переживания, которые я испытываю. Таким образом, он формирует новую идентичность себя как свободного существа, которое может путешествовать в любом месте ума. Такой человек всегда находится на вершине горы».

«Мы должны изучить концепцию того, кем мы являемся. Когда мы начинаем чувствовать себя, значение слова «Я» начинает меняться. «Я» больше не означает наше тело. «Я» означает энергию, осознанность и силу воли. Вскоре мы обретаем полную истину, что мы живём в теле, но мы не являемся телом, в котором живём. Подумайте о слове «Я» и честно осознайте, что оно значит для вас».



СЛОВО МУДРЕЦА

Песнь саньясина

Тринадцатистишие Свами Вивекананды – это символ веры аскета и убедительное напоминание о высшем духовном пути

СВАМИ ВИВЕКАНАНДА

Раздайся песнь! Та песнь, чья родина далеко, куда не может никогда достичь мирской порок, – в пещерах гор, среди лесов глубоких, покой которых никогда не смел нарушить ни один вздох сладострастья, ни жажда славы и богатства; где катится поток истины, знания и следующего за обоими – блаженства...
Пой громко эту песнь, отважный саньясин: «Аум тат сат, Аум!»

Разбей свои оковы, привязывающие тебя к низменному миру, из блестящего ли от золота, или из тёмного неблагородного металла... Из любви или ненависти, добра или же зла, или чего бы то ни было другого, но двойственного тоже... Знай, раб есть раб, – ласкают ли его, или же бьют, он не свободен, так как цепи, хотя бы и из золота, не менее крепки, чем всякие другие. Так сбрось же их, отважный саньясин, и говори: «Аум тат сат, Аум!»

Пускай исчезнет тьма и те блуждающие огоньки, которые своим мерцанием только усиливают мрак! Пускай в тебе угаснет жажда жизни! Она влечёт душу от рожденья к смерти и от смерти к новому рождению. Тот побеждает всё, кто самого себя сумеет победить. Знай это и никогда не отступай, отважный саньясин, и говори: «Аум тат сат, Аум!»

Говорят: «кто сеет – должен жать», и каждая причина принести следствие должна: хорошая – хорошее, дурная – злое. И никто не уклонится от закона, но тот, кто носит форму, какой бы ни была она, тот вынужден носить и цепи. Таков закон... Неизмеримо выше всех форм и всех имён Атман, свободный вечно. Знай, смелый саньясин, – ты – Тот! И говори: «Аум тат сат, Аум!»

Не знают истины все, кому грезятся бессмысленные сны, отец, мать, дети, жена и верный друг... О, неимущий пола Суций! Чей Он Отец и чьё дитя? Чей друг, чей враг Тот, кто был всегда Один и навсегда Один пребудет? Он – всё во всём, и вне Его ничто не существует. И ты, отважный саньясин, ты – Тот! И зная это, пой: «Аум тат сат, Аум!»

.....
Автор: (вверху) Свами Вивекананда; (справа) Свами со своими учениками во время своего первого визита в Кашмир в 1897 году. Слева направо: Свами Тригунатита, Свами Садананда, Свами Шивананда, Свами Вивекананда, Свами Туриянанда и Свами Брахмананда.



Есть лишь Один – Свободный, Всеведущий и Суций! Без имени, без формы и без цвета... В нём – Майя, которой снятся эти сны, а Он свидетель их, проявленный в виде природы и души. Ты – Тот! Знай это, смелый саньясин, и пой: «Аум тат сат, Аум!»

Там, где ты думаешь найти свободу, ни этот мир, ни тот тебе её не может дать. Бесплодны твои искания в святилищах и книгах. В твоей руке спасительная нить, влекущая тебя к познанию и свободе... Не жалуйся напрасно! Брось всё, что тебя держит, отважный саньясин! И пой: «Аум тат сат, Аум!»

Говори всему: «Мир вам! Я ничему живущему не угрожаю. Я всё во всём, как в том, что пребывает наверху, так и во всём, что ползает в низинах. Я отвергаю жизнь и здесь, и там, все небеса и земли, и самый ад, все страхи и надежды...» Так рви же, рви свои оковы, отважный саньясин! И пой: «Аум тат сат, Аум!»

Не обращай внимания на то, живет ли плоть твоя, или же умирает. Её задача кончена, и Карма пусть её уносит. Пускай один венцы на эту форму возлагает, другой ударами её осыпает, но ты молчи и знай, что там не может быть ни похвалы, ни порицания, где и хвалящий, и хвалимый, и порицаемый, и порицающий его – Одно... Итак, спокоен будь, отважный саньясин! И пой: «Аум тат сат, Аум!»

Истина не приходит в ту обитель, где алчность, слава и сладострастие живут... Совершенным быть не может, кто смотрит на женщину, как на жену; ни тот, кто обладает хотя бы самым малым, ни тот,

кто поддается гневу... Никто из них ворота Майи не пройдет. Брось это всё, отважный саньясин! Брось всё и пой: «Аум тат сат, Аум!»

Тебе не нужен дом... Пусть ни одно жилище тебя не сможет удержать! Небесный свод – твоя незыблемая кровля, трава постель; а пища то, что случай тебе даст. Хорошо ли она приготовлена, или же дурно, пусть это для тебя будет всё равно! Нет такой пищи, ни питья, которые могли бы осквернить стремящееся к самопознанию твоё «Я»... Уподобляйся вечно бегущему потоку... Уподобляйся, отважный саньясин! И пой: «Аум тат сат, Аум!»

Немногим истина известна... Невежды будут ненавидеть и насмехаться над тобой, великий! Но не обращай внимания на них. Иди, свободный, с одного места на другое и помогай им выходить из мрака покрывала майи, без трепета перед страданием, без жажды мимолётных радостей земных. Будь выше их, отважный саньясин! И пой: «Аум тат сат, Аум!»

Так непрестанно, изо дня в день, укрепляй душу, покамест силы кармы истощатся... Нет более рождения, ни «я», ни «ты», ни смертного, ни Бога! Я стану всем; всё станет «Я» и неомрачаемым блаженством! Знай, смелый саньясин, – ты Тот! И пой: «Аум тат сат, Аум!»

«Песнь саньясина» Свами Вивекананды – перевод со второго калькутского издания Я. К. Попова СПб.: Типография И. В. Леонтьева, 1914





ИСКУССТВО

Художники-муралисты Кералы

Познакомьтесь с современными мастерами восхитительного священного искусства

Керальские фрески веками хранят легенды эпоса, изображая Всевышнего в формах Брахмы, Вишну и Рудры, разных полубогов, сражающихся с властолюбивыми демонами, мифы о святых аватарах и многое другое. Эти удивительные фрески украшают стены древних храмов и дворцов. Считается, что древнее дравидийское искусство зародилось в VII веке

под влиянием Паллавов, и достигло расцвета между XVII и XVIII веками, в одно время с движением бхакти. Это искусство находилось на грани исчезновения из-за слабеющей поддержки правителей, и только ярое желание возродить его привело это вековое искусство в современность. Эти фрески заслужили признание любителей и коллекционеров по всему миру.

Вступление

Автор: Бхани Секхон, Читторгарх

Чтобы прочувствовать эстетику керальских фресок, стоит ознакомиться с удивительной связью фресок и архитектуры местных храмов. Эти храмы строились в соответствии с инструкциями и философией, изложенными в «Куларнава-тантре» (одном из главных тантрических произведений): в этих таинственных стихах человек сравнивался с храмом, а Садашива, или Параматма отождествлялся с Божеством этого храма. Согласно этим принципам, можно построить сам храм. Храм как бы представляет собой физическое тело Божества. *Шри ковил*, внутреннее святилище, — отдельное сооружение внутри храма — это голова Божества, а янтра или статуя Бога в святилище — это сама сущность Божества, связь с внутренним миром и духом Бога. Фрески на внешних стенах святилища гармонично сочетаются с резьбой по дереву, украшающей крышу. Изображения всегда соседствуют с *мурти* (образом Бога), сделанным из камня, дерева или *панчалохи*, традиционного сплава пяти металлов. В *Шри ковиле* искусно сочетаются природные богатства: основной каркас сделан из дерева, гранит и латерит заложены в фундаменте, известковая штукатурка покрывает стены, а слой медных листов — дервянную крышу.

Храмовые фрески отличаются довольно стилизованными изображениями богов



Об авторе

Бхани, аспирант направления изобразительных искусств, уже 18 лет работает в творческой среде художественным руководителем, куратором, писателем, дизайнером, иллюстратором и художником одновременно. Её конёк — писать обо всём, что связано с искусством, будь то современный жанр или исторический.

и богинь, изобилием флоры и фауны, насыщенными цветами и аккуратными штрихами. Однако, керальские фрески представляют из себя нечто большее, чем просто способ изображения мифов и народных историй по вольной задумке художника. Иконография этой живописи основана исключительно на *дхьяна-шлоках*, собрании более чем 2000 священных стихов, подробно описывающих разные виды божеств — их 9 *рас* (настроений/эмоций), украшения, виды оружия, средства передвижения, пропорции, цветовые сочетания и многое другое.

В отношении стиля и техники художники строго придерживались классического текста «Шилпаратна», написанного Шри Кумарой под покровительством Дэванараяны, правителя Траванкора в XVI веке. Это энциклопедическое санскритское произведение служит учебником для всех керальских художников-муралистов. В нём описаны методы подготовки красок и кистей, нанесение штукатурки на стены, основная цветовая палитра (*панчаварна*), методика рисования, положение фигур и другие подобные аспекты. Всё это подробно объясняется в этом исчерпывающем трактате. В нём также рассматривается наука иконографии. Например, для каждого образа

определены точные пропорции. Это объясняет, почему конкретное божество имеет одни и те же пропорции на всех храмовых фресках Кералы. Чтобы правильно усвоить навыки традиционного искусства написания фресок, учащийся должен изучать и осмысливать эти классические произведения. Современные фресочники до сих пор старательно следуют этим традициям. Однако теперь те же изображения можно встретить не только на стенах храмов, а также и на холстах, бумаге, глине и полотнах. Несмотря на такое смешение классического и современного подходов, этот неповторимый стиль всё равно известен как «Искусство фрески Кералы».

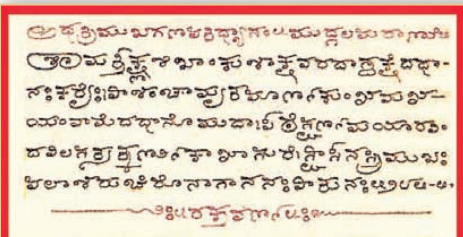
В этой статье мы расскажем о Саджу Турутхи, Маникандане Пуннаккале, Каламандаламе Биндулекке и Шаши Эдавараде, одних из самых узнаваемых фресочников, известных своим уникальным вкладом в возрождение этого богатого наследия. Эти мастера, учававшиеся в традиции *гурукулы*, познали обе сферы — восстановление фресок во многих исторических храмах и написание картин, будучи частными художниками. Эти опытные мастера поделились с нами своими впечатлениями о своей работе и духовном опыте в этой традиции.

Описание изображений божеств

Дхьяна-шлоки из древнего текста «Мудгала-пурана» знакомят нас с 32 видами изображения Ганapati. Ниже представлен перевод описания 28-ой формы, известной как Тримукха Ганapati. Изображение и *шлока* взяты из «Шритаттванидхи», иконографического трактата, написанного в XIX веке в Карнатаке.

У него шесть рук. Он держит острый и блестящий серп и чётки из рудракиши в своих правых руках, а также показывает жест дарования блага (варада). Он держит аркан и сосуд, полный божественного нектара (амрита) в левых руках, и показывает жест дарования отваги (абхайя). Он восседает на блестящем золотом троне с лотосом по центру. У Него три глаза, Он сияет, будто полыхающее пламя лесных цветов (Бутея односемянная).

(Слева) Изображение Тримукха Ганapati из «Шритаттванидхи»; (справа) изображение Господа Ганеши кисти Манникандана Пуннаккала



Маникандан Пуннаккал

Работы Маникандана Пуннаккала отличаются экспериментальным подходом, влияющим на привычные образы. Благодаря своему новаторству, Маникандан вдохнул вторую жизнь в искусство фресок Кералы, используя разные материалы и средства. Когда он прославился, его произведения стали появляться на выставках по всей Индии и даже за границей.

Поделитесь, пожалуйста, своими впечатлениями от недавнего двухлетнего проекта по восстановлению 80 фресок в историческом храме Вайком Махадэвы в Керале.

Восстанавливая фрески храма Вайком Махадевы, я могу оставить небольшой, но всё же заметный след в истории. Проект обогатил меня колоссальным духовным опытом, а моя работа напоминала творческую медитацию. Это величайшее благословение, на какое только может рассчитывать любой художник.

Работа над этими древними фресками будто перенесла меня в прошлое, что помогло мне по-настоящему прочувствовать мастерство первых мастеров той эпохи. Это хорошо закалило меня, и все приложенные усилия действительно помогли мне в карьере. Реставрация росписей в храмах требует самоотверженности, в отличие от живописи для себя, которая связана с эго и личной выгодой.



Что вам даётся сложнее — быть реставратором или художником?

Реставрация, без сомнений, сложнее. Храмовые фрески бесценны, они не могут быть проданы или куплены; в их основе лежат священные писания. Следовательно, реставратор должен строго следовать всем заветам писаний, в отличие от художника, который посвящает себя поиску своего направления и стиля. Я осознал, что это связано не столько с разумом, сколько с душой, по сравнению с моим привычным творчеством.

При росписи храмов художник также всегда должен помнить, что любое действие необратимо и фрески должны пережить суровые условия. Роспись увядающих исторических сохранившихся возлагает огромную ответственность.

Вы учились своему мастерству в традиции гурукулы. Расскажите, пожалуйста, какой вклад привносит гуру-шишья парампара в учебный процесс.

Отличительная черта древнего метода обучения в гурукуле заключается в том, что ученики живут со своими учителями в одном доме или монастыре. Такой метод обучения больше всего подходит искусству создания фресок, так как тесное взаимодействие гуру и шишья (ученика) просто необходимо. Речь идет об обучении на практике, а оно требует глубоких знаний. Без постоянного руководства наставника никак не обойтись.

В гурукуле ученики соблюдают строгую дисциплину и живут по графику. Такие вещи, как ежедневные обязанности и простое хра-

мовое питание, кажущиеся незначительными для обычного человека, сильно влияют на развитие личности. Шишья, учащиеся в традиции гурукулы, выпускаются уже как зрелые личности, уверенные в себе и подготовленные к дальнейшей жизни.

Ваши рельефные фрески экспериментальны. Изменила ли практика этих трёхмерных фресок ваш подход к другим материалам, таким как холст и бумага?

На моих цементных фресках (левая нижняя фотография) изображены кожаные куклы, сделанные для Тхолпавокуту — кукольного театра теней, распространённого в моём родном городе, Палаккаде, в Керале. Это вид ритуального искусства, посвящённый Бхадракали, который обычно проводится в храмах Дэви. Согласно отзывам, полученным мной от многих художников и клиентов, мой «двухмерный» стиль изменился благодаря работе над рельефными фресками. В моих работах теперь больше глубины, и таких изменений в стиле избежать нельзя. Как только вы попробуете заняться чем-то новым, это сразу окажет влияние на другое ваше творчество.

В отличие от древних времён, когда художникам-муралистам покровительствовали правители, современные коммерческие художники сталкиваются с большим количеством трудностей, в плане заказов, времени, денег и прочего. Не хотелось ли найти другой источник основных средств к существованию?

Трудности и испытания есть всегда и везде, но они никогда не склоняют меня бросить своё занятие. Мои мечта и цель всегда были для меня ясны. Мне повезло начать карьеру с правильным подходом и отношением к искусству.



На рынке искусства чрезвычайно много конкуренции, и он требует большого увлечения и воли. Художники должны пытаться прыгнуть выше головы, чтобы расти и поспевать за постоянно меняющимся миром. Защищивание на трудностях только затормозит и убьёт творчество.

Каковы ваши взгляды на перспективы искусства фрески в Керале в целом? Переживёт ли оно столетия?

Традиционное искусство фрески будет жить вечно. Оно лишь недавно вышло за пределы храмов, и его путь только начался. Однако, чтобы оставить свой след в искусстве, художник должен развивать свой собственный стиль во имя оригиналь-

ности. Необходимо иметь свои характер и чувства.

Многое было сделано, чтобы оживить и поддержать богатое наследие храмовых фресок. Тенденция к восстановлению фресок началась с Института искусства фрески, основанного Гурувайуром Дэвасомом в 1989 году. После этого множество государственных институтов, таких как Вастувидья гурукулам в Амаранмуле и Университет санскрита Шри Шанкарачарьи в Калади открыли сертифицированные курсы керальской настенной живописи. Многие заинтересованные студенты поступают туда каждый год, что говорит о растущей популярности этого вида искусства. Керальские фрески теперь считаются одними из важнейших произведений искусств страны.

Сохранение и перерисовка древнего искусства



(По часовой стрелке сверху) Маникандан Пуннаккал рядом с огромным изображением Ардханаришвары; храм Вайком Махадэвы в Вайкоме, Керала; Маникандан Пуннаккал работает над большими изображениями Кришны и Радхи; изображение Сарасвати; банановые листья-палитры, на которых лежат традиционные краски; изображение Киннарана, дэвы божественной музыки; Маникандан создает цементный барельеф фрески, стилизованный под традиционный театр теней.





ИНТЕРВЬЮ

Шаши Эдаварад

С начала своей карьеры Шаши Эдаварад поставил перед собой задачу работать над сохранением и развитием этого священного искусства. Он является основателем школы фрески Читрасопанам, которая отличается методикой преподавания и неуклонно следует принципам, описанным в ведийских шастрах (священных текстах). Основная задача школы – передать наше наследие следующему поколению.

Как художник, вы переводите словесные описания Вселенной на язык визуального восприятия. В каком-то смысле эти картины могут представлять собой путь к просветлению. Как это занятие помогло Вам духовно развиваться?

Я считаю себя учеником школы фресковой живописи Кералы. Она служила наставником на моём пути к осознанию «Я». Этот вид творчества раскрепощает мой ум и интеллект.

Стих из «Читрасутрама» (древний трактат о живописи) красноречиво передаёт мои ощущения: «Читракала (искусство живописи) – это важнейшее из всех видов искусство, и человек, служащий через читракалу, может достичь четырёх жизненных целей, ведущих к мокше (освобождению от перерождений)». Искусство фресок Кералы справедливо называть *Сопана читракала* – искусством, ведущим человека к Богу.

Насколько значимы вера и преданность для фресочника? Нужно ли быть преданным индуизмом, чтобы овладеть этим священным искусством?

Любой человек, почитающий наши ведийские шастры, может приобщиться к этому виду искусства независимо от своей веры. Но, как Вы правильно заметили, это священный вид искусства, чьи истоки берут начало в древних текстах, поэтому нельзя обойтись без верного понимания и веры в эти священные тексты.

Я обучил многих художников разных религий, и они твёрдо верили в это священное искусство. Соблюдая дисциплину и принципы, изложенные в *грантхашастрах*, художник будет испытывать *асвадхан* (величайшую радость) при росписи храмов.

В классических произведениях, таких как «Шилпаратна» и «Вишнудхарматтара пурана» содержатся инструкции для фресочников Кералы. Считаете ли вы, что беспрекословное следование этим правилам сковывает художника и почти не оставляет места для свободы творческого самовыражения?

Эти принципы не носят ограничительного характера. Скорее, это методика или философия, закладывающая фундамент для творчества. Древние тексты, которые мы, художники, расцениваем как свод правил, представляют собой чистое знание, накопленное за тысячи лет. Надо оставить мысль об их полном освоении, ведь на одно понимание текстов ушло бы больше времени, чем нам отведено. Когда художник начинает не задумываясь следовать этим правилам, он открывает безграничный источник творче-

ской энергии. Эти классические произведения составляют основу фресковой живописи Кералы.

Какова ваша роль в сохранении и развитии традиционного искусства Кералы как основателя школы фрески Читрасопанам? В чем уникальность Читрасопанама?

Я основал эту школу с единственной целью – чтобы распространить знание о нашем традиционном искусстве. Обучение в школе *Читрасопанам* начинается с самых простых основ. Мы сосредотачиваемся на студентах, не имеющих даже базовых знаний в области искусства. Наш двухлетний курс состоит из четырёх этапов: *правешика* (посвящение), *найпунья* (специализация), *ачарья-I* и *ачарья-II*. Мы строго придерживаемся традиционных методов на всех этапах. Например, это касается изготовления красок из сырья, методов рисования и живописи, а также реставрации. Наша школа также организует мастер-классы и семинары по живописи, чтобы привлечь широкую публику к древнему искусству и культуре. Хочется верить, что мои скромные начинания хоть немного поспособствовали возрождению этого традиционного искусства.

Должен ли зритель или покупатель располагать какими-либо знаниями, чтобы оценить или установить связь с картиной?

Если смотрящему нравится картина, то связь между ней и зрителем возникнет неизбежно, без определённой причины. Шлока из «Вишнудхармот-

тры пураны» выразительно описывает это явление: «Тонкие линии нравятся ачарьям (учителям), тени – *пандитам*, женщины любят юные орнаментом, а мужчины – яркостью красок». Люди из разных сфер воспринимают и оценивают картины каждый по-своему. Не нужно быть знатоком искусства или экспертом, чтобы восхищаться их эстетикой. Если они увлекают вас, то связь образуется мгновенно.

Какой сюжет в стиле фресок Кералы наиболее популярен среди любителей искусства и покупателей?

У покупателей много любимых тем, например, Анантасанам (полулежащий Вишну), Ганapati (Господь Ганеша) и Венугопал (Кришна с флейтой). Однако, по моему опыту, самая востребованная тема – это *Прадоша-нритьям* Шивы – танец Шивы, исполняемый в сумерках. Танцующий Шива изображён с шестнадцатью руками. Лево́й ногой он попирает Муялаку (демона), что символизирует победу над неведением. Правая нога Шивы поднята, что означает освобождение от тьмы и просветление.

Обучение нового поколения традиционной технике



(По часовой стрелке, начиная с верхнего левого угла) Шаши Эдаварад на фоне корней дерева баньян; Шаши стоит рядом с картиной, изображающей Шиву и Парвати; одна из его храмовых фресок; Прадоша-нритьям Шивы, космический танец; Шаши работает с учеником в своей художественной школе в Керале



Каламандалам Биндулекха

Каламандалам Биндулекха — исполнительница классических танцев и опытный фресочник. Сочетание этих видов искусства в сюрреалистическом стиле делают её работы столь захватывающими. Она известна как первая женщина-художник, расписавшая стены храмов своими уникальными композициями.



Вы с детства были склонны к творчеству? Не могли бы вы сказать несколько слов о том, как вы начали свой творческий путь?

Я считаю, что если ты художник, то у тебя уже есть врождённый талант. Я была очень творческим ребёнком, и, естественно, во мне жило стремление к обучению изобразительному искусству. После окончания школы классического танца (Мохинияттам и Бхаратанатям) мне захотелось попробовать свои силы в живописи. Увидев вдохновляющие работы своего родственника, я обнаружила, что искусство — моё истинное призвание. Разглядев мою страсть и преданность этому традиционному искусству, он взял меня под опеку в качестве *иши*, и так началось моё шестилетнее обучение в традиции *гурукулы*.

Мне посчастливилось учиться прямо на рабочем месте, помогая ему во многих его значимых проектах, которые оказывали огром-

го самовыражения. Следуя этому принципу, я научилась выражать своё собственное видение и интерпретации. Если коротко — для меня духовность начинается и заканчивается почитанием моего гуру.

Как мы понимаем, вы первая женщина, расписывающая стены храмов. Когда вы начинали свою карьеру как храмовый фресочник, сталкивались ли вы с каким-либо неодобрением? Люди реагировали положительно?

На самом деле, с неодобрением я не сталкивалась. Меня подбадривали и поддерживали мои друзья, семья и храмовые настоятели. Когда я рисую, я совершенно не обращаю внимания на окружающий мир, полностью погружаясь в свою работу — поэтому, даже если бы негатив исходил от посетителей храма или кого-то ещё, это бы не привлекло моего внимания.

Вашим первым заказом была фреска площадью 4,5 кв. м., выполненная в храме Вадакурumba Бхадракали в Триссуре. Не могли бы вы немного рассказать о сюжете и полученном благодаря фреске опыте?

Я бы не стала называть это заказом, так как деньги здесь не играли никакой роли. Для меня это была своего рода духовная практика, акт благочестия. Тема произведения была связана с тремя *гунами*, или качествами: *рад-жас*, *тамас* и *саттва*. Они отражены в трёх формах Дэви. *Саттва* изображается в Сарасвати как просветлённая, знающая, окрашенная в оттенки белого. *Тамас* представлен в Бхадракали, огненной форме Шакти, оттенком темно-синего цвета. Махалакшми, Богиня изобилия и успеха, является образом *рад-жаса* и окрашена в красный цвет.

Мой дебютный проект подарил мне множество практических знаний и понимания. Фреска на стене совершенно несравнима с картиной на холсте, это совсем другой опыт. Мне потребовалось два года, чтобы закончить это произведение. Ограничений по времени не было, поэтому я не торопилась и наслаждалась процессом обучения без какого-либо внешнего давления.

У Вас классическое танцевальное образование, влияние которого ясно отслеживается в изображении фигур на Ваших картинах. Не могли бы Вы рассказать о переплетении этих видов искусства?

Большинство наших древних индуистских текстов утверждает, что и *читра* (живопись), и *натья* (танец) в корне связаны. Один из стихов из «Читра-сутрама» хорошо описывает эту взаимосвязь: «То, что не может быть выражено танцем, может быть нанесено на холст, и наоборот».

Натья-шаstra, самое раннее писание о танце, оказало сильное влияние на иконографию наших древних картин. Считается, что классический текст заложил основу для многих произведений искусства. Будучи танцовщицей, я очень хорошо чувствую эту связь. Изображение жестов и поз на холсте дается мне без труда.

Оказывается, фрески Кералы также печатают на различных изделиях типа ваз, подстаканников, магнитов, аксессуаров, одежды и т. д. Считаете ли вы, что это вредит ценности этого искусства или же делает его более популярным?

Лично я считаю, что искусство теряет свою исключительность, если его мож-

но продать. Популярность, полученная такими средствами — временная и преходящая. Это классическое искусство сохранилось в веках благодаря своей изобретательности, оно и так может заслужить признание и одобрение людей.



Сочетание танца и рисования рождает уникальное искусство



(По часовой стрелке, начиная сверху слева) Художница Каламандалам Биндулекха; одна из картин Каламандаламы, на которой изображена женщина на ложе из лилий; Богиня плывёт по облакам; Каламандалам работает над изображением Кришны; одна из недавних галерейных выставок Каламандаламы; её набросок Венугопалы





ИНТЕРВЬЮ

Саджу Турутхи

Саджу Турутхи – руководитель отделения изобразительных искусств Университета санскрита Шри Шанкарачарьи. Его вклад в искусство Кералы, как основателя уникальной местной художественной галереи «Искусство и разум», высоко оценён. Кроме того, он реставрировал фрески в более чем четырнадцати исторических храмах по всей Керале, будучи профессиональным специалистом по реставрации. Его работы можно найти во многих институтах и частных коллекциях по всей Индии и за рубежом.

В каком возрасте вы впервые познакомились со священным искусством фресок Кералы? Вы пришли к этому благодаря вере или это было вашим творческим призванием?

Я бы сказал, что и моя страсть к творчеству, и мои религиозные убеждения привели меня к этому священному искусству. Я вырос в религиозной семье, и большинство моих детских воспоминаний связаны с посещениями храма Гурувайур. До сих пор помню, как эти изящные фрески очаровали моего внутреннего художника. Мне кажется, что каждый художник рождается из вдохновения от чего-то увиденного, и посещение храмов взрастило во мне это зерно. Значит, и преданность, и духовность сыграли ключевую роль в выборе моей стези.

Что касается искусства, как моего истинного призвания, то я с детства был склонен к творчеству и имел особую тягу к традиционному искусству. Я до сих пор черпаю вдохновение в фресках храма Гурувайур, иллюстрирующих истории наших священных писаний. Я чувствую, что осознал свой творческий потенциал в очень раннем возрасте, и искусство на самом деле является моим внутренним призванием.

В «Шилпаратне» сказано, что художник, следуя техникам, перенятым от своего учителя, должен также использовать своё воображение для представления божеств из шлоков. Вы согласны с этой точкой зрения?

Да, совершенно необходимо применять собственное воображение и интуицию для создания любой картины. Из-за существования конкретных правил для перевода стихов на визуальный язык может показаться, что все художники должны рисовать по общему набору шаблонов, однако возможности для творчества безграничны. Руна (форма) была определена ещё в священных писаниях, однако художнику необходимо самостоятельно думать над тем, как визуализировать расу и бхаву (эмоции и чувства), украшения и другие детали, опираясь на свои ощущения. Так же определена и панчаварна, традиционная палитра из пяти цветов (красный, жёлтый, зелёный, белый и чёрный), но выбор оттенков полностью зависит от подхода человека.

Вам, как реставратору, посчастливилось работать над фресками различных исторических храмов. Не кажется ли Вам, что эта практика повлияла на Ваши отношения с Божеством?

Не так значительно, как Вам кажется, но для меня это был безусловно важный период. В конце концов, это духовная практика: между художником и фресками определенно существует особая связь.

Я всегда был очень религиозным человеком, поэтому я бы не сказал, что моя вера претерпела изменения, скорее моя профессия подкрепила мои убеждения. Эти исторические картины представляют собой хроники священной литературы, и в них заключено моё понимание религии: работа над ними расширила моё сознание.

Ваша галерея «Искусство и разум», вероятно, первая художественная галерея фресок в Керале. Не могли бы Вы рассказать о своём новом предпринятии?

Я с начала своей карьеры мечтал создать галерею «Искусство и разум»: открытое пространство для начинающих художников, желающих продемонстрировать свои работы. Мы организуем художественные лагери, выставки, творческие мастерские, дискуссии и другие подобные мероприятия, способствующие развитию творческих личностей. Эта галерея создана с целью поддерживать начинающих художников, она позволяет им экспериментировать, создавать, сосредотачиваться, общаться и сотрудничать.

Чтобы наладить диалог между художниками и ценителями искусства, мы регулярно проводим выставки и приглашаем людей

посмотреть и пообщаться с художниками во время выступлений и презентаций. Многие любители искусства с большим интересом наблюдают за созданием фресок Кералы, что ещё больше способствует распространению знаний об этом искусстве. Я стремлюсь ещё больше расширить наши возможности, создать энергетическое средоточие искусства.

Восхищаетесь ли Вы ещё каким-нибудь искусством?

Я считаю, что все виды искусства обладают уникальной эстетической ценностью. Если бы меня попросили выбрать самое любимое, то я бы сказал, что это ритуальное искусство Кералы, *Каламежутх* – традиционное искусство, интересовавшее меня с детства. Это искусство живёт в храмах, где большие изображения божеств, таких как Кали и Господа Айяппы, рисуют прямо на полу, рассыпая цветной порошок. Есть мнение, что фрески Кералы были вдохновлены этим древним дравидийским искусством.

Следует ли Вам какому-нибудь особому методу обучения, облегчающему понимание ученикам?

Я перенял это знание от гуруишья парампары, поэтому мне нравится следовать технике обучения *гурукулы*, состоящей из трёх этапов: *шрава-*

на – восприятие и получение знания, *манана* – анализ и размышление и *нибодхьясана* – полное осознание и практическое применение этого знания. Первый шаг включает изучение и усвоение информации. Затем ученик должен усвоить знания, используя свой собственный ум и воображение. Наконец, последний шаг – это сама практика в полной сосредоточенности.



Создание пространства, способствующего обучению, сотрудничеству и процветанию

новых художников

(По часовой стрелке, начиная сверху слева) Художник Саджу Турутхи; восстановленная фреска храма, выполненная Саджу; выложенное на полу цветными порошками изображение, *Каламежуту* – считается, что этот вид искусства был предшественником фресок Кералы; Саджу работает над одной из своих картин в традиционном стиле; Саджу стоит рядом с одним из своих произведений, выставленным в его учебном центре «Искусство и разум»; работы Саджу на выставке



Реставрация храмовых фресок

Сегодня, несмотря на постоянные усилия настоятелей храмов и Департамента археологии штата Керала вернуть историческим фрескам их былое величие, многие из них всё ещё нуждаются в тщательной реставрации. К сожалению, некоторые из них осыпались без надежды на восстановление, и тогда эти фрески перерисовываются. Мы можем отметить несколько приёмов современных художников. Шаши Эдаварад приводит прекрасный пример: «Мотив облаков, часто встречающийся на современных фресках, заимствован из живописи *тханка* (искусство тибетского буддизма): такие элементы являются региональными. Облака — неотъемлемая часть пейзажа Тибетского нагорья, в то время как подлинные фрески Кералы запечатлевают деревья, животных и т. д., что свидетельствует о разнообразии флоры и фауны Кералы».

По традиции считается, что сырьё, используемое для фресок, образует особую связь с вселенскими энергиями. Поэтому при реставрации ремесленники строго придерживаются местного метода, используя только органические материалы. В зависимости от размера и состояния картин настоятели храма нанимают квалифицированных и опытных художников, которые, проживая в храме, придерживаются строгого образа жизни, необходимого для работы в священном месте. Тщательно продуманный проект по восстановлению фресок, выполняемый командой от двух до десяти художников, может затянуться на три года. Все работы проводятся в основном между утренней и вечерней *пуджей*, чтобы не мешать привычной жизни храма.

Эти древние сокровища осыпаются, как правило, из-за воздействия климатических условий и прикосновения людей. Они нарисованы на внешних стенах *Шриковила* (святилища), и, чтобы обойти его, преданному так или иначе приходится задевать фрески.

Тем не менее, есть и радостные новости для любителей искусства. Некоторые эксперты утверждают, что отреставрированные фрески могут легко прожить сотню лет. Не сомневайтесь, вклад этих художников дойдёт до будущих поколений.

.....
Представление искусства Кералы всему миру: (по часовой стрелке, начиная справа) Суреш Мутукулам; картина Суреша, на которой изображён погонщик, купающий своего слона; фреска Суреша крупным планом в терминале T2 международного аэропорта Мумбаи имени Чатрапати Шиваджи Махараджи; ещё один вид на огромную картину, подаренную путешественникам всего мира



Художник из Кералы Суреш Мутукулам дарит

Всемирно признанный художник Суреш Мутукулам давно известен в мире искусства своими творческими решениями. Недавно он произвёл на всех впечатление своей монументальной росписью площадью 400 кв. м. в терминале T2 международного аэропорта Мумбаи имени Чатрапати Шиваджи Махараджи. Настенные росписи, выполненные в стиле фресок Кералы, являются частью нового музея *Jaya He GVK New Museum* — перспективного проекта, созданного по инициативе *GVK Power & Infrastructure Limited*. В этом проекте за 6 лет приняли участие более 100 художников и 1000 мастеров, включая архитекторов, дизайнеров, инженеров, техников и рабочих. В музее, расположенном на 3 кв. км. в терминале T2, представлено традиционное, народное и современное искусство Индии.

Тема культовой фрески Суреша Мутукулама — Аштадикпалы — хранители восьми направлений, сюжет, который



был удачно выбран для концепции путешествий и туризма. Эта группа божеств, Кубера (север), Яма (юг), Индра (вос-



искусство многим путешественникам всего мира

ток), Варуна (запад), Ишана (северо-восток), Агни (юго-восток), Вайю (северо-запад) и Ниррити (юго-запад), традиционно изображаются на стенах и потолках индуистских храмов. Роспись, выполненная в цветовой гамме *панчаварны*, вызвала широкий интерес и завоевала поклонников со всего мира. Суреш умело придал произведениям искусства современный вид, сохранив при этом старинный стиль керальской росписи в качестве основы. Этот красочный арт-объект, наряду с другими произведениями и артефактами музея, можно смело считать одним из самых современных и привлекательных художественных объектов для туристов в стране.



Семь индийских просветительниц

Прославление жизни, добродетели и духовности выдающихся женщин Бхараты



ЛАКШМИ ЧАНДРАШЕКАР СУБРАМАНИАН

«В индуистских писаниях о женщинах говорится с большим почтением, ведь они способны погрузиться в бхакти, как никто иной» – утверждает Шри Кришнапреми Свамигал из Паранура. «Почему? Потому что женские сердце, ум и тело нежны и от природы верны, и эти качества необходимы для того, чтобы размягчить сердце верующего путём самоотдачи и преданности Господу».

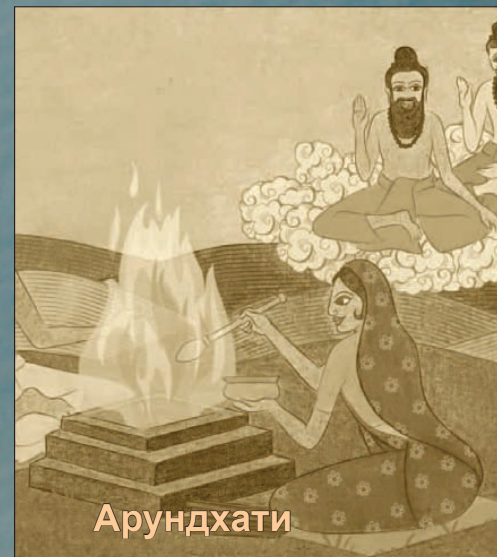
Мы выражаем огромную благодарность Шри Кришнапреми Свамигалу из Паранура, известному святому и учёному XX века, чьи труды легли в основу этой работы. Статья об этих внушающих благоговение женщинах была вдохновлена книгой «Легендарные женщины Индии» Вишакхи Хари, адаптированного английского перевода трактата Шри Кришнапреми Свамигала «Сати Виджаям». В книге изложены агиографии 103 великих женщин Индии – богинь, небожительниц, провидиц, цариц из Пуран и Итихас, воительниц и бхакт, которые отличались своей верой, образованием и храбростью, в искусстве и политике. Индуисты поклонялись Богиням с незапамятных времён, однако и не только им: «Индия поклоняется не только женщинам-богиням, но и женщинам как Богиням», – подчёркивает автор Вишакха Хари. Индийская культура на протяжении всей своей истории поддерживала и почитала мудрых, прогрессивных, духовно развитых женщин.

С этим Пониманием мы погрузимся в истории жизней семи просветительниц: Арундхати, Дэвахути, Гарги, Гхоши, Вакдэви, Аувайяр и Васуки. Некоторые из них были принцессами, вышедшими замуж за великих индуистских мудрецов. Другие родились в семье *риши*, где в них с детства развивали интерес к духовности. Некоторые, такие как Вакдэви и Гхоша, были толковательницами ведийских гимнов;

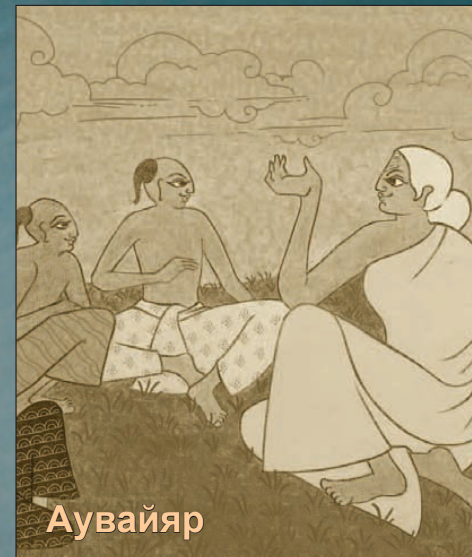
о других, гениальных философах, как Гарги, говорится в Упанишадах; а третьи, как Васуки, известны такими добродетелями, как целомудрие, верность, смирение, сострадание и глубокий внутренний покой. Их приверженность духовным аскезам наряду с семейными обязанностями говорит о их решимости достичь высшей Истины. Каждая из них была своего рода драгоценным камнем.

Согласно традиционным источникам, в древние времена многие женщины были достаточно независимы в вопросах духовного поиска. Девочки нередко могли сами выбрать себе мужа, подходящего под свой характер и жизненные цели. Мы видим это на примере жизни Дэвахути – она искала глубоко религиозного человека, поскольку хотела полноценной духовной жизни. Эти святые не стремились «идти в ногу с обществом»; их цель заключалась в том, чтобы просто быть лучшей версией самих себя, и эта цель естественным образом ставила их интеллектуально и духовно на один уровень с любым великим мудрецом или последователем. Гарги спорила с выдающимися *риши*, в то время как для Арундхати было отведено особое место в одном ряду с Саптариши (семью мудрецами). В священных текстах можно найти упоминания о множестве великих женщин, сочинявших ведийские гимны или ставших *риши-ками* и *мантра-драштами*.

Безмерное число менее известных провидиц служили опорой для мужей и источником успешности своих благородных детей. Некоторые гиганты духовности, такие как Аувайяр, сторонились брака и посвятили себя служению Богу и людям. Женщины – неотъемлемая часть общества, и Индия гордится тем, что вырастила таких сильных святых и провидиц, доказавших своё превосходство в добродетели и преданности Богу.



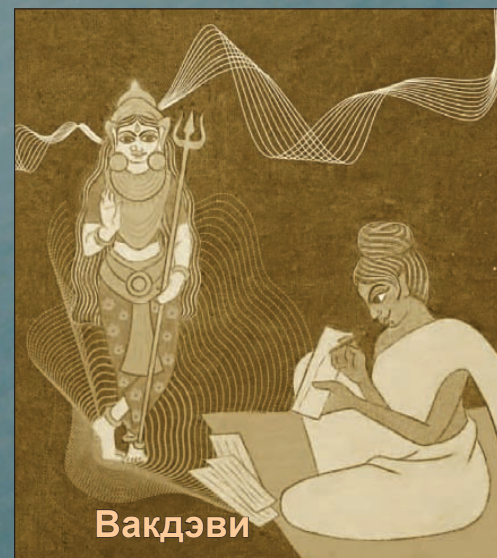
Арундхати



Аувайяр



Дэвахути



Вакдэви



Гхоши



Гарги

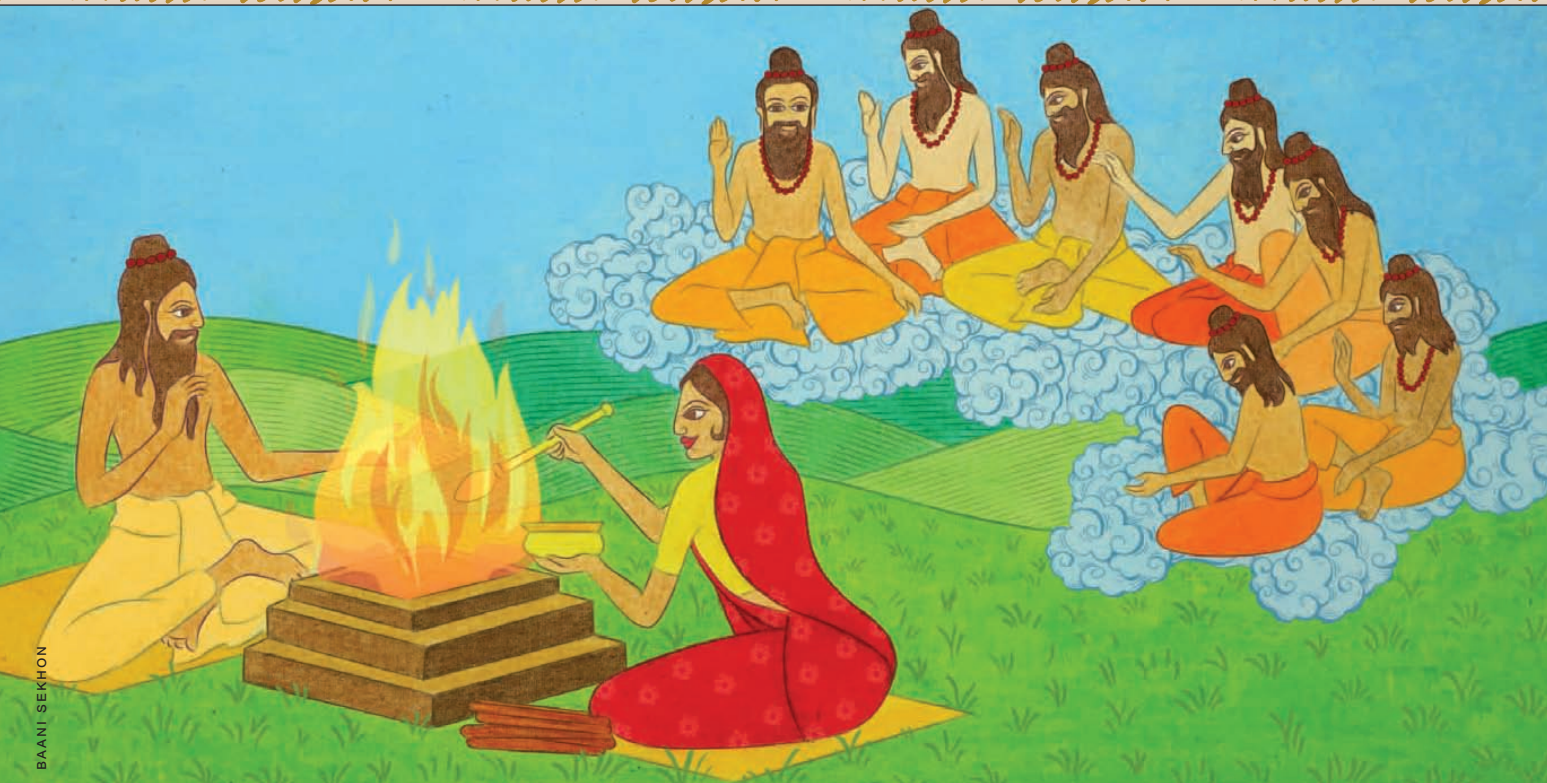


ОБ АВТОРЕ

Лакшми Чандрашекар Субраманиан – профессиональная вокалистка из Лос-Анджелеса, объединившая религиозное пение, просвещение и писательство на одной платформе. Она имеет степень магистра религиоведения Стэнфордского университета, пишет о великих индийских поэтах-святых времён Движения бхакти и выступает на межрелигиозных форумах как докладчик, представляющий индуизм. Она записала несколько альбомов религиозного пения вместе со своей матерью и гуру Падмини Чандрашекар в своём родном Сингапуре. Лакшми выступает с концертами электронной музыки бхакти вместе со своим мужем Аксом (www.eclipse-nirvana.com).



Васуки



Арундхати, ведический мудрец

Арундхати, дочь Дэвахути и Кардамы Праджапати, внучка Свямбхува Ману и Шатарупы, с детства была ярким примером милосердия, преданности и благородства. В историях из Вед и Пуран она показана такой же великой, как и её мать – женщина необычайной духовной приверженности, идеал жены.

Существует много разных историй о её рождении. Их можно найти и в «Шива-пуране», и в «Бхагавата-пуране». В литературе эпического, пост-пуранического санскрита и хинди её всё так же почитают

как вдохновительницу – она фигурирует в «Рамаяне» Валмики, где её муж играл одну из ключевых ролей, а также в «Шри Рамачаритаманасе» Тулсидаса. Особого внимания заслуживают её встречи с Рамой и Ситой. Арундхати была прабабушкой Вьясы, легендарного автора эпоса – «Махабхараты». Вьяса – гуру, которому посвящён ежегодный фестиваль Гуру-пурнима. Считается, что Арундхати и по сей день присутствует в нашем мире в виде сияющей звезды в ночном небе (см. стр. 31).

Священные тексты

Веды (буквально «знание» или «мудрость») датируются примерно XVI веком до н. э. и считаются самыми ранними литературными источниками индуизма. Согласно традиции, Веда – это божественные истины, услышанные индийскими *риши*. *Риши* (от санскритского корня «дриш», видеть) – это провидцы мантры, или мысли, также известные как *мантра-драшты*. Отсюда ведийские откровения называются *шрути*, или «то, что слышится», поскольку *риши* способен увидеть или услышать то, что и без того уже существует. Веда связана не с одним провидцем, а с многими мудрецами, обнаружившими их, по крайней мере, за тысячу лет.

Свами Шивананда отметил: «Ведийские *риши* были великими, достигшими понимания людьми: они могли напрямую, с помощью чувств, воспринять Брахмана или Истину. Они были вдохновенными писателями. Они сформировали простую, великую и совершенную систему религии и философии, из которой основатели и учителя других религий черпали своё вдохновение».

Четыре Веда, составленные на ведийском санскрите, включают в себя гимны творению, ведийские гимны, направленные на улучшение жизни, и философские дискуссии о «Я» и Божественном. В Ведах почитается природа, и поэтому в ней содержатся молитвы, посвященные Агни (Богу огня), Парджанье (Богу дождя), Ушас (Богине рассве-

та) и другим «природным» Божествам. Веда также затрагивают темы социальной жизни, нравственных учений и профилактики болезней.

Воспевание ведийских мантр продолжается и по сей день. Во время храмовых обрядов – в дополнение к мантрам, которые преданные повторяют каждый день, например, к мантре Гаятри – священники читают ведийские гимны. Их также поют во время обрядов посвящения, включая наречение младенца, первое кормление, достижение совершеннолетия, брачные и похоронные обряды. В священных текстах говорится, что индуистский обряд считается завершённым только в том случае, если супруги выполняют ритуалы вместе и жена присутствует рядом со своим мужем.

Плечом к плечу: Арундхати сидит у священного огня хомы, подливая в него масло гхи, а её муж поёт мантры. Семь ведийских риши посылают благословение из своего духовного царства.

Духовное воспитание

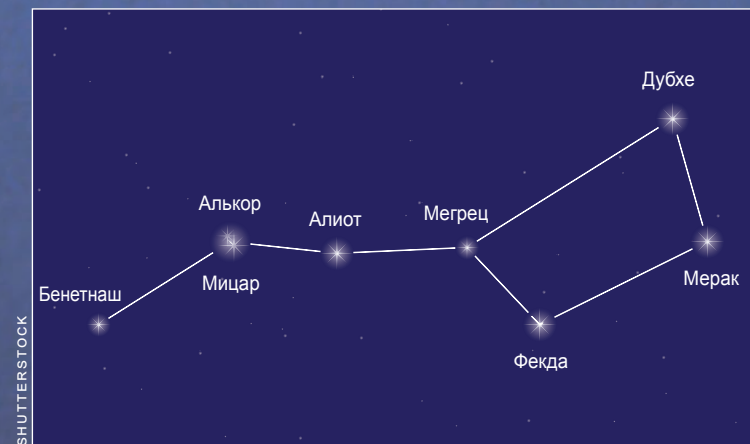
Наша просветительница росла в обители своих родителей и обучалась дисциплине, жизненным навыкам, светским манерам и этикету, формируя основу для своих духовных достижений в дальнейшей жизни. Легенды гласят, что за ней приглядывали Богини-матери Савитри, Сарасвати и Сандхья, которым Арундхати служила со смирением и искренностью.

Когда пришло время, ей предложили идеального жениха. Это был не кто иной, как Васиштха Махариши, один из величайших Брахмариши. Он известен тем, что был благословлён божественной коровой Камадхену и её телёнком Нандины – они могли исполнить любое желание своих хозяев.

Арундхати и Васиштха идеально подходили друг другу для жизни в соответствии с дхармой, они во всём дополняли друг друга и даже выполняли вместе духовные аскезы (*tapas*). Арундхати, отличавшаяся таким же безмятежным спокойствием, как и её муж, пользовалась уважением и почитанием наравне с семьёй провидцами (Саптариши). Более того, в «Махабхарате» она упоминается как аскет, читавший возвышенные проповеди этим мудрецам. Позднее Васиштха стал духовным учителем династии Икшваку, к которой принадлежали царь Дашаратха и его божественные сыновья – Рама, Лакшмана, Бхарата и Шатругхна. Это означало, что Васиштха и Арундхати служили самому Господу Раме!

В одной из историй Пуран рассказано следующее. Однажды Васиштхе понадобилась вода для своих ежедневных обрядов, и он попросил Арундхати набрать воду из реки. Арундхати поставила кувшин у реки, и вдруг перед ней явились три *дэваты* – Индра, Агни и Сурья. Она почтительно поклонилась им и вновь сосредоточилась на воде, больше не взглянув на них. Божества, удивившись, спросили – как же ей удалось быть такой сосредоточенной в их присутствии? Она ответила, что служение мужу напоминает служение Богу, и для неё это важнее всего на свете. Ничто не могло отвлечь её. Эта способность владеть мыслями и осознанно направлять внимание, независимо от прихотей блуждающего ума, является целью многих индуистских духовных практик.

Когда три Божества предложили ей наполнить кувшин водой, Арундхати улыбнулась. Несмотря на все усилия, они не смогли наполнить сосуд до краёв. Одна Арундхати могла это сделать – набрать в кувшин воду из реки Ганги, используя свои духовные силы. Подавленные, Боги благословили её и Васиштху и исчезли. Неудивительно, что даже Веда называют её «Ришинам Арундхати», что означает «мудрая Арундхати». В наши дни преданные могут посетить Васиштха-гуху (пещеру) и пещеру Арундхати в Уттаракханде, расположенные на берегу реки Ганги по пути из Ришикеша в Дэвапрайаг. Считается, что супруги-аскеты медитировали именно в этих пещерах.



Арундхати в контексте индийских свадеб

В древнеиндийской астрономии звезда Мицар известна под именем Васиштха, а менее яркую звезду по соседству, Алькор, называют Арундхати. Мицар, вероятно, самая известная звезда созвездия Большой Медведицы (Саптариши Мандала). В западной космологии эту пару звёзд на рукоятке ковша Большой Медведицы называют «конь и всадник».

В индийской традиции эта двойная звезда в созвездии Большой Медведицы считается символом идеальной пары. Священники некоторых индуистских общин, проводящие свадебную церемонию, указывают молодожёнам на созвездие как на символ супружеской гармонии и верности. Это один из основных ритуалов традиционных индийских свадеб в Южной Индии. Муж держит жену за руку, и оба смотрят на звезду Арундхати в небе. Они берут на себя торжественное обязательство перед священным огнём в кругу семьи и друзей.

Согласно индийской астрономии, эти звёзды можно отыскать в Мандале Саптариши (созвездии семи мудрецов). Считается, что вращение звёзд друг вокруг друга символизирует равенство в браке. Поскольку мудрец Васиштха был женат на Арундхати, его также звали Арундхатинатха – муж Арундхати.





Святая Аувайяр, знаменитая тамильская поэтесса

«Я поднесу тебе, о Господи, четыре лакомства – замешанные с хлопьями свежее молоко, прозрачный мёд и тростниковый сахар – О Слоноликий, украшенный драгоценностями Владыка Вселенной, если ты наделишь меня знанием великого тамильского языка, признанного древними школами». Эта известная тамильская религиозная поэма Аувайяр («мудрой пожилой женщины») представлена в книге Садгуру Шивайя Субрамуниясвами «Любящий Ганеша». Аувайяр иногда ласково именуют в народе Ауваи. В разные эпохи под именем Аувайяр в Тамилнаде знали несколько хранительниц необъятных сокровищ тамильской литературы. Из них прославились двое.

Аувайяр I жила ближе к исходу эпохи Сангам, примерно во II веке н. э. Она была уважаемым поэтом и ей покровительствовали царские особы, среди которых был правитель Адияман Недуман Анджи; она была связана с другими поэтами эпохи Сангам, такими как Капилар, чьим благодетелем был полководец Вэл Пари. Её вклад в ранние антологии тамильской литературы эпохи Сангам можно проследить в таких произведениях, как «Аканануру» – собрании 400 поэм о любви, и «Пуранануру», 400 поэм на тему войны, бедности и жизни народа, посвящённых благодетельным правителям Чера, Чола и Пандья.

Аувайяр II жила примерно в XII веке в империи Чола (IX-XIII вв.) во времена поэта Камбара (автора «Камба Рамаянам») и Оттакутхара. В некоторых легендах её представляют как посла, несущего мир враждующим царствам. Она является автором известных детских стихов, таких как «Аатичуди», «Кондрай Вендан», «Налважи», «Мудураи», а также религиозных гимнов, например, «Винаягар Агавал». Её стихи обращены правителям и простому народу всех времен, не исключая и наше время. Мы чтим вдохновляющий пример жизни Аувайяр и её вклад.

Ауваи, будучи воспитанной в семье странствующих певцов Паннаров, с раннего возраста проявляла склонность к религии и литературе.

Она выросла умной и поразительно красивой девушкой, на которой хотели жениться многие аристократы. В возрасте, когда большинство девушек дорожит своей молодостью и красотой, наша шиваитская святая поэтесса плакала и молилась своему избранному Божеству, Господу Вигнешваре, упрасывая состарить её тело. Она хотела посвятить жизнь лишь служению Господу Шиве и обществу, и считала избавление от своей молодости и красоты единственным способом избежать нежелательных обязанностей в браке. Юная поэтесса знала, что сможет лучше передавать другим свою мудрость, обладая зрелым и опытным телом и разумом.

Услышав её пламенные мольбы, Господь Вигнешвара (Ганеша) исполнил желание: волосы её поседел, кожа сморщилась, а глаза впали. Так произошло «перевоплощение» Аувайяр в новый облик, всеми знакомый и любимый. Она никогда не была замужем, но, благодаря своим произведениям, стала бабушкой всех детей.

Хвалебный гимн Господу Ганеше

«Винаягар Агавал», одна из множества чарующих религиозных песен Аувайяр – это проникновенный гимн, посвящённый Господу Ганеше, который она исполняла в трансе в последние минуты своей жизни. Этот гимн и по сей день считается одним из самых доступных тамильских литературных произведений того времени, её священным шедевром. Незадолго до создания гимна ей было видение Ганеши, который пообещал ей, что, покинув смертную форму, она попадет на гору Кайлас, божественную обитель Господа Шивы. 72-строчный Агавал – это вид белого стиха. Этот стих начинается с созерцания величественной формы Ганеши, затем следует выражение благодарности Божеству. Гимн до сих пор можно услышать по всему Тамилнаду, особенно во время празднования Ганеша Чатуртхи.

Мать всех нас: Аувайяр сидит на лугу, рассказывая молодёжи об их культуре и вере, а её любимое Божество, Господь Ганеша, посылает благословение из духовных миров.

Формирование ценностей в детях

«Аатичуди» авторства Аувайяр – это детский стих-алфавит, состоящий из 109 однострочных пословиц, в которых Ауваи излагает пронизательные наставления, выраженные простыми, но сильными словами – детям легко усвоить их в процессе изучения тамильского алфавита. «Аатичуди» и «Кондрай Вендан», написанные Аувайяр, прививают детям моральные ценности, полезные привычки и дисциплину; эти произведения давно стали частью учебной программы тамильского языка в школах Тамилнада, а также Шри-Ланки и Сингапура, где тамильский язык признан официальным. Дети с первого класса заучивают изречения Ауваи, чтобы развить словарный запас и память. Влияние нашей поэтессы не ограничивается детьми: её пословицами украшают беседы в самых элитных кругах. Её меткие выражения цитировали во время парламентских дебатов в Сингапуре 17 октября 2011 года, когда Викрам Наир произнёс пословицу «Каттраду Кай Манн Алаву Каллататху Улагалаву», что означает: «То, что нам известно, равноценно горстке грязи, а то, что нам ещё предстоит узнать, столь же необъятно, как сама Земля». Это изречение вывесили в офисах НАСА с целью вдохновить сотрудников.

Наследие Аувайяр

Аувайяр, одарённая видением Бога, считается мудрейшей женщиной индийской культуры. В 1991 году Международный астрономический союз назвал кратер на Венере именем Аввиар (все кратеры на Венере названы в честь известных женщин или же им дают женское первое имя). Статуя Аувайяр на набережной Ченнаи считается известной достопримечательностью, она стоит в одном ряду со статуями Махатмы Ганди, Субхаса Чандры Боса, мудрецов Тируваллувара, Бхаратиара и Каннаги. Ежегодное мероприятие «Авваи Вижа», организованное правительством штата Тамилнад, посвящено вкладу поэтессы в тамильскую литературу. Общественные лидеры и тамильские учёные собираются вместе, чтобы обсудить мудрые стихи любимой святой поэтессы.

ЧТОБЫ УЗНАТЬ БОЛЬШЕ:

- ★ **Посмотрите** знаменитый музыкальный диалог Аувайяр и Муругана из фильмов 1967 года «Кантан Карунай» и «Милостью Кантана» (с английскими субтитрами): bit.ly/Auvaiyar-Muruga-Movie
- ★ **Загрузите** приложение *Aathichudi* для Android в Google Play, чтобы выучить пословицы Аувайяр (на тамильском и английском языках)
- ★ **Оцените** детский стих «Аатичуди» на тамильском языке на bit.ly/AuvaiyarKidsRhyme
- ★ **Послушайте** Винаягар Агавал в исполнении Сиркажи Говиндараджана: bit.ly/VinayagarAgavalSung



Отрывок из «Аатичуди» Аувайяр, детского стиха для усвоения тамильского алфавита

Гласная	Пословица на тамильском	Перевод
அ (a)	அறம் செய் விரும்பு	Стремись исполнить дхарму
ஆ (ā)	ஆறுவது சினம்	Сдерживай гнев
இ (i)	இயல்வது கரவேல்	Делись всем, чем можешь
ஈ (ī)	ஈவது விலக்கேல்	Не избегай благотворительности
உ (u)	உடையது விளம்பேல்	Не хвастайся тем, что имеешь
ஊ (ū)	ஊக்கமது கைவிடேல்	Не теряй мотивацию
எ (e)	எண் எழுத்து இகழேல்	Не презирай математику и письмо
ஏ (ē)	ஏற்பது இகழ்ச்சி	Попрошайничать уничительно
ஐ (ai)	ஐயமிட்டு உண்	Раздели еду с бедными перед трапезой
ஓ (o)	ஓப்புரவு ஒழுக்கு	Живи в гармонии с миром
ஔ (ō)	ஔுவது ஒழியேல்	Не прекращай учиться
ஔ (au)	ஔளவியம் பேசேல்	Говори без зависти
அஃ (ak)	அஃகம் சுருக்கேல்	Никого не обманывай



Дэвахути, благочестивая духовная искательница

Дэвахути, образцовая дочь, жена и мать, неустанно, на протяжении всей своей жизни, следовала пути, намеченному Ведами. Индуистские священные тексты напоминают нам о том, что каждый человек должен совершенствоваться и прислушиваться к внутреннему стремлению реализовать своё «Я». Дэвахути была одной из таких благочестивых духовных искательниц. Она предпочла не тратить свою жизнь на банальные вещи или ощущения, выбрав освобождение, о чём говорит каждый её шаг.

Ранние годы

Дэвахути была одной из любимых дочерей Шатарупы и Сваямбхува Ману, «Императора Вселенной», как сказано в «Шива-пуране» и «Бхагавата-пуране». «Брахма-пурана» называет Шатарупу первой женщиной, созданной Брахмой вместе с Ману. Санскритское слово «человек» — *манава*, означает «от Ману»: иными словами, мы все потомки Ману.

Несмотря на то, что Дэвахути росла в богатой семье, она была духовно зрелым человеком и с раннего возраста обособилась от материальной стороны жизни. Она была живым примером слов Садгуру Шивайя Субрамуньясвами: «Этот физический мир необходим для нашей эволюции, однако он является воплощением непостоянства, непрерывных изменений. Поэтому мы стараемся не привязываться к нему слишком сильно». Она никогда не отступала от преданности Господу Вишну и идеи освобождения.

Достигнув брачного возраста, Дэвахути рисовала в своём воображении столь же религиозного мужа, с которым она будет идти по пути мудрости. Мудрец Нарада посоветовал её родителям выдать дочь

замуж за Кардаму, аскета, погружённого в глубокую аскезу, но готового принять семейную жизнь. Дэвахути, наслышанная о духовности Кардамы, была уверена в том, что он её идеальный муж. Ману отвёл Дэвахути к *риши* Кардаме и выразил желание своей дочери выйти за него замуж. Кардама согласился, и вскоре они поженились, устроив простую свадебную церемонию.

Ману и Шатарупа оставили свою принцессу-дочь в лесу вместе с Кардамой. Шли годы, Кардама продолжал свои аскезы. Молодая пара постепенно взрослела, и Кардама стал забывать о присутствии Дэвахути. Дэвахути тем временем всё так же выполняла свои семейные обязанности. Она осознавала важность духовной жизни мужа и ни разу не потребовала от него большего, ни разу не отвлекла его от духовных дел.

Кардама Риши, однажды открыв глаза после аскезы, изумлённо поглядел на Дэвахути. Он поблагодарил её, осознав её самоотверженное служение и любовь: «Моя любимая, ты исключительная женщина, и в тебе больше от аскета, чем во мне! Пожалуйста, скажи мне, чем я могу отблагодарить тебя?» Дэвахути ответила, что её долг — заботиться о своём муже, тем более, если он погружён в молитвы, и что ей ничего не нужно взамен.

Тронутый её ответом, Кардама создал прекрасный дворец, используя силы йоги. Супруги стали жить в роскоши и счастье с десятью одарёнными детьми. У них было девять дочерей — Кала, Анасуя, Шраддха, Хавирбху, Гати, Крия, Кьяти, Арундхати, Шанти — и сын по имени Капила Васудэва. Дочери выросли и стали великими ведийскими женщинами, а Капила, которого считали воплощением Господа Вишну — известным мудрецом. Образованные девушки вышли замуж

Равные: Дэвахути и её муж обсуждают духовные вопросы в их лесной обители. Их жизнь была полна смысла, и их девять дочерей и один сын превзошли все ожидания.

Дочери Дэвахути

Анасуя («свободная от зависти») была известной женой мудреца Атри. Последовав примеру мужа, Анасуя совершила аскезу. Однажды она оживила лес, используя свои духовные силы, когда сильная засуха настигла древнее святилище природы. Все растения иссохли, животные погибли, а птицы улетели в далекие края. Даже мудрецы были обеспокоены этим. Тогда Анасуя вызвала проливные дожди силой своей медитации, и жизнь в лесу расцвела в своей прежней красе, чем Анасуя и прославилась в трёх мирах.

Кьяти, другая дочь Дэвахути, была замужем за мудрецом Бхригу, наставником асуров (демонов) — она старалась, как добрая мать, не обращать внимания на их жестокие безумства. Как-то раз Махавишну разыскивал асуров. Когда Вишну спросил, не спрятались ли демоны в обители Кьяти, она солгала из любви и преданности им. Тогда Вишну испепелил её вместе с асурами, которых она защищала. Разъярённый мудрец Бхригу проклял Махавишну, предрекая Ему разлуку с Его женой, богиней Лакшми. Господь Вишну принял проклятие из уважения к страданиям мудреца Бхригу. Впоследствии, когда Махавишну воплотился в образе Рамы, Ситу похитил Равана, и Рама страдал от разлуки со своей женой.

Капила Муни, сын и наставник Дэвахути

Достигнув преклонного возраста, Кардама Риши решил, что пора полностью отречься от мирской жизни. Он был доволен осмысленно прожитой жизнью с Дэвахути и исполненным долгом. Оставив Дэвахути с их сыном Капилой, Кардама ушёл в лес в поисках абсолютной Истины. Дэвахути была не меньше привержена поиску высшего, и тоже хотела отказаться от мира материальных удовольствий. Она считала своего сына Капила воплощением Господа Вишну и относилась к нему как к гуру. Капила Муни обучил свою мать тонкостям санкхьи, одной из шести классических систем индуистской философии. Он растолковал духовную мудрость о цикле реинкарнаций каждой души и показал пути к освобождению, а именно бхакти, джняну, карму и санкхью, подчеркнув необходимость всецелой приверженности им. Дэвахути практиковала эти учения, пока её тело, ум и душа не слились в гармонии — последние годы своей жизни она прожила, растворившись в Я. Великая ведийская женщина Дэвахути достигла самадхи, сознательно оставив своё физическое тело и слившись с Конечным, достигнув таким образом цели своей жизни.

ЧТОБЫ УЗНАТЬ БОЛЬШЕ:

- ★ Изучите историю и значимость Матругая на сайте www.matrugaya.com
- ★ Спланируйте путешествие в Матругаю в Сиддхапуре, прочитав блог путешественника bit.ly/IndiaYatraBlog2



Матругая — место, где Дэвахути достигла освобождения

Матругая Кшетра в Сиддхапуре, недалеко от Ахмедабада в Гуджарате в Индии — это место паломничества, где, как считается, Дэвахути достигла освобождения, учившись у своего сына Капилы Махамуни. Это место заслуженно считается благоприятным для совершения последних обрядов матери, чтобы помочь ей достичь мокши. Тысячи индуистов ежегодно совершают подобные обряды *антьешти* в этом святом месте.

В Матругае находится Бинду саровар, одно из пяти древнейших и священных озёр Индии. Четыре других озера — это Манаса саровар в Тибете, Пушкара саровар в Раджастхане, Нараяна саровар в Кутче (Гуджарат), и Пампа саровар недалеко от Хампи в Карнатаке.

Предание гласит, что Кардама Риши и Дэвахути поженились именно на берегу Бинду саровара и там же молились в течение нескольких лет. Там же у их сына, мудреца Капилы, был *ашрам*, где он посвящал свою мать в тайны философии Санкхьи. Бытует мнение, что Дэвахути, обретя высшую духовную мудрость, приняла форму воды (*джала сварупы*), и озеро Бинду саровар, где преданные омываются перед совершением обрядов для своих предков, стало священным.

Считается, что Господь Парашурама совершил *матра-шрадху* в Бинду сароваре. На том месте стоит храм в его честь, рядом с храмами Шри Капилы Махамуни, мудреца Кардамы и Дэвахути, где раньше находились их обители.

Примерно в XI веке, во времена династии Чалукья, Сиддхапур был на пике своей славы — тут раджа Джаясимха Сиддхараджа основал свою столицу. Он же построил Рудра Махалаю, великолепный храм Господа Шивы. Сейчас от него остались одни руины, а в то время этот храм являл собой архитектурное чудо с трехэтажной башней-святилищем, 1600 столбами и 12 входами. Одиннадцать святилищ Рудры окружали храм. В городе до наших дней дожил древний, священный для Натхасампрадаи храм Шивы Арвадешвар.



Гарги, прославленная женщина-философ

Гарги была древним индийским философом, выдающейся *брахмавадини* и аскетом, познавшей Брахмана — она стремилась к Абсолютной Истине, цели всех индуистских духовных практик. Дочь мудреца Вачакну, происходящая из рода Гарга, сначала была известна под именем Вачакнави, и после — Гарги. Историки предполагают, что она жила примерно в VIII или VII веке до н. э. Она с юных лет отличилась в изучении Вед и была достаточно уверенной и проницательной, чтобы участвовать в научных спорах наравне с известными учёными при царском дворе. Брахмавадини Гарги прославилась спором о природе реальности с философом Адвайты Яджнавалкьей, который изложен в шестом и восьмом разделах «Брихадараньяка-упанишады».

Да начнутся споры

Однажды царь Джанака, правитель царства Видеха и по совместительству выдающийся учёный, созвал учёных своего двора, чтобы устроить грандиозные дебаты, и пригласил множество мудрых людей. Среди приглашённых был умнейший Яджнавалкья. Царь обещал отдать тысячу коров самому эрудированному из них. Яджнавалкья тут же попросил своего ученика забрать от его имени всех коров. Все были возмущены его дерзостью заявить о победе без доказательства своих прав. Несколько дней его испытывали восемь просвещённых мудрецов: они по очереди вступали с ним в спор и терпели поражение, ведь он давал точные ответы на их самые запутанные философские вопросы.

Гарги, будучи единственной женщиной среди мудрецов, не уступала им в уме, выдержке и знаниях. Когда пришёл её черёд встретиться с мудрецом, она ставила острые вопросы о важнейшем знании и природе вселенной, была проницательной и упорной. Эти вопросы послужили опорой для их дебатов, которые вскоре переросли в обсуждение *Атмы*, вездесущей души.

Гарги более чем доказала свою мудрость в дуэли на метафизические темы с мудрецом. Однако даже она потерпела поражение в споре, и, похвалив Яджнавалкью за его глубину знаний, объявила во всеуслышанье, что никто и никогда не сможет победить его в споре о душе. Только великий философ мог бы это признать! Яджнавалкья был польщён похвалой от образованной Гарги. За свою мудрость она была удостоена чести называться при дворе царя Джанаки одной из Наваратна (девяти драгоценных камней).

Ниже приведены выдержки из их обсуждения (перевод из «Значения основных Упанишад» Свами Шивананды).

Гарги спросила: «О Яджнавалкья, о чём говорят, что оно и над небом, и под землей, охватывает небо, землю, прошлое, настоящее и будущее, скажи мне, во что оно вплетено, как нить в ткань?»

Яджнавалкья ответил: «В эфир (акашу)».

Гарги спросила: «Во что же вплетён эфир, как нить в ткань?»

Яджнавалкья ответил: «О Гарги, Брахманы называют это Акшара (Неразрушимый). Он не груб, не нежен, не короток и не длин, не красен и не бел. Это не тень и не тьма, не воздух и не эфир, у него нет запаха, глаз, ушей, голоса, ума, света, дыхания, рта или двери, его

Пылкая женщина: Гарги была провидицей, бросившей вызов умнейшим мужчинам своего времени. На философском турнире, устроенном Джанакой, она, хоть и не выиграла тысячу коров царя, не уступила никому в знании; (справа) актриса играет Гарги в сериале: Яджнавалкья, её соперник, изображён ниже.

.....

нельзя измерить, у него нет внутреннего и внешнего. Он ничто не поглощает, и никто не поглощает его.

По велению этого Неразрушимого Существа разделены Солнце и Луна. Велением этого Существа небо и земля держатся на своих местах. По велению этого Существа минуты и часы, дни и ночи, месяцы и годы отделены друг от друга.

От одного слова этого Существа одни реки текут на восток от заснеженных гор, другие — на запад, а третьи — в отведённые им земли.»

Брихадараньяка-упанишада

«Брихадараньяка» играет важную роль во многих школах индуистской мысли, признанной одной из 13 *мукхья* (основных) Упанишад. Она является частью Шукла-яджурведы и была составлена приблизительно между 900 и 600 годами до нашей эры. Этот трактат об атмане (о Я или Душе) поднимает темы метафизики, этики, кармы и стремления к знанию. В «Брихадараньяка-упанишаде» собраны важнейшие философские беседы, заложенные в основу её учения. Две особенно известные беседы — это беседы Яджнавалкьи и Майтрейи, и Яджнавалкьи и Гарги. Ади Шанкарачарья, Рамануджачарья и Мадхавачарья, основатели трёх главных школ Веданты, составили обстоятельные комментарии (*бхашьи*) к этой Упанишаде, которые подробно изучаются последователями индуистской философии.

Знаете ли вы, что Павамана-мантра была взята из «Брихадараньяка-упанишады» (1.3.28)? Эту известную умиротворяющую (*шанти*) молитву исполняют на службах.

असतो मा सद्गमय ।	asato mā sadgamaya
तमसो मा ज्योतिर्गमय ।	tamaso mā jyotirgamaya
मृत्योर्मा अमृतं गमय ।	mṛtyormā amṛtaṁ gamaya

Веди нас от неправды к правде,
Веди нас из темноты к свету,
Веди нас от смерти к бессмертию!

Ведийская эпоха

Веды — это древнейшие писания индуизма. Западные индологи XIX века полагали, что Ригведа, древнейший из сборников, была составлена около 1500 г. до н. э., и отсчитывали с этого момента 1000-летнюю эпоху, известную как ведийская эпоха. Эта точка отсчёта, тесно связанная с ныне опровергнутой теорией вторжения арийцев, предложенной и обоснованной ещё до открытия цивилизации долины Инда, оспаривается многими индийскими историками. Они относят Веды к 4000 году до н. э., опираясь на астрономические сведения, найденные в ведийских текстах, и другие методы определения датировки.



«Упанишад Ганга», телесериал

В 30-м эпизоде сериала «Упанишад Ганга», «Основа жизни», показана захватывающая история Яджнавалкьи и Гарги, в которой Гарги испытывает Яджнавалкью вопросами. «Упанишад Ганга» — популярный сериал на хинди из 52 серий по 30 минут, каждая из которых полна древней ведийской культуры и мудрости Упанишад. Первоначально эта идея была представлена в 2012 году как проект *Chinmaya Creations*, а на деле была замыслом Свами Теджомаянанды из всемирной духовной организации *Chinmaya Mission*. Сериал транслировался на *Doordarshan*, государственном телеканале Индии. В «Упанишад Ганге» освещены разные духовные концепции, такие как цели человеческой жизни (*дхарма*, *арта*, *кама* и *моक्षा*), стадии жизни (студенчество, супружеская жизнь, старость и отречение), типы йоги (карма-йога, бхакти-йога и джняна-йога), идеи создания, рождения и возрождения, изначальный Ом. Эти темы раскрываются через истории великих индуистских святых и мыслителей, таких как Вальмики, Харишчандра, Чанакья, Тулсидас, Мирабаи, Арунагинатар, Бхадрачала Рамадас и Вьяса. Этот изобилующий песнями телесериал идеально подходит для изучения индуистской духовности всей семьёй. Все серии с английскими субтитрами можно приобрести в виде набора из 12 DVD в интернет-магазинах *Chinmaya Mission*, а также на *Amazon* и *Flipkart*. В набор входят стихи на санскрите с английской транслитерацией и переводом, а также материалы для размышления о смысле каждого эпизода.





Гхоша, ведийская провидица

Гхоша была великой *ришикой*, аскетом и *мантра-даршини*, провидицей, донёвшей до нас ведийские гимны. Она была дочерью и ученицей мудреца Какшивана и внучкой *риши* Диргатамаса, автора часто цитируемого санскритского афоризма «Экам Сат Випра Бахудха Ваданти» («То, что есть – Одно; мудрецы дают Ему разные имена»), который упоминается в Ригведе 1.164.46. Согласно «Айтарея-брахмане» из Ригведы, Диргатамас был главным жрецом царя Бхараты. Царь Бхарата,

прославленный сын Шакунталы и Душьянты, был одним из древнейших правителей Индии, собравший её земли в единое государство, которое позже назовут в его честь Бхаратаваршей. Сын Гхоши Сухстья тоже внёс свой вклад в Ригведу. Силами этой семьи провидцев до нас дошло множество ведийских гимнов, которые радуют и по сей день.

Будучи юной девушкой, Гхоша заболела, и муж оставил её. Она обратилась к Ашвини Кумарам, посвятив им два гимна – она

же можно найти длинные философские беседы мудреца Агастьи и его умнейшей жены Лопамудры.

Ригведа открыто провозглашает о том, что женщинам следует передать бразды правления в вопросах жизни народа, и что они должны иметь равные с братьями права на собственность отца. «Весь мир благородных людей склоняется перед величием прекрасной женщины, ведь она озаряет нас знанием и своей дальновидностью. Она лидер общества, несущий знания. Она символ процветания и дочь совершенства. Будем же к ней почтительны, ведь она искореняет ростки зла и ненависти в обществе». (1.48.8)

В Атхарваведе сказано, что женщины должны быть смелыми, образованными, успешными, умными и знающими; они должны состоять в законодательных палатах и быть защитницами семьи и общества. Когда невеста становится частью семьи после свадьбы, она должна «править вместе со своим мужем, как царица, над другими членами семьи». (14.1.43-44)

В Яджурведе встречаются следующие слова: «Своим умом учёная женщина облагораживает нашу жизнь. Своими действиями она облагораживает наши действия. Своими знаниями и действиями она способствует нравственности и умелому управлению обществом». (20.84)

Святая поэтесса: Гхоша писала о близнецах Ашвинах, распевающих небо в запряжённой колеснице, что несут исцеление и благополучие человечеству; (справа) Трактровка Аум, источника всего небесного и земного.

молилась об изобилии, силе и избавлении от болезней и несчастий. Со временем к ней вернулись её здоровье, красота и молодость. Ашвины (братья-близнецы) – это ведийские боги аюрведической медицины, лекари дэвов. В Ригведе они несколько раз упоминаются как юноши с конскими головами.

Два гимна Гхоши, посвящённые Ашвинам, встречаются в десятой книге Ригведы как сукты 10.39 и 40, каждая из которых состоит из четырнадцати стихов. Молитвы прославляют близнецов-целителей и вызывают к изобилию и благополучию. Слова Гхоши, благородной женщины, пропитаны идеей приверженности пути познания. Шри Кришнапреми Свамигал приводит краткое изложение её гимнов в «Сати Виджаям» (перевод Шрилы Вишакхи Хари):

«О, Ашвини Кумары! Как отец учит и направляет своих детей, покажите мне истинный путь познания. Наставьте меня и на духовный путь. Я беспомощна, не дайте мне заблудиться. Я должна прожить прекрасную жизнь и родить много детей и внуков. Даруйте мне благословение, чтобы я всегда была мила своему мужу!»

В своей книге «Познание Вед. Антология Вед для человека нашего времени и современности», Раймундо Паниккар раскрывает подход ведийской эпохи, и Гхоши в частности, к вопросам здоровья и болезни: «Человеческий недуг – не пустяк, он не оставляет места для возвышенных мыслей, и лишает возможности сбежать. Человека засасывает в экзистенциальную борьбу за своё благополучие, и он сталкивается с ужасной силой, которая может лишить его здоровья и даже жизни – и всё же он полон решимости противостоять угрозе, бороться и, в конце концов, победить. В руках его лекарственные травы, на устах – священная мантра, в сердце – пламенная надежда, а в уме – непоколебимая вера. Он понимает сложную паутину отношений, охватывающую всю реальность, и готов вмешаться, чтобы восстановить утраченную гармонию и баланс».

В *суктах* Гхоши подчёркнута необходимость вести праведную и духовную жизнь, и эта идея проходит красной нитью через все Веды.

ЧТОБЫ УЗНАТЬ БОЛЬШЕ:

- * **Прочтите** «Ведический опыт Раймундо Паниккара», чтобы узнать о переводах на английский язык (и комментариях) ведических гимнов и других священных текстов: bit.ly/VedicExperience
- * **Посмотрите** первую часть документального фильма «История индуистской Индии»: bit.ly/2piE84n
- * **Посмотрите** видео о ведической ритуальной практике с декламацией Вед, опубликованное *Times Living*: bit.ly/VedicPractice



Мысли о ведийской мудрости

Карма – это не судьба, потому что человек сам решает, как ему поступать, и сам создаёт своё будущее. Веды говорят нам, что если мы сеём добро, мы пожнём добро, если же мы сеём зло, то мы пожнём зло. Карма учитывает совокупность наших действий и последствий в этой и предыдущих жизнях, которые определяют наше будущее.

Шиваяя Субрамуниясвами

Под Ведами понимают не книги, а сокровищницу накопленных духовных законов, открытых разными людьми в разное время. Закон тяготения существовал до его открытия и существовал бы, даже если бы всё человечество забыло о нём: так же обстоит дело и с законами духовного мира.

Свами Вивекананда

Индуисты обрели свою религию через откровения, Веды. Эти откровения посланы напрямую, они считаются *апаурушей*, или абсолютно сверхчеловеческими, несотворёнными одним автором. Веда – это гордость индуистов, или даже всего мира!

Свами Шивананда

Все древние индуистские ведийские боги – лишь разновидность Единой Высшей Силы, способной проявляться в бесчисленных формах.

Свами Чинмаянанда

Веды не написаны ни одним человеком, ни даже группой *риши* или провидцев. Веданта – это Знание, открытое Самим Господом.

Свами Теджомаянанда

Веды – это как загруженная информация: *риши*, погрузившись в глубокую медитацию, начали делиться увиденным и услышанным.

Шри Шри Рави Шанкар

Женщины в Ведах

Нирмал Лаунгани

Более 30 ведийских *риши* были женщинами. Как замужние, так и незамужние женщины были признаны авторитетами ведийской мудрости. Гарги спорила с мудрецом Яджнавалкьей о начале всего сущего. Другие ведийские гимны приписываются Вишнаваре, Шикте и т. д. Множество женщин-*риши* указаны в Ригведе; в ней же содержатся десятки стихов, приписанные философу Гхоше и великой Майтрейи, отказавшейся от половины состояния своего мужа Яджнавалкьи ради духовного просвещения. В Ригведе так



Вакдэви, ведийская поэтесса

Вакдэви, дочь *риши* Амбхруны, с детства отличалась склонностью к духовному мышлению. Она была также известна как Вагамбруни, по имени своего отца. Вакдэви была *мантра-драштой* (провидицей) – она сочинила состоящую из восьми строф «Дэви-суктам», также известную как «Амбхрини-суктам» или «Вак-суктам», восхваляющую Богиню Мать. Это 125-й гимн 10-й мандалы Ригведы, старейшего памятника индуистской литературы.

С помощью *садханы* (духовной практики) Вакдэви достигла такого уровня духовной зрелости, что смогла отождествить себя с Божеством. Она исполняла этот философский гимн от лица Богини, которой служила, в состоянии единения с Ней. Ришика (мудрец, сочинивший гимн) и Дэвата (Божество, умиловлённое гимном) были одной сущностью. В этом и заключается уникальная особенность «Дэви-суктам». Возвысившись над своей индивидуальностью и это – и тем самым достигнув духовной цели, к которой многие стремились на протяжении веков, – Вакдэви стала единым целым с вездесущим Брахманом, где стираются различия между мужчиной и женщиной, человеком и Богом.

В наши дни «Дэви-суктам» можно услышать во время служения Богине на ежедневных храмовых обрядах и жертвенных церемониях, таких как *хома* и *хаван*. Её также исполняют в конце чтения «Дэвимахатмья».

Веды

Веды – это огромные сборники древних санскритских гимнов и песнопений, услышанные *риши* и *ришиками*, мудрецами-мужчинами

и мудрецами-женщинами, обычно читаются нараспев. Одно из основных различий между ведийскими и более поздними мантрами заключается в особенностях размера и стиля чтения. Ритмичное чтение ведийских стихов в четырёх основных тональных звучит почти как музыка. «Дэви-суктам» написана в двух разных *чандах* (метриках). Семь стихов в *триштуп-чанде*, в котором по 11 слогов в строке, а второй стих в *джагати-чанде*, по 12 слогов в строке.

В наши дни пение Вед распространено почти в любом индуистском обществе по всему миру. Ведийские школы, Веда-*патшалы*, можно встретить по всей Индии. Они устроены по традиционному принципу школы-гурукулы, когда студенты живут со своими учителями и перенимают их знания санскрита. Юношей, стремящихся стать священниками или учёными, обучают в *патшале* пению и индуистским обрядам, писаниям, традициям и религиозным практикам. Двумя крупнейшими *патшалами* являются Веда Агама Самскрута Махапатшала в Карнатаке и Храм Тирупати патшала в Андхра-Прадеше. Программа некоторых *патшал* сосредоточена на определённых Ведах, таких как Яджурведа или Ригведа. *Патшала* в Бангалоре воспитывает будущих священников в традиции Шайва-агама. (Подробную статью об этой школе см. на bit.ly/BengaluruPatashalaHToday)

«Дэви-суктам» Вакдэви

Ниже приведена «Дэви-суктам» Вакдэви, «Гимн всеведения», Ригведа 10.125 в переводе Ральфа Т. Гриффита:

«Дэви-суктам»: Вакдэви сочиняет знаменитый гимн Богине Речи. Звук, основа любой речи, изображён художником в трёх формах.

• • • • •

1. Я странствую с Рудрами и Васудэвами, с Адитьями и другими богами. Я удерживаю в воздухе Варуну и Митру, Индру и Агни, а также двух Ашвинов.
2. Я храню и поддерживаю величайших Сому и Тваштара, Пушана и Бхагу. Я щедро одариваю богатством преданного, что подливает сок и несёт подношение.
3. Я Властительница, собирающая сокровища, самая чуткая из всех. Я первая из тех, кто заслуживает поклонения, и поэтому боги поселили меня рядом со многими домами, в которые я могу войти и остаться.
4. Через меня одну человек ест пищу, видит, дышит, слышит сказанное слово. Они этого не знают, но всё же я всегда рядом. Услышьте же мою правду.
5. Я сама озвучиваю и произношу слово, необходимое и богам, и людям. Я делаю человека, которого люблю, чрезвычайно могущественным, делаю его мудрецом, риши и брахманом.
6. Я сгибаю лук Рудры, чтобы стрела, поразив, убила врага преданности. Я призываю сражаться за людей, я проникла на Землю и Небеса.
7. На вершине мира я взываю к Отцу: мой дом в воде, в океане. Отсюда я могу охватить всех живых существ и коснуться лбом даже самого неба.
8. Я делаю глубокий вдох, подобный ветру и буре, собирая при этом всё сущее воедино. За пределами этой широкой Земли и Небес я стала могущественной в своём величии.

Значение «Дэви-суктам»

Согласно мнению Саяначарьи, ученого XIV века из Виджаянагара, знатока Вед и грамматики санскрита, Вакдэви была *брахмавидуши* (познавшей Брахмана), прославлявшей себя в этой *сукте*. Поэтому «Дэви-суктам» можно рассматривать как «атмастуту» – посвящённый самому себе гимн восхваления. Однако то «Я», которое Вакдэви упоминает в гимне, отличается от нашего обычного понимания «я». Вакдэви говорит о высшем, вечном, абсолютном Сознании, основе эго (субъекта) и вселенной (объекта). Можно интерпретировать эту *сукту* как утверждение Богини (Дэви) о Её собственной славе и силе. В наши дни шакты могут представлять Богиню как Ади Парашакти, вайшнавцы обращаются к Ней как к Махалакшми, а шиваиты – как к Парвати. Гимн Вакдэви считается одним из самых смелых и старейших провозглашений философии Адвайты (недвойственности) среди провидцев всех Вед.

ЧТОБЫ УЗНАТЬ БОЛЬШЕ:

- ★ **Разучите** гимн Вакдэви с помощью этого видео на YouTube (текст и перевод прилагаются): bit.ly/VakdeviSuktam
- ★ **Смотрите/слушайте**, как ведические пандиты повторяют «Дэви суктам»: bit.ly/DeviSuktamChanting



Пение Вед в повседневной жизни

Знаете ли вы, что всем известные Мритьюнджая мантра и Гаятри мантра – это ведийские гимны?

Миллионы индуистов по всему миру поют отрывки из Вед в рамках ежедневной религиозной практики. Некоторые школы индуизма призывают всех каждый день уделять какое-то время изучению и запоминанию отрывков из Вед.

«Аум» поётся в начале и в конце всех ведийских текстов, потому что считается, что этот слог является источником всего живого и несёт в себе все Веды сразу. Популярная молитва Ганеши, «Гананам Тва Ганapatiгм...» – это мантра из Ригведы (2.23.1). Некоторые храмы ежегодно проводят Ати Рудра *махаяджну*, на которой 121 священник многократно исполняет «Шри Рудрам» – целых 14 641 раз (каждое повторение длится около 22 минут). На это удивительное жертвоприношение уходит одиннадцать дней!

Среди других популярных ведийских песнопений можно отметить несколько мантр Шанти, «Ганapati Атхарваширша Упанишад», «Пуруша-суктам», «Нараяна-суктам», «Медха-суктам», «Дурга-суктам», «Шри-суктам» и «Шишья Анушасанам». В знаменитой «Пуруша-суктам» подчёркнуто сходство микрокосма и макрокосма. Гай Бек, американский музыковед и историк в области религии, рассматривает этот гимн в своей работе, обращая наше внимание на идею о том, что человеческое тело и разум связаны со вселенной, и одно можно познать через другое. Это основа многих йогических практик, в том числе тех, в которых особое внимание уделяется звуку.

В индуизме с древнейших времён уделяется пристальное внимание корреляции микрокосма и макрокосма – например, ведийский алтарь рассматривается как символ тела вселенной, Бог – как человек, наполняющий эту вселенную, и при всём этом вселенная содержится в человеческом теле; это можно прочувствовать на себе, практикуя йогу.



Васуки, идеальная супруга

Все говорящие на тамильском языке люди непременно знакомы с добродетельной Васуки и её мужем, знаменитым поэтом-философом Тируваллуваром (или Валлуваром). Эту великую «влиятельную пару» древней Индии высоко чтят за пример образцовой семейной жизни и за вклад в тамильскую литературу и индийское общество. Учёные спорят о периоде, в котором они жили – предположительно между III веком до н. э. и V веком н. э.

Несмотря на то, что довольно сложно найти подтверждение событиям давних лет, считается, что у Васуки и Тируваллувара был прекрасный, осознанный и крепкий брак. Они идеально подходили друг другу. Все жители восхищались ими и шли за советом о браке и семейной жизни именно к Тируваллувару, хоть он и был простым ткачом. Васуки была живым воплощением 55-ого Курала Тируваллувара: «Даже дожди будут проливаться по приказу той, что поклоняется не Богу, а своему мужу», ведь она считала Тируваллувара Богом во плоти. Её чуткое отношение к его нуждам доказывает её преданность. Многие рассказы описывают также её способность влиять на природу.

Как-то раз Васуки набирала воду из колодца неподалёку от дома. В традиционных индийских колодцах (кинеру) есть подъемный механизм, через который проскальзывают верёвка. Один конец веревки привязан к ведру, которое сбрасывается в колодец, а другой конец держит человек, набирающий воду. Чтобы зачерпнуть воды, нужно сначала опустить, а затем поднять ведро.

Валлувар окликнул Васуки, когда она поднимала из колодца ведро с водой. Согласно разным источникам, Васуки не заставила себя ждать: она отпустила веревку и мгновенно бросилась к мужу. Когда она вернулась, ведро всё ещё висело в воздухе, ровно на том месте, где она

его и оставила! Оно должно было упасть в колодец вместе с веревкой из-за своей тяжести, но добродетель и преданность Васуки чудесным образом нарушили закон тяготения.

«Тирукурал» Тируваллувара

«Тирукурал» («священные двустушия») считается одним из величайших произведений тамильской литературы и своего рода тамильской Ведой, и состоит из 1330 двухстрочных афоризмов, или куралов, полных добродетели и нравственности. Тамильское слово «тиру» переводится как «святой», а «курал» – это краткое высказывание или стих. Текст разделён на 133 главы по десять двустуший в каждой. Первый раздел, озаглавленный как «Добродетель», состоит из 38 глав; второй, посвященный материальному миру (богатству, политике и экономике), состоит из 70 глав; а третий раздел из 25 глав посвящён любви.

Тируваллувар был образованным ткачом из Милапура в Ченнаи, Тамилнаду. Иногда его считают 64-м *наянаром* (святым) в традиции шайва-сиддханты. Западные ученые предполагали, что он был джайном. Его труды охватывают весь спектр человеческого опыта, от любви и семейной жизни, дхармы, лидерства и методов управления до наивысшей жизненной цели – осознания «Я». Его полные проницательности и афористичности труды часто используют в тамильских учебниках, что помогает детям развить память и язык, а также осознать важность жизни, основанной на ценностях.

Тирукурал переведён более чем на 80 языков. За столетия учёными было написано несколько комментариев, каждый из которых предлагал свой тонкий подход и интерпретацию. Этому святому поэту посвящены многие памятники – каменная скульптура высотой 40 метров

Примерная отзывчивость: однажды поэт-ткач Валлувар, трудясь за ткацким станком, окликнул свою жену. Она отпустила верёвку с ведром, полным воды, в колодец, и бросилась к нему. Легенда гласит, что ведро с водой было волшебным образом подвешено в воздухе как дар за её самоотверженность. (Справа) Статуя Васуки в Южной Индии.

Непоколебимая преданность Васуки

Васуки и Тируваллувар прожили вместе долгую, счастливую и мирную жизнь, и, по мнению некоторых источников, у них были дети. Когда Васуки готовилась оставить свою смертную оболочку, Валлувар спросил – может ли он что-нибудь для неё сделать? Она кивнула и сказала, что у неё есть один вопрос, касающийся его привычки: почему он с первого дня их совместной жизни просил её приносить перед обедом небольшую чашу с водой и иголку? Он ни разу не воспользовался этими предметами за все эти годы, хотя она покорно ставила их на стол каждый день.

Валлувар ответил, что в них был смысл, но она ни разу не дала ему применить их. Увидев озадаченное лицо Васуки, Тируваллувар объяснил: «Дорогая жена, ты каждый день ставишь передо мной плошку с рисом. Если бы ты просыпала хоть пару зёрен риса, я бы взял иголку, чтобы собрать их с пола, и, промыв их в чаше с водой, снова положил бы на тарелку. Но ты ни разу не просыпала ни единого зернышка! Ты служила мне с таким усердием и внимательностью, что мне не понадобились чаша с иглой».

Садгуру Шивая Субрамуниясвами говорил: «Тамильское представление об отношениях мужа и жены сильно отличается от современного, сосредоточенного на вопросах схождения и равенства. Тем не менее, тот, кто мог оценить всю глубину отношений в такой семье, не сможет назвать их устаревшими. Тамильская жена чиста помыслами, предана своим обязанностям, гостеприимна. Она скромна, сильна и сдержана, никогда не дерзит. Она восхищается своим мужем и даже не смотрит в глаза другому мужчине. Говорят, что она пишет славу своего мужа, она служит ему опорой, что высоко поднимает его в глазах других людей».

Субрамуниясвами утверждал, что мы не сможем достичь освобождения, пока должным образом не исполним дхарму наших многочисленных жизней. Васуки, без сомнения, в совершенстве исполнила свою *стри-дхарму*.

Васуки, воплощение терпения, внимательности и любви, почитается среди жён Тамилнаду как образец для подражания. Дом, в котором супруги живут по образу Васуки и Тируваллувара, считается поистине благословенным.

ЧТОБЫ УЗНАТЬ БОЛЬШЕ:

- ★ **Посетите** храм Тируваллувара в историческом районе Милапур в Ченнаи, Тамилнаду
- ★ **Прочтите** «Мудрость Ткача: древние заповеди идеальной жизни», перевод Тирукурала на английский язык Шивая Субрамуниясвами: bit.ly/WeaversWisdom



Стихи из Тирукурала

Из «Мудрости Ткача» Шивая Субрамуниясвами

Глава 1, Хвала Богу, КУРАЛ 1

Акара мутхала элут эллам Атхи
Бхагаван мутхатре улаку

«А» — это источник и начало всех букв.
Так и Бог – источник и начало всего мира.

Глава 3, Величие отшельников, КУРАЛ 27

Кто властен над пятью чувствами – зрением, обонянием, слухом, ощущениями вкуса и тела – тот властен и над миром.

Глава 5, Семейная жизнь, КУРАЛ 45

Когда семейная жизнь полна любви и добродетели, она обретает своё значение, свои плоды.

Глава 7, Благословение детей, КУРАЛ 66

«Сладки звуки флейты и лютни», – говорят те, кто не слышал голоса собственных детей.

Глава 10, О приятных словах, КУРАЛ 92

Лучше подарка от радостного сердца могут быть лишь сладкие слова, сказанные с веселой улыбкой.

Глава 11, Благодарность, КУРАЛ 108

Не стоит ни на минуту забывать о добре, но хорошо сразу же забыть об оскорблении.

Глава 14, О добродетельности, КУРАЛ 140

Те, кто не может жить в гармонии с миром, даже если они многому научились, всё же невежественны.

Глава 20, О бессмысленной речи, КУРАЛ 200

Говорите только то, что имеет смысл.
Никогда не расходуйте слова бесцельно.



BALAKUMAR MUTHU

КУЛЬТУРА

Конкурс Колам 2020 в Ченнаи

Фоторепортаж о конкурсе колам проводимом во время восемнадцатого ежегодного культурного фестиваля *Sundaram Finance* в Милапоре

Балакумар Мутху, Индия

Балакумар – редактор и фотограф casualwalker.com. Он предприниматель, веб-разработчик, консультант по программному обеспечению, фотограф-путешественник и практикующий хатха-йогу.

Недавно я посетил конкурс Пулли колам в Милапоре, Ченнаи, в рамках культурного фестиваля Майлапур 2020, проводимого *Sundaram Finance*, который был посвящён искусству, ремёслам, кухне, играм, драме, танцам и религиозным традициям самого знаменитого района Ченнаи. В 2020 году фестиваль проходил с 9 по 12 января в знаменитом храме Капалишварар и вокруг него. Фестиваль включал 30 конкурсов, мероприятий и выставок, в которых приняли участие около 400 мастеров своего дела.

Главной достопримечательностью фестиваля в Майлапоре является двухдневный конкурс Пулли колам и ранголи на улице Северная Мада. Этот конкурс – визуальное удоволь-



ствие для зрителей, которые рассматривают самые разные яркие и творческие работы, а также настоящее наслаждение для участников всех возрастных групп.

Пулли колам – это ритуальная форма искусства, выполняемая в основном южноиндийскими женщинами. Слово «колам» в переводе с тамильского означает «красота» и является символом святости, успеха и позитива. Изогнутые, извилистые линии традиционного пулли колам представляют собой лабиринт,

который часто начинается и заканчивается в одной и той же точке. Эти рисунки требуют большой концентрации и памяти. Многие женщины Южной Индии встают рано утром, чтобы благословить свои дома, делая рисунок колам у входа. Поддерживающие эту традицию, опираются на прошлое, внося небольшие новаторские изменения в свои рисунки, чтобы каждый день создавать что-то новое.

Пулли колам имеет строго выверенную математически геометрическую основу, которая начинается с нанесения сетки точек, с помощью которых рисуются линии согласно трём традиционным правилам: все линии должны быть замкнуты, все точки должны быть связаны, и два отрезка линии не могут перекрываться на конечном отрезке. Несмотря на то, что существуют различные виды рисунков, такие как чикку, камби и нелли колам, все они имеют общие шаблоны, которые динамичны и тщательно рассчитаны. Идея состоит в том, что эти геометрические фигуры отражают определённые ментальные энергии, которые благословляют и возвышают атмосферу дома.



ALL PHOTOS: BALAKUMAR MUTHU



Праздник древнего искусства: (крайний слева) женщина добавляет завершающие штрихи к своему художественному произведению; (против часовой стрелки слева, с середины) улицы вымыты и подготовлены к началу фестиваля; регистрационная стойка для желающих принять участие в конкурсе; вид на улицу ближе к концу дня; двое детей трудятся над созданием одного из своих первых узоров; сложный узор колам на полтуту к завершению.

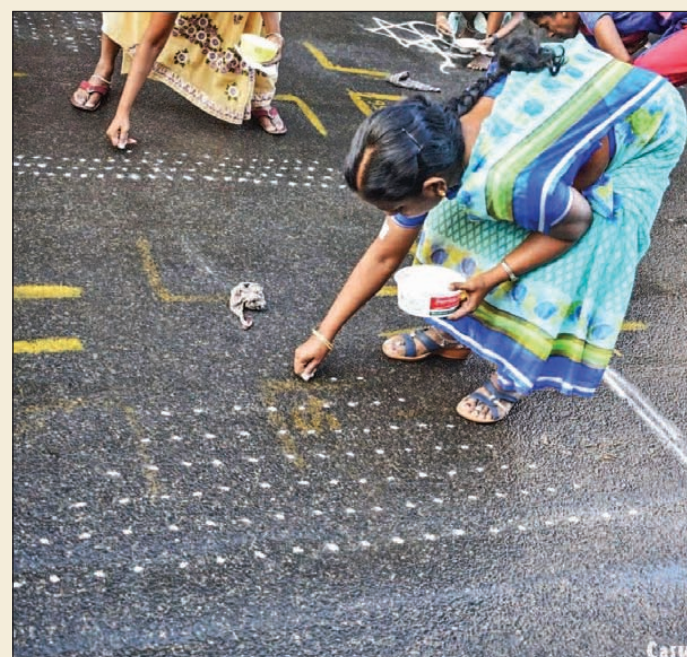
Грандиозный и приятный



Большинство узоров красочны, как и огромный и сложный колам, созданный молодым художником в Мумбаи во время Гуди Падвы, фестиваля, который знаменует традиционный новый год на Севере Индии. Он приветствует приход месяца Читра и занимает особое место в семьях махараштрийцев. Праздник отмечают, украшая полы домов и улицы узорами ранголи (название колам на Севере Индии). Поскольку у Гуди Падвы нет определённого мотива, люди пользуются художе-

ственной свободой, используя множество тем и рисунков в любом сочетании, которое им нравится.

Если вы хотите попробовать свои силы в создании колам, можете начать с поиска на YouTube обучающих видео. Вот одно из них, которое демонстрирует несколько простых для начинающих узоров: youtu.be/682RhOPHSp8



Творческие мастерские: (по часовой стрелке сверху) усовершенствованный цветочный узор колам; пожилая женщина демонстрирует умение на протяжении всей жизни; этот художник начинает с внешних узоров, изображая хамсу (индийского гуся) вокруг цветов лотоса.



Йога уходит своими древними корнями в индуистские писания. Цель йоги – устранить невежество, авидью, скрывающую наше истинное «Я». Веды упоминают женщин-учёных, учителей, мистиков, жриц и философов, а также двадцать семь женщин-мудрецов...

ЙОГА

Женщины в йоге: возможная история

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

Настоящая работа является результатом честного исследования положения женщин в йоге, как в прошлом, так и в настоящем, относительно исторических и социальных событий, с учётом их влияния на дисциплину йоги и для практикующих женщин. Йога уходит своими древними корнями в индуистские писания, и всё же она очень популярна в современной культуре. Было бы naïвно предполагать, что древняя йога и йога нынешняя есть выражение одного и того же.

В современном мире йога, кажется, есть повсюду, она применима ко всему и подходит каждому. Когда люди говорят, что они «занимаются йогой», они обычно имеют в виду форму физической дисциплины или практики упражнений, которые обладают способностью исцелять, наделить здоровьем и повышать самооценку, и за редким исключением они имеют в виду нечто большее, чем просто физические упражнения. Это может означать «более глубокую связь» между телом и душой или, что более широко известно, единство тела, ума и вселенной, которое может быть достигнуто с помощью практики йоги. Однако это не главная причина, по которой люди практикуют йогу. Обычно есть более желанные побочные эффекты йоги, такие как снятие стресса, потеря веса, способность сосредотачиваться, улучшение творческих способностей, устранение физической боли и т. д.

Йога зародилась в древней Индии как одна из шести дисциплин, *даршан*. Как объясняет Джеральд Ларсон, почётный профессор кафедры религиоведения в Университете Индианы и один из известных сегодня экспертов по философии санкхьи и йоги, «Йога так же стара или старше, чем письменная история, её истоки по большей части теряются в древности, Центральной, Западной и Южной Азии». Чтобы сказать, что йога эволюционировала, необходимо знать о её происхождении, но при более внимательном рассмотрении предмета это кажется невозможным. В каждой эпохе была своя «практика йоги», и говорить об «истинной» или «чистой» форме йоги в сравнении с «фальшивой» и «нечистой» формой йоги было бы чрезмерным упрощением. Кажется очевидным, что йога не может быть оторвана от культурных традиций (хотя практика йоги стремится уменьшить внешние влияния на практикующего,

возможно, что она не сделала это сама по себе), поэтому мы можем отметить, что йога зародилась в Индии на основе философии санкхьи, веданты и религиозных верований, и что целью йогической практики во всех известных нам произведениях было стремление к освобождению. Как будет показано ниже, разнообразие религий в Индии и социальные изменения повлияли на понимание практики йоги.

Цель йоги – устранить невежество, *авидью*, которое покрывает наше истинное «Я». Считается, что это «Я» не связано земными мерками, такими как время и пространство, а также возрастом, полом и социальным статусом. Практика йоги направлена на устранение этого невежества, освобождение практикующего от боли и страданий (вызванных иллюзорным пониманием ложного «я») и освобождение с помощью сил истинного понимания и реализации.

Практика йоги неизбежно и очевидно изменилась. Если в древней Индии йогу преподавали в индивидуальном формате, «один на один», то в настоящее время это практика в забытых до отказа залах, где один учитель обучает сразу многих. Благодаря инновациям в печати и новым технологиям стало возможным заниматься йогой по книгам, DVD или видео на YouTube (а в последнее время – и в онлайн формате по интернету. – Прим. пер.). Это сделало йогу доступной и широко распространённой, хотя некоторые могут возразить, что за это пришлось заплатить высокую цену – потерей подлинности и коммерциализацией.

Несмотря на то, что в настоящее время большинство практикующих йогу – женщины, по крайней мере, на Западе, учёные предполагают, что йога практиковалась, преподавалась и писалась мужчинами и для мужчин. Сегодня большинство книг по йоге на английском языке написаны женщинами, и большинство покупателей и читателей этих книг также женщины. Подобного рода дихотомия требует лучшего понимания того, как йога превратилась в то, чем она является сегодня.

Первая часть этой статьи будет посвящена кратко описанию древних корней практики йоги. Поскольку невозможно охватить более двух тысяч лет (или более того) эволюционирующего явления, будут рассмотрены два влиятельных и широко распространённых

текста: «Йога-сутры» Патанджали (PYS) и «Хатха-йога прадипика» (HYP) Сватмарамы (оригинальное название этого произведения Сватмарамы – «Хатха прадипика». Прим. пер.). Хотя эти два текста разделены тысячами и различаются метафизической парадигмой, они схожи в том, что известно как основа практики «аштанга-йоги». Эти тексты, возможно, реконструированные западными востоковедами-индологами, рассматриваются индийскими и западными учителями йоги как наиболее авторитетные в истории йоги. В контексте этих произведений будет обсуждаться вопрос о женщинах, в соответствии с текстовыми и историческими данными, наряду с феминистским предположением, что женщины были частью истории йоги, даже если они не упоминались непосредственно в трудах, ориентированных на мужчин.

Во второй части будут обсуждаться основные пропагандисты йоги, в основном индийцы мужчины, которые говорили и писали на английском, путешествовали по Западу и преподавали йогу по всему миру. Эти сторонники йоги действовали в условиях колониального правления и ориенталистских взглядов, в то время как некоторые были частью движений за политическую независимость, другие склонялись к западной философии, а третьи находились под влиянием западной науки и медицины. Чтобы лучше понять реконструкцию синкретической формы йоги в Индии, нельзя упускать из виду социально-политическое влияние двух столетий культурной и идеологической, а также политической и экономической колонизации. Самое главное, что одновременно с реформами в области прав женщин это было время, когда йога была демократизирована и секуляризована и, таким образом, стала доступной для женщин. Именно эти черты стали превалировать в современной йоге, известной нам сегодня.

В последней части будут разбираться вопросы, связанные с йогой в западном мире, особенно в Соединённых Штатах, цели практики йоги, индустрия йоги, тело в йоге, а также феминистский потенциал йоги. Со времён демократизации йоги, авторитет йоги был подорван. Под сенью коммерциализации и коммодификации она превратилась скорее в орудие порабощения, а не в инструмент окончательного освобождения.

Часть I: Древняя классическая йога и статус йогини в ней

Древняя йога как классическая йога

Считается, что самым ранним вещественным свидетельством йоги является «Печать Пашупати», датированная 2500 годом до н. э., в то время как первое письменное свидетельство можно найти в Ригведе, датированной приблизительно XV веком до н. э. Хотя об обществе того времени известно немного, можно предположить, что женщины были частью духовной жизни, согласно археологическим находкам того времени. Как объясняет Дженис Гейтс, работавшая на факультете известного Калифорнийского центра исследований и образования йоги, «участие женщин в ритуалах считалось благоприятным, даже необходимым, для божественного присутствия, ведь женщины ассоциировались с плодородием, ростом, изобилием и процветанием... есть многочисленные ссылки на женщин-учёных [в Ведах], учителей, мистиков, жриц и философов, а также на двадцать семь женщин-мудрецов...». Эти практикующие йогу, согласно Гейтс, практиковали йогу в её «самом широком смысле», признавая связь между человеческим и божественным царством через жертвоприношение.

В более поздних текстах, датированных V веком до н. э., йога упоминается подробнее. Среди них – «Катха упанишада», «Шветашватара упанишада», «Майтри упанишада» и «Махабхарата», где йога выступает как метод обретения освобождения от оков этого мира, то есть *мокиши*. В этих произведениях упоминается маленькая группа мудрых духовных женщин, некоторые из которых определены как йогини. Среди этих женщин можно найти

интеллектуальную отшельницу Шулабху, которая спорит с царём Джанакой, что женщины могут достичь освобождения теми же способами, и что касается их истинного «Я», то есть Атмана, то между мужчинами и женщинами нет существенной разницы. Другая женщина-муни – Гарги, спорит с мудрецом Яджнявалкьей и почти побеждает его, но вместо этого замолкает. Говорят, что Митрейи, жена Яджнявалкьи, больше всего на свете интересовалась духовным знанием и в результате познала Бога.

Вышеупомянутые тексты представляют досовременные формы йоги. По словам Де Микелису, бывшего профессора факультетов богословия Кембриджского и Оксфордского университетов, «досовременные формы йоги [...] окажутся более синтетически устойчивыми просто потому, что практические и теоретические следствия их аксиоматических идей [...] культивировались, рационализировались и фиксировались в течение как минимум двух с половиной тысячелетий систематическим, непрерывным, кумулятивным и, в широком смысле, логически последовательным образом». Это определение досовременных форм йоги контрастирует с современными формами йоги, которые развились позже, в таких произведениях как «Йога-сутры» Патанджали, считающихся классической йогой.

«Йога-сутры» Патанджали как классическая йога

Первым детально проработанным текстом по йоге как доктрине является «Йога-сутры» Патанджали, датированный II-IV веками н. э. Некоторые учёные, большинство учителей и

практиков йоги считают его основой классической йоги. По словам Марка Синглтона, исследователя современной йоги на факультете богословия Кембриджского университета, этот термин привит позднее предполагаемой традиции Патанджали, «как она была сформирована благодаря ориенталистской науке и возрождению современной индийской йоги [...]», а не как исторические указания к древним корням динамической постральной системы под названием «аштанга йога». Кроме того, Сингтон утверждает, что «переводческие проекты колониальных времён были нацелены на утверждение критических привычек и ценностей европейской философии в индийские умы через индуистские священные писания и последующие ревизии этих текстов индийскими культурными националистами, стремящимися идентифицировать и интерпретировать окончательный канон современного индуизма...». Сингтон также заявляет, что этот текст не был авторитетным ни для большинства систем йоги, ни для традиции функциональной практики. Точно так же Либерман Кеннет, профессор религиоведения в Орегонском университете, утверждает, что первые европейцы, изучавшие йогу, в первую очередь интересовались её философией и изучали её у брахманов в XIX-XX веках.

Первый широко распространённый перевод на английский язык был сделан американцем для американцев. Теософ Уильям Куан Джадж интерпретировал «Йога-сутры» в 1889 году в Нью-Йоркском теософском издании, в котором писал: «Это попытка истолковать их для западных умов, незнакомых с индуистскими способами выражения мысли и столь же непривычных к их философии и логике». Более того, согласно Синглтону, понятие классического, одобренного и усиленного европейской интеллигенцией, использовалось в качестве основы и авторитета для тех, кто стремился установить чёткую идентичность и чувство собственного достоинства для культурных произведений Индии. Наконец, Йоханнес Бронкхорст, индолог и почётный профессор Лозаннского университета, утверждает, что «Йога-сутры» были связаны с множеством различных философий, а не с источником независимой традиции йоги.

Хотя вполне вероятно, что «Йога-сутры» не являются текстовым свидетельством «изначальной йоги», они считаются таковыми учителями и практиками йоги XXI века и оказали влияние на развитие современной йоги. Таким образом, понимание основных тем в них может объяснить феномен йоги в более поздние времена.

Йога, представленная в этом произведении, определяется как техника тела-ума, которая

направлена на то, чтобы соединить нас с нашей собственной истинной природой, заставляя ум замолчать и тем самым освободить нас от ложного восприятия мира и нас самих, что неизбежно заставляет нас страдать. Практика йоги состоит из восьми ступеней или частей, то есть «аштанга-йога»: моральные кодексы и правила поведения (*яма* и *ниама*), позы (*асана*), контроль дыхания/жизненной энергии (*пранаяма*), отстранение чувств (*пратьяхара*), концентрация (*дхарана*), медитация (*дхьяна*) и просветление (*самадхи*). Эти части появляются снова и снова в более поздних йогических произведениях и известны сегодня учителям йоги и образованным практикующим.

Среди этих компонентов йоги более пристальное внимание следует уделить одному из моральных кодексов, относящемуся к целибату, или сексуальному контролю, то есть *брахмачарьи*. Вполне возможно, что в ведической традиции, кратко рассмотренной выше, женщины могли свободно учиться и становиться брахмачарини, но, по мнению учёных, которые полагаются на толкование сутр Вьясой, термин в этом произведении относится к мужскому целибату, сохранению семени и особенно к отрешению от женщин и безбрачию. Основным термином, используемым в этом контексте, является «вайрагини», практикующий мужчина, который «лишён желаний» по отношению к материальным объектам.

Ещё один интересный аспект – это практика *пранавы*, то есть произношения слога «аум». По словам Кэтрин К. Янг, профессора религиоведения в Университете Макгилла, эта практика была связана с изучением Вед и поэтому была неприемлема для женщин. Кроме того, она утверждает, что женщины не могли заниматься аскетизмом в консервативных кругах. С другой стороны, Стефани Джеймсон, профессор кафедры азиатских языков и культур Калифорнийского университета в Лос-Анджелесе, представляет убедительные доказательства того, что женщины действительно знали, слышали и часто повторяли ведические мантры. Поскольку йогическая среда, вероятно, не учитывала «консервативные круги», возможно, что женщины практиковали *пранаву* в соответствии с предписаниями Патанджали.

На смену участию женщин в ведическую эпоху пришли патриархальные брахманические времена, которые нашли отражение в «Законах Ману», «Манава Дхарма шастра», составленных около 200 г. до н. э., где женщины не приписывалась роль домохозяйки, что являлось её *стри-дхармой*. В отличие от мужчин, которые должны были учиться до свадьбы и покидать свой дом в поисках духовной жизни в лесу. Другой подход к этому вопросу – метафизическая гендерная дихотомия: в то время как истинное «Я», то есть Пуруша, считается мужским (*пуруша* в переводе с санскрита – мужчина, душа, бог. – Прим. пер.), материальный мир, который ускользает от нашего ума, считается женским. Хотя эти утверждения не являются окончательными, они могут позволить сделать предположение об исключении женщин из практики

йоги во времена Патанджали. Однако сегодня учёные делают выводы, что эти законы не были приняты и не применялись на всей территории Индии, особенно среди южноиндийского дравидийского населения, сельских жителей и представителей низшей касты. Более того, предполагается, что эти законы были закреплены в качестве окончательного индуистского закона брахманами в британских колониальных судах. Таким образом, в отсутствии надёжного кодекса законов того времени представляется самонадеянным делать однозначный вывод, были ли женщины исключены из практики йоги или нет.

Основные темы «Йога-сутр» Патанджали вновь появляются в более поздних произведениях, которые развивают практику йоги. Вероятно, авторы этих трудов не считали себя продолжателями традиции Патанджали, но всё же включали, например, аштанга-йогу. Эти произведения, считающиеся средневековыми текстами по хатха-йоге, появляются в основном после XI века. Среди них самым известным и влиятельным произведением XIV века считается «Хатха-йога прадипика» Сватмарамы.

Средневековая йога

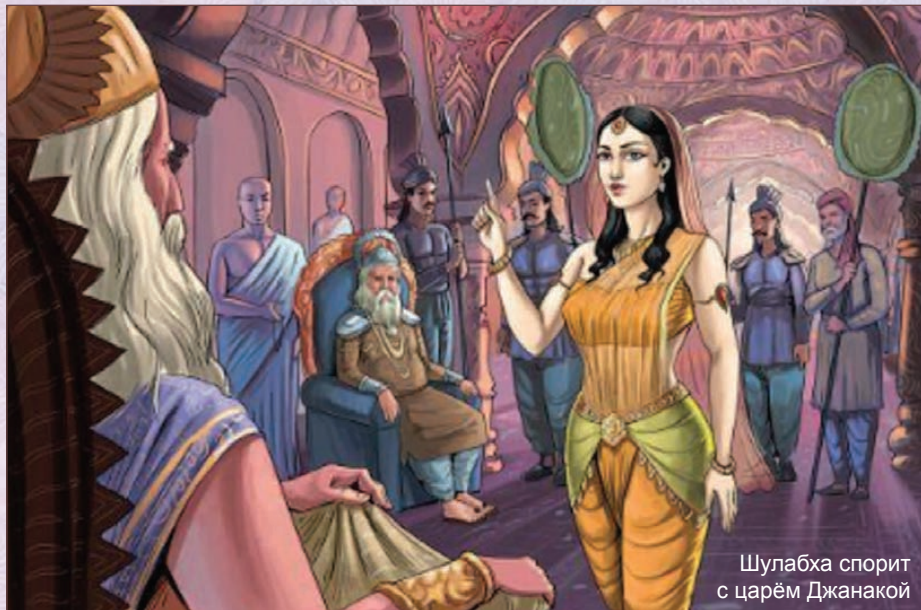
Второй по значимости текст, известный западным практикам йоги и пропагандируемый ими, – это «Хатха-йога прадипика» XIV века. Хотя существовали произведения, которые предшествовали ему, они не переводились на английский язык до конца XX века, а некоторые из них до сих пор доступны только на санскрите. Самый ранний текст по хатха-йоге, известный сегодня, – это «Даттатрейя йогашастра» XI века. По словам Джеймса Маллинсона, профессора Лондонского университета, факультета языка и культуры Южной Азии и эксперта по хатха-йоге, «"Хатха-прадипика" представляет собой компиляцию более ранних произведений», таких как «Даттатрейя йогашастра». Таким образом, текст представляется уместным объектом исследования в

этом эссе. Увы, важно упомянуть политическую атмосферу того времени в этих трудах, чтобы лучше понять их социальный контекст.

Движение бхакти и более поздние поэты-женщины

Между VI и IX веками в различных областях Индии произошло возрождение «духовной преданности», то есть *бхакти*. Среди наиболее известных носителей этого феномена были шиваиты наянры и вишнуиты альвары, святые поэты, путешествующие и воздающие хвалу своему Богу через гимны преданности. Выражение *бхакти* зачастую сопровождалось сильными эмоциями и экстазом, а главной темой их проповеди был желанный союз с Богом. Их послание было простым и всеобъемлющим: все люди равны, независимо от касты или пола, и все могут посвятить себя Богу не благочестивыми аскезами, а выражением любви и единства. Большинство священных *бхактов* не были брахманами, а некоторые даже были неприкасаемыми и женщинами. Одной из таких женщин была *наянра* Карайкаль Аммейяр, жившая между V и VII веками и писавший на тамильском языке; другой – *альвар* Андал, жившая в IX веке в Тамилнаде (подробнее о Карайкаль Аммейяр и Андал читайте в № 1 (6) журнала «Индуизм сегодня» за 2019 год. Прим. пер.). В тот же период буддизм и джайнизм уже присутствовали в индийском религиозном пространстве. Эти религии также предлагали альтернативу исключительной брахманической религии и были открыты для людей всех каст и полов.

Кроме того, в более поздние времена и в разных частях Индии несколько женщин-поэтов считались святыми или йогинями. Акка Махадэви из Карнатаки XII века была одной из них (подробнее об Акка Махадэви читайте в № 1 (6) журнала «Индуизм сегодня» за 2019 год. Прим. пер.). Она вышла замуж за царя Каушику, хотя и была помолвлена с Шивой. Она ушла от царя, не признав



Шулабха спорит с царём Джанакой



Женщина-муни Гарги

браком истинным, а значит, отвергла его власть и социальные нормы. По словам Мандакранта Боze, почётного профессора Университета Британской Колумбии в области классических, ближневосточных и религиозных исследований, у неё было «убеждение в том, что она находится вне власти человеческого мира, что позволяет ей бродить по свету обнажённой, с телом, укрытым только её косами». Ещё одной известной шиваитской поэтессой XIV века из Кашмира была Лалла Йогешвари, также известная как Лал Дэд (подробнее о Лал Дэд читайте в № 2 (11) журнала «Индуизм сегодня» за 2020 год. Прим. пер.). Как и Акка, Лалла также отрёклась от своего мужа и ходила по улицам обнажённой, экстатически распевая религиозные песни преданности. Поэзия Лаллы наполнена смесью философских терминов из тантры, йоги и веданты. И, пожалуй, самая известная поэтесса – Мирабаи, принцесса XVI века из Раджастхана, посвятившая себя Богу Кришне (подробнее о Мирабаи читайте в № 4 (1) журнала «Индуизм сегодня» за 2017 год. Прим. пер.). Несмотря на то, что она жила со своим мужем и свекровью, она отказалась принять свою традиционную роль жены и матери и постоянно говорила о своём возлюбленном Хари. Она очень страдала из-за этого, пока навсегда не покинула свой дом.



Свидетельства и наследие таких исключительных духовных женщин-поэтов могут подтвердить возможное существование женщин-практиков йоги, как это описано в средневековых йогических произведениях. В свете этого и в отличие от распространённого среди учёных мнения, что женщины были исключены из кругов хатха-йоги, было бы уместным обратиться к тексту, упомянутому выше, а именно «Хатха-йога прадипике».

Хатха-йога прадипики

Термин «хатха-йога» относится к физическим и умственным практикам, направленным на пробуждение скрытой энергии, именуемой *кундалини*, которая ведёт к свободе и просветлению, то есть *самадхи*. Как уже упоминалось выше, «Хатха-йога прадипики» была одним из произведений большого корпуса текстов, посвящённых хатха-йоге. Но в отличие от других трудов по хатха-йоге, «Хатха-йога прадипики» Сватмарамы приобрела популярность в процессе формирования современной йоги в XX веке и считается источником её современной физической практики.

«Хатха-йога прадипики» развивает и расширяет наставления и практику йоги. Например, в тексте даётся описание йогических поз (*асан*) и дыхательных упражнений (*пранаям*), а также их польза. В дополнение к йоге

Патанджали, текст описывает использование энергетических «печатей» (*мудра*) и «замков» (*бандха*), шесть очищающих действий (*шат-карма*) и систему энергетических каналов (*нади*), всё, что необходимо для активизации дремлющей внутренней энергии *кундалини* и её продвижения через энергетические центры тела (*чакры*) и, наконец, обретения йогического освобождения, то есть просветления. Несмотря на новые детали, добавленные к ранней практике, описанной Патанджали, и изменение метафизической парадигмы, цель йоги как освобождения и истинной реализации Самости сохраняется.

Одно из заметных изменений в «Прадиписке» – это её демократичный и научный подход. В тексте утверждается, что йогий может заниматься кто угодно, вне зависимости от касты или пола. В отличие от ранних произведений с неясной метафизикой, таких как «Йога-сутры» Патанджали, «Прадиписка» была написана на простом санскрите, который был более

доступен: отречения, ритуальных атрибутов или сектантского посвящения не требовалось. Научный подход делает акцент на теле и его функциях: позы и дыхательные упражнения имеют физико-медицинские последствия, отличные от основной цели йоги. Например, считается, что поза павлина, *маюрасана*, излечивает заболевания брюшной полости, помогает переваривать некачественную пищу и нейтрализует яды. Другой пример – специальная дыхательная техника, *шитали кумбхака*, которая излечивает лихорадку и болезни селезёнки. Это можно рассматривать как часть демократизации йоги – то, что простые люди, не заинтересованные в высшей свободе, которую предлагает йога, также могли извлечь из неё пользу с точки зрения здоровья. Писания, которые следовали за «Прадипиской», имели тенденцию повторять её содержание и сохранять её характеристики.

Несмотря на то, что этот труд является всеобъемлющим в своём подходе, считается, что аудиторией трудов по хатха-йоге были мужчины-брахманы. В начале «Прадиписки» Сватмарама цитирует своего учителя Горакшу, который был известен как жёноненавистник. Так сказал Горакша: «Следует избегать компании плохих людей, огня и женщин, путешествий, омовения ранним утром, постов и физических нагрузок». Скорее всего, это было мнение не Сватмарамы, а его учителя, потому что позже в тексте он упоминает йогические техники, которые, как предполагается, следует практиковать с женщинами, а также непосредственно упоминает йогинь: «Если женщина, опытная посредником своей практики, извлекает семя мужчины и сохраняет своё собственное с помощью (практики) *ваджроли*, она также становится йогиней». Кроме того, наряду с многочисленными, подробно описанными практиками, предназначенными для сохранения семени, то есть *бинду*, один стих касается женских менструаций: «Без сомнения, даже малейшая часть её менструаций не потеряна. *Нада* становится *бинду* в её теле». Хотя эти упоминания о женщинах-практиках нельзя отрицать, нет никаких известных нам сегодня свидетельств о женщинах-хатха-йогинях.

Оба текста, «Сутры» Патанджали и «Прадиписка» Сватмарамы, были переведены на английский язык в XIX веке и получили распространение на Западе. Помимо буквального перевода на английский язык, индийские учителя йоги перевели их значение, насколько это было возможно, в западной терминологии, пытаясь объяснить их Западу, что неизбежно потребовало некоторой культурной интерпретации и семантической редукции. Таким образом, посредники, которые представили йогу Западу, сделали это на английском языке, то есть в другом семантическом поле идей. Среди этих посредников исключительно важными были Свами Вивекананда в колониальный период и Б. К. С. Айенгар в постколониальный период. Понимание их взглядов на йогу и их миссии, которую они несли Западу, может пролить свет на то, как возникла современная йога.

Часть II: Йога в колониальный период и её путешествие с Востока на Запад

Отношение к женщинам в колониальной Индии

Индия и её культура издавна интересовали Запад. Александр Македонский в 327-326 годах до н. э., Васко да Гама в 1497-1499 годах; Франсиско де Алмейда (Франсиску ди Алмейда) в 1505 году, Ост-Индская компания – вот лишь несколько примеров. Колониальная эпоха началась в XVIII веке, когда правители Индии были ослаблены, и Великобритания, Франция и Португалия получили контроль над некоторыми частями Индии. Британская Индийская империя (Британский Радж) была основана в 1757 году и просуществовала до независимости Индии в 1947 году.

Королева Виктория, принявшая титул императрицы Индии в 1880 году, была очарована индийской духовностью и приветствовала визиты йогов и других духовных деятелей. Индия была сформирована в западном, а затем и в местном сознании как «эмоциональный, таинственный, женский Восток», в противоположность «логическому, научному, мужественному западному» миру. Подобного рода поверхностная бинарность способствовала формированию нового образа Индии.

В глазах англичан этот образ был олицетворением нищеты и вырождения. Как показано в известной книге Киплинга «Бремя белого человека», опубликованной в 1899 году, западные колонизаторы видели себя спасителями. В то же время более поздние учёные, такие как Карл Юнг (1903-1955), видели в этом задачу понять индийские идеи. Он заявляет, что «европейское вторжение на Восток было актом насилия в большом масштабе, и оно оставило нам долг – благородство обязывает – понять ум Востока». Но даже с благими намерениями Юнга интерпретация индийцев глазами Запада привела к дальнейшей колонизации, на этот раз самой индийской мыслью. Таким образом, колониальное правление сформировало политическую идентичность на основе пола, касты и секты, оно послужило катализатором националистического и феминистского движений.

Индийские женщины рассматривались либо как сладострастные апсары, либо как целомудренные, но невежественные жертвы, нуждающиеся в христианской помощи... Позже индийские националисты сделали женщин центральным элементом своей программы реформ и обожествили «родину» как богиню Шакти, Мать Индии. Тем не менее, обычные женщины оставались объектами этого мужского диалога до тех пор, пока феминистки не восстановили своё чувство исторической свободы.

Британские колонизаторы были весьма обеспокоены положением женщин в Индии. Одержимые своей «цивилизационной миссией» по спасению индийских женщин от их собственной культуры и общества, влиятельные английские писатели осуждали индийские религии, культуру и общество за их правила и обычаи в отношении женщин (здесь уместным будет вспомнить слова Шивайя Субрамуньясами: «Индийских женщин следует спасать от “спасителей”». – Прим. пер.). В первую очередь их беспокоили детоубийство, многожёнство, детские браки и сожжение вдов (*сати*). В их глазах индийская женщина принадлежала третьему миру, была невежественной, бедной, необразованной, связанной традициями, привязанной к дому, ориентированной на семью и преследуемой. Джеймс Милль в своей знаменитой «Истории Британской Индии» (1806 г.) писал: «Ничто не может превзойти обычное презрение, которое индусы испытывают к своим женщинам, пребывающим в состоянии крайней деградации, исключённых из священных книг, лишённых возможности получить достойное образование и долю от отцовского наследства».

Профессор Моханти Чандра Талпаде, занимающаяся исследованиями в области гендерных вопросов, социологии и культурных основ образования в Сиракузском университете, называет эту классификацию женщин третьего мира как представление западных феминисток женщин в третьем мире, одновременно дистанцируясь от них как от западных феминисток. Она утверждает, что эти различия возникли из «привилегирования определённой группы в качестве нормы». Проблема в том, что это повлияло на то, как женщины стали видеть себя такими, какими их представляли. Таким образом, индийские женщины страдали от двойного гнёта – колониализма и патриархата, а также от дальнейшего притеснения западной науки. Несмотря на это, было бы неразумно обобщать всех женщин,

имеющих одно и то же историческое прошлое.

Действительно, нельзя упускать из виду различия между женщинами из разных регионов, религий, разного социального и экономического статуса. Можно привести два примера, иллюстрирующих и обобщающих этот вопрос: случаи повторного брака вдов и образование женщин. Несмотря на то, что акт самосожжения, *сати*, был широко распространён в некоторых частях северной Индии в высших кастах, в дравидийской культуре, низших кастах (*варнах*) и субкастах (*джатти*) женщинам давали большую свободу, чем в санскритизированных высших кастах: женщины царских кровей обычно были образованными и совершенными в искусстве. Многие женщины из элиты обучались индуистским писаниям и языкам в домашних условиях. Более того, в XIX веке некоторые мусульманские девушки посещали школы при мечетях (*мактабы*), *парды*, а у некоторых были



частные учителя. Также, в начале XIX века в Тамилнад прибыли мужчины-миссионеры, часто в сопровождении своих жён или сестёр, которые начали вести занятия для девочек. В Бенгалии девочек из элитных семей обучали дома женщины. Хотя многие реформаторы действовали в интересах образования девочек, грамотность среди женщин оставалась низкой.

Поначалу англичане не решались вмешиваться в местные обычаи и принимать навязчивые религиозные законы. Тем не менее, они приняли Закон о расторжении брака в Индии (1869 г.), Специальный закон 1870 г. о борьбе с убийством новорождённых девочек, Специальный закон о браке (1872 г.), Закон о собственности замужних женщин (1874 г.), Закон о возрасте согласия вступления в брак (1860 г., поправки внесены в 1891 г.) и Закон об ограничении детских браков (1929 г.). Эти действия бросали вызов индийским *пандитам* и поставили под сомнение авторитет многих священных писаний индуизма. Реакция исходила как от ортодоксальных брахманов, которые хотели восстановить авторитет своей традиции, так и от реформаторов, желавших изменить идеи и институты, в соответствии с социальной и культурной средой. Реформаторы хотели преобразить индийскую самоидентификацию, которая не была бы подчинена западной. По словам Партха Чаттерджи, профессора антропологии и исследований Южной Азии в Колумбийском университете в Нью-Йорке, индийцы стремились к науке, технологиям, рациональной экономике и западным политическим формам, рассматривая дом как источник «истинной идентичности», который нуждается в защите и укреплении, а не в преобразовании.

Феминистки и националисты-реформаторы, особенно в XX веке, предоставили женщинам больше возможностей. Сароджини Найду, активистка движения за права женщин, ставшая президентом Индийского национального конгресса, доктор Хаймабати Сен, писавший о девочках-вдовах, и Махатма Ганди, выдающийся лидер движения за независимость Индии, были теми, кто внёс существенный вклад в социально-экономические

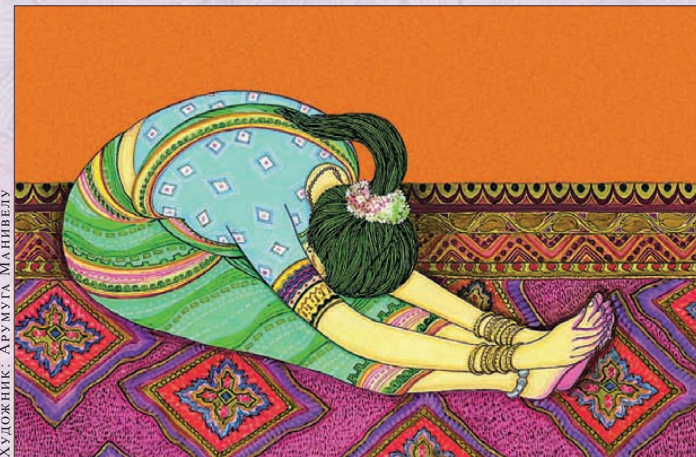
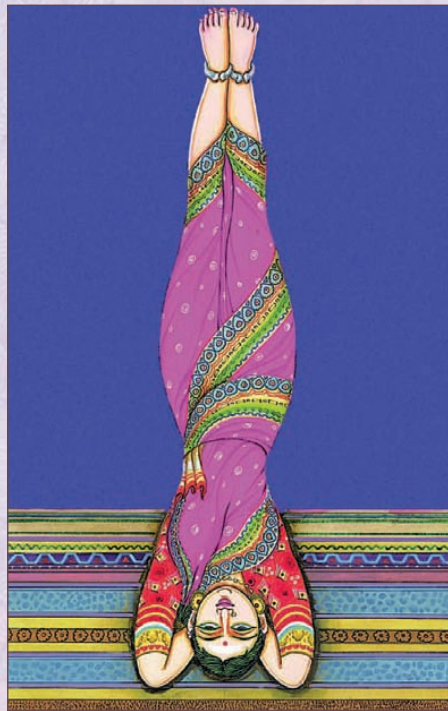
и законодательные изменения. Конституция Индии провозгласила равенство основным правом. Этот документ также гарантирует равную защиту закона, равные возможности в сфере занятости и запрещает дискриминацию в общественных местах. Хорошим примером может служить Индира Ганди, которая была единственной женщиной-премьер-министром Индии и второй женщиной, возглавлявшей государство в XX веке.

Что касается женщин, практикующих йогу, то исследований здесь недостаточно. Вероятнее всего, на их веру аналогичным образом повлияли колонизация и последовавшая реформация. Мэри Макги, профессор религиоведения в Университете Альфреда, писала о гендерном значении *адхикары*, то есть о праве или правомочии женщины выполнять определённые ритуалы. В своём исследовании она утверждает, что статус женщин был связан со статусом шудры или даже неприкасаемого, что, по всей видимости, означало полное исключение их из участия в ведических жертвоприношениях. Далее Макги раскрывает класс *брахмавадини*, женщин, изучающих Веды, и показывает, что в соответствии с некоторыми традициями считалось, что женщины имеют право совершать ритуалы. Аналогичное исследование было проведено Кэтрин К. Янг, профессором религиоведения в Университете Макгилла, о праве повторять женщинами «аум», то есть практике *пранавы*. По словам Янг, уподобление женщин шудрам использовалось для включения женщин в некоторые традиции. Ссылаясь на «Бхагавад Гиту», она подчёркивает положительный эффект такого уподобления: «даже вайшьи, женщины и шудры, хотя и рождённые от злого чрева, достигнут высшей цели» (БГ, 9.32). Таким образом, было бы полезно обладать какими-либо конкретными данными о йогинях и пропагандистах йоги в период колониализма, и особенно – об их отношении к женщинам, практикующим йогу.

Йога при колониализме, националистические движения и постуральная йога

Обмен идеями породил новую гибридную форму йоги. Синглтон отмечает, что в

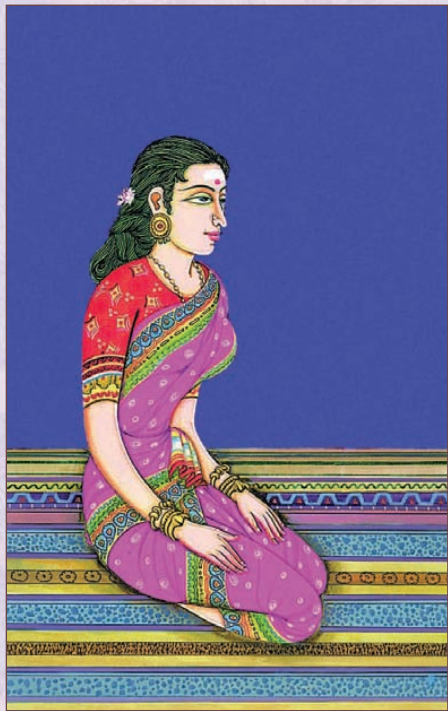
XIX веке возник небывалый энтузиазм по отношению к спортивным и гимнастическим дисциплинам, что одновременно укрепило стереотипы «индийской женственности» и предложило способы их опровержения. Это привело, по словам Синглтона, к возрождению «коренных» форм упражнений, отличных от импортированных систем, таких как бодибилдинг, скандинавская гимнастика, YMCA («Юношеская христианская ассоциация» – молодёжная волонтерская организация, основанная в Лондоне в 1844 году, главной ценностью которой является гармоничное развитие разума, духа и тела. – Прим. пер.). Это было время растущего осознания национальной физической культуры, «которая подняла бы индийское общество». Это шло рука об руку с духовной верой в то, что человек должен быть физически здоров, чтобы достичь самореализации: «если человек не обладает хорошей физической формой, он не сможет стремиться к самореализации». Далее он



объясняет, что постколониальная йога возникла благодаря атмосфере националистической физической культуры.

Свами Вивекананда: современная синкретическая йога и права женщин

Свами Вивекананда (1863–1902), путешествовавший по миру и читающий лекции о йоге, написал о ней книгу и стал одним из первых представителей этой дисциплины. Де Михелис называет его «первым индийцем, которому удалось эффективно навести мосты между восточной и западной эзотерическими средами». Эти мосты возводились постепенно. Первым стала лекция во Всемирном парламенте религий, за которой последовало ещё много лекций в период с 1893 по 1896 годы. Вторым было издание его известной книги под названием «Раджа-йога» в 1896 году. Исторически «Раджа-йога» стала книгой-прорывом, которая впервые представила йогу американскому народу. «Раджа-йога»



была изложением «Йога-сутр» Патанджали (и в основном опиралась на практически-ориентированный раздел аштанга-йоги), наряду с другими текстами по хатха-йоге, изложенными в понятной форме. По словам Де Михелис, уникальность этой книги заключалась ещё и в том, что она содержала гибкий набор учений, доступных широкой аудитории людей, знакомых с практической духовностью. Согласно Синглтону, «Сутры» и «Шива-самхита» (имеющая такое же содержание, что и «Прадипика») считались одними из фундаментальных текстов досовременной постуральной йоги, поскольку они играли важную роль в создании современной доктрины йоги. Стефани Сайман, выпускница Йельского университета по литературе, объясняет в своей книге «История йоги в Америке», что Вивекананда полагался на эти классические тексты йоги и в то же время избегал их.

Знакомство с этим трудом западного читателя было обусловлено эклектичным пониманием йоги Вивеканандой. Хотя основная цель Вивекананды состояла в том, чтобы заново познакомить мир с йогой, он говорил так, чтобы его могли понять на Западе. Де Михелис подробно описывает несколько различных философских работ, признанных в раджа-йоге. Индийские философии, такие как традиционный индуизм, нео-ведантический эзотеризм (в основном представленный Брахмо Самаджем), наряду с западной наукой, физикой, психологией и физиологией, эмпиризмом и идеализмом, западным оккультизмом (особенно американской Гармонической религией), были смешаны в одну широкую теорию о сущности йоги. В то время нео-ведантическая философия «была представлена в Востоком, и Западом как архетипическая форма духовности. Это была идеология самосовершенствующегося волонтаризма и этического активизма, в то время как более светские дискурсы тяготели к определениям религии как «научной» и прогрессивной, к утилитаризму, индивидуализации и психологизации духовного опыта». Успех Вивекананды на западе, а также его книги вызвали новую волну интереса к йоге, получившую название «Возрождение йоги».

Вивекананда пропагандировал синкретический, а не синтетический вид йоги. По словам Де Михелис, «синкретические элементы теоретизирования современной йоги происходят главным образом из четырёх интеллектуальных традиций: дхармических религий, авраамических религий, современной эмпирической науки и современного эзотеризма». Основанный на постпросвещенческих идеях прогресса и «очень западном и модернистском представлении о себе и идентичности, которое является индивидуалистическим и рефлексивным».

В йоге Вивекананды встречаются три основные темы, которые стали определяющими элементами современной йоги. Во-первых, это было светское и рациональное учение, в то время как йогический опыт считался настоящим ядром религии, все другие аспекты религии были лишь второстепенными деталями. Это также можно понимать как приватизацию религии или как выбор быть духовным, но не религиозным (SBNR – возникшая позднее, в 60-х гг. XX века, контркультура, критикующая и отрицающая религию, ставшая в противовес ей «духовностью». – Прим. пер.). Во-вторых, это был научный способ перенастройки практикующего йогу на Космос таким образом, чтобы он мог осознать свою истинную природу, которая по сути является духовной. Это также включало понятие медиализации йоги, которое появляется в «Хатха-йога прадипике», как обсуждалось выше, и более подробно развивается в современной йоге сегодня. Наконец, это было демократично, потому что каждый мог извлечь пользу из йоги. Позднее демократизация йоги уступила место её коммерциализации. Таким образом, Вивекананда положил начало рождению нового вида современной йоги, который проявился позже в создании двух самых ранних индийских институтов современной йоги: Института йоги в Санта-Круз в 1918 году и Кайвальядхамы Шримад Махавы Йога Мандир Самити в 1921 году. Оба они продолжают играть важную роль и по сей день, распространяя современную йогу в Индии и за рубежом: обучая учителей, предлагая ретриты и йога-терапию, публикуя книги и многое другое.



Так называемое Возрождение йоги, начавшееся с Вивекананды, продолжалось на протяжении всего начала XX века с образованием школ йоги в Индии. Де Михелис указывает на процессы специализации, которые привели к развитию двух типов школ: одни придавали большее значение физическим практикам и именовались современной постуральной йогой, другие делали упор на культивировании практик с умом, называемых современной медитативной йогой.

Вивекананда также был защитником прав женщин. В своей речи на тему «Идеалы женственности» он говорил о правах индийских женщин, любви к целомудрию и обращении к матери как к Богу. Кроме того, он проследил исторический упадок образованных женщин ведической эпохи и обвинил в этом наследственных брахманов-мужчин, буддийских монахов, соблюдающих целибат, и мусульманские вторжения. Вивекананда вдохновил многих, в том числе Махатму Ганди и Маргарет Ноубл, англичанку, которая позже стала его ученицей, сестрой Ниведитой. По его совету в 1889 году она открыла школу для девочек в Калькутте. По словам Рамана Ситы, почётного профессора истории Университета Санта-Клары, Калифорния, Ниведита уделяла особое внимание уходу за детьми, индуистским писаниям, арифметике и профессиональным навыкам для индийских девочек, идеалам, которые стали центральным элементом учебных программ национальных женских школ.

Вивекананда вдохновил многих йогов, которые в дальнейшем внесли свой вклад в формирование современной йоги, но в данной работе мы не будем останавливаться на этом подробно. Краткое упоминание некоторых из них могло бы обогатить понимание становления постуральной йоги на фоне националистических движений и обретения Индией независимости.

Пропагандисты современной йоги:

Б. К. С. Айенгар, автор знаменитого бестселлера «Прояснение йоги» (1966), и его старшая дочь Гита С. Айенгар, ведущая в мире женщина-преподаватель йоги.



Шри Ауробиндо

Шри Ауробиндо (1872 - 1950) был индийским националистом, участвовавшим в индийском движении за независимость, но больше он известен как йог, гуру и поэт. В своём эссе «Возрождение в Индии», опубликованном в 1918 году, он говорит, что «истинной формой индийского возрождения было бы новое тело, излеченное от старых недостатков, но по-прежнему способное выражать свой природный духовный гений». Для него формирование нового тела означало формирование новых философско-культурно-политических идей: «Я думаю, юношеская воля той же самой души станет образцом индийского возрождения, – формой, не противоречащей истинам жизни, которые были сформулированы прежде, а выражающей эти истины в новом свете – переформулированном, исправленном от недостатков, завершённом». В результате он отошёл от политики, всецело посвятив себя йоге и продолжал писать. Макаранд Паранджапе, профессор Университета Джавахарлала Неру, отмечает, что «вместо того, чтобы рассматривать духовное как способ трансформации материального, он видел в материальном средство для достижения духовного... для него индийское возрождение было не просто деколонизацией настоящего через повторное открытие прошлого, но и возможностью совершенствования самого человеческого состояния через целостное и гармоничное развитие всего, что было для него возможным».

Свами Шивананда

Свами Шивананда из Ришикеша (1887-1963) был духовным учителем и сторонником йоги и веданты. Он признавал Свами Вивекананду своим духовным учителем, который явился ему во сне. Кроме того, Шивананда был учителем Мирчи Элиаде (1907-1986), внёсшего огромный вклад в религиоведение и изучение Индии. Шивананда объединил религию и науку: он был тамильским брахманом, врачом, знакомым с методами западной науки, и знатоком веданты.

В 1936 году Свами Шивананда основал Общество Божественной жизни, целями которого было распространение духовных знаний о

йоге и веданте, организация духовных конференций, создание учебных центров для практики йоги и благотворительных организаций, сохранение древних традиций и культурного наследия Индии. В каком-то смысле это было продолжением работы Вивекананды: укрепление граждан Индии и знакомство с богатыми традициями Индии широких масс. Он заявлял, что «Общество предлагает мирную гавань, в которой предоставляются широкие возможности и реальная помощь для восстановления мира беспокойной, конфликтной и психологически травмированной личности современного человека... идеальное место уединения для образованного гражданина мира, где он может обновить себя, воссоздать и освежить своё существо физически, умственно, морально и духовно».

Сара Штраус, профессор культурной антропологии в Университете Пенсильвании, посвятившая много времени исследованию Шивананды, отмечает, что время между Второй мировой войной и развитием технологии ядерного оружия послужило основанием для многих людей в Индии и других странах заняться практикой йоги. Она утверждает, что «после войны послание Шивананды о всеобщем единстве и братстве стало ещё более актуальным... Мир и безопасность, где бы и как бы они не были найдены, стали главными приоритетами для многих людей, обратившихся за советом к Шивананде, будь то лично или через его постоянное предложение «обучения по почте»». Таким образом, на английском языке Шивананда пропагандировал универсальное единство как транснациональное средство, в то же время, выражая национальную идентичность Индии, основанную на восьмиступенчатом пути раджа-йоги Патанджали, на хинди (и тамильском). В этом Штраус видит «сущность конформизма среднего класса, идеального гражданина колониальной страны, которому не чужды национальные интересы, который никогда не суетится и ожидает, что если просто “приспособиться, приспособиться и ещё раз приспособиться”, всё будет хорошо». Шивананда продвигал йогу как лекарство от бед современного мира.



Точно так же Свами Кувалааянанда (1883-1966) проповедовал йогу посредством научного анализа и подтверждения целесообразности йогических техник. Как и Шивананда, он был озабочен воспитанием добропорядочных граждан страны и мира и универсальностью йоги как техники, способствующей всеобъемлющей гармонии, миру и свободе. В 1924 году он основал Исследовательский центр здоровья и йоги «Кайвальядхам», а также основал свой широко известный журнал «Йога Мимамса», в котором публиковал научные исследования в области йоги. В обоих случаях йога Кувалааянанды и Шивананды продвигалась как древнеиндийское решение современных проблем, порождённых Западом.

Наряду с этими великими учителями и популяризаторами йоги, самым авторитетным учителем и писателем, внёсшим огромный вклад в распространение йоги в том виде, в каком мы её знаем сегодня, является Б. К. С. Айенгар. Де Михелис Элизабет, формальный профессор богословия и теологии в Кембриджском и Оксфордском университетах, отмечает в своём обширном исследовании йоги Айенгара, что это «возможно, самая влиятельная и широко распространённая школа современной постуральной йоги в мире. Она имеет растущую международную сеть специализированных центров, посвящённых преподаванию метода Айенгара и подготовке учителей». Помимо всего прочего, дочь Айенгара, Гита Айенгар, стала первой индийской женщиной, пишущей о йоге для женщин.

Б. К. С. Айенгар и «Прояснение йоги»

Б. К. С. Айенгар (1918-2014) был учеником Кришнамачарьи и стал учителем йоги в 1947 году. Он начал преподавать в Европе в 1954 году, а в 1966 году опубликовал свою первую книгу «Прояснение йоги» на английском языке, которая «мгновенно стала бестселлером, стандартным справочником по практике асан в современных кругах йоги по всему миру». Успех «Прояснения йоги» был ошеломляющим. Айенгар давал конкретные и

подробные наставления, иллюстрированные фотографиями из его собственной практики, одновременно с философско-духовным обоснованием. Кроме того, он раскрыл терапевтическое значение асан, а также последовательности выполнения комплексов асан, сделавшие практику более доступной для западного читателя. Это была первая книга, предлагающая новый подход к асане и пранаяме. В ней были представлены анатомические детали того, как управлять определёнными мышцами, чтобы достичь той или иной позы, что придавало йоге более научно-медицинский аспект. Кроме того, он объяснил возможные корректировки для тех, кто не может достичь «конечной асаны», тем самым ещё больше демократизируя метод. В заключении следует отметить, что книга «Прояснение йоги» стала предтечей становления Б. К. С. Айенгара как международного учителя йоги.

Айенгар открыл свой институт йоги в 1975 году, как школу, которая обучала его методу учителей со всего мира. Де Михелис отмечает, что «метод Айенгара был в основном успешным на Западе... в англоязычных странах и сообществах». Почему так? Де Михелис объясняет, что рост интереса к йоге в 70-е годы был вызван «революцией в фитнесе», которая рассматривала йогу как «безопасный и сбалансированный способ поддержания своей физической формы и улучшения здоровья».

Целью йоги, согласно «Прояснению йоги», была система практик, которая гармонизировала энергетику тела, что в конечном итоге исцеляло физическое, психологическое и «духовное» в человеке. Таким образом достигалась самореализация посредством точного выполнения асан и пранаям, в соответствии с принципами скелетно-мышечного выравнивания и пранического потока. Другими словами, идеально выполненная асана даёт возможность пране двигаться свободно и в нужном направлении в теле, что в итоге приводит к самореализации.

К XIX веку йога Айенгара, наряду с общим образом йоги, стала глобализироваться и рассматривалась как «вид досуга или спорта, а не как эзотерическая или религиозная практика». Хотя йога никогда не являлась просто спортом или просто философией, она представлялась чем-то, что приносит чувство здоровья.

Йога Гиты Айенгар для женщин

Гита С. Айенгар, 1944 г. р., старшая дочь Б. К. С. Айенгара, является признанным учителем йоги. Ей было присвоено звание ведущей в мире женщины-преподавателя йоги. Известно, что она поощряет йогу как средство укрепления женского здоровья. Среди её трудов книги: «Йога: жемчужина для женщин» (2002 г.),

«Женская йога: асаны и пранаямы для различных фаз менструального цикла» совместно с Кленнелл Бобби (2007 г.) (русскоязычной аудитории эта книга известна под названием «Женская йога и цикл луны». – Прим. пер.) и «Йога Айенгара для материнства: безопасная практика для будущих и молодых мам» (2010 г.). В своих трудах она даёт последовательности поз и дыхательных техник во время менструации, беременности, менопаузы и других циклов в жизни женщины.

Учения Б. К. С. Айенгара и Гиты Айенгар преобразовали йогу в практику, известную нам сегодня. Обучая западных людей, как мужчин, так и женщин, и иницируя их в качестве учителей йоги, они дали им право, адхикару, быть частью формально изолированного и исключительного сообщества йогов. Особенно, когда речь шла о женщинах-практиках и женщинах-учителях: практикующих и обучающихся в соответствии с менструальным циклом занимающихся или состоянием их здоровья. Они не только открыли дверь для западных людей вообще и женщин в частности, но и утвердили их право преподавать йогу в дальнейшем. Этот сдвиг авторитетов в йоге со временем привёл к сомнениям в подлинности йоги, преподаваемой и практикуемой на Западе, наряду со сдвигом парадигмы, произошедшим из-за поощрения демократизации йоги, в тени коммерциализации как части индустрии йоги.

© Перевод: Индуизм сегодня, 2021

Продолжение следует...



Санскрит в индуизме: сакральный «язык богов», проявление Божественного как звука (шабдабрахман) и «малая мать» (матрика) всякого знания

С. В. Лобанов

В самом общем смысле санскрит – это древнеиндийский литературный язык. Если же точнее, то это один из древних индийских языков (т.е. наряду с пракритами и классическим тамильским), использовавшихся в качестве литературных, подобно тому, как западный мир знает два классических языка – древнегреческий и латынь. В этом смысле санскрит – это эдакая «латынь Индии», основной язык её культуры и религиозной традиции (прежде всего индуистской).

Исторически санскрит восходит к живому языку древних индоариев, заселявших северную часть Индостана, впоследствии – уже как язык высокой культуры – распространившийся и среди всех его обитателей, придерживающихся индуизма, а также игравший важную роль для джайнов и буддистов.

С точки зрения академического языкознания, санскрит относится к индоарийской группе (наряду с хинди, пенджаби, гуджарати, бенгальским, непальским, кашмирским и некоторыми другими языками) индоевропейской языковой семьи, в которую, вместе с другими языками славянской группы входит и современный

русский язык. Таким образом, санскрит приходится дальним родственником русскому языку. Признавая сам факт данного родства, всё же следует избегать двух крайностей – как переоценки степени родства, так и его недооценки и тем более отрицания. К сожалению, сам факт родства двух обсуждаемых языков послужил поводом для многочисленных домыслов и спекуляций отдельных представителей т.н. «любительской лингвистики», излишне преувеличивающих степень родства (вплоть до якобы взаимопонимания) санскрита и русского и даже доходящих до провозглашения санскрита «искажённым вариантом» последнего. Несмотря на обоснованную критику учёных¹, подобные спекуляции достаточно распространены и находят своих приверженцев.

Термин «санскрит» (saṃskṛta) переводится как «совершенный», «сделанный» (в значении «усовершенствованный», «литературный» и т.п.) и в подобном качестве противопоставляется пракритам (prākṛta – буквально «необработанный, естественный»), т.е. обычным разговорным языкам, используемым в повседневном общении. Если пракриты соотносятся с «природой» и «материей» (prakṛti), то санскрит, напротив, с «культурой» (saṃskṛti) и в таком

качестве призван выступать языком «цивилизации», духовности и культуры.

Санскрит как литературный язык на протяжении многих веков сосуществовал и взаимодействовал с другими индийскими языками – с поздним ведийским, со среднеиндийскими, с дравидийскими (языки Юга Индии). На среднеиндийских пракритах проповедовались учения неортодоксальных философских систем Индии – буддизма и джайнизма. При этом среднеиндийские языки уступали санскриту как выразителю более древней и богатой культурной традиции и подвергались его мощному воздействию.

Санскрит всегда играл исключительно важную роль в Индии как язык культурного единства страны. Доступ к знаниям, хранимым в текстах древнего и средневекового государства, открывается только знающим основы санскрита. Литературное, религиозно-философское и научное наследие на санскрите тщательно хранится, исследуется и переиздается учёными современной Индии. До сих пор изучение санскрита входит в систему традиционного индийского образования.

Индийские языки в их историческом развитии зафиксированы в памятниках на

протяжении не менее четырех тысячелетий. Только в письменной форме санскрит существует уже более двух тысяч лет. Не прерывается живая связь санскрита и с языками современной Индии. В их лексике существуют слова, перешедшие из санскрита без изменений (tatsama) или возникшие из него (tadbhava). Интенсивно создаются также «неосанскритизмы» – слова, образованные из санскритских корней, по санскритским словообразовательным моделям, но обозначающие современные явления. Санскритская лексика – это основной источник словарного обогащения современных индийских языков, особенно в области формирования терминов. Это всеиндийский традиционный литературный язык и основной источник религиозно-философской, научной и культурной терминологии.

В ходе многовекового развития индийской культуры санскрит приобрёл характер особой сакральности и престижности. Он «совершенен», континуально «вечен», это исконный «изначальный» язык, «язык богов» и т.д. Он не только выразитель культурных ценностей, но и сам по себе – тоже культурная ценность исключительной важности, сросшаяся с традиционным индийским мировосприятием.

На закреплении за санскритом высокого лингвокультурного статуса сказалась древняя ведийская религиозно-философская концепция божественной природы Речи (vāc), Слова (śabda) и Языка (bhāṣā) как Абсолюта (brahma), «воплощённого» в звуке, смысле и энергийном выражении. Ведийская концепция трансцендентной сущности прежде всего данного «идеального» языка формировала и регулировала всё развитие индийской философии языка и лингвистической мысли. Тексты ведийского канона (śruti) гласят:

prajāpati vai idam agra āsit |
tasya vāk dvitīyā āsit |
vāg vai paramaṁ brahma ||

Праджapati воистину [всем] этим первым был, Его Речь второй была, [и] Речь [же та] – воистину высший Брахман².

Санскрит для индуистов – не просто язык как таковой, а именно особый, «исконный» язык, проявившийся из Божественной Реальности, на котором все явления и вещи обретают своё подлинное именование, отличное от «природного», «вульгарного» и «обыденного» языка. В традиционных представлениях индуистов санскрит считается вечным и неподверженным изменениям «языком богов», даром богов человечеству и языком-праматерью всех языков мира.

Несмотря на различия между собственно классическим санскритом, языком эпоса, гибридным санскритом буддийских и джайнских текстов и архаичным языком Вед, все они обычно рассматриваются индуистами как один и тот же язык. Т.е. на все эти разновидности древнеиндийского языка распространяется общее именование «санскрит» (иногда с прилагательным «ведийский» – «ведийский санскрит», под которым подразумевается конкретно язык Вед). Современная же наука соотносит термин «санскрит» с классическим древнеиндийским языком, или собственно санскритом, выделяя при этом отдельно эпический санскрит и гибридный санскрит, а архаичный язык Вед именует ведийским языком (хотя в англоязычной литературе применимо к нему достаточно часто употребляется и словосочетание Vedic Sanskrit, т.е. «ведийский санскрит»). Европейские и российские санскритологи, как правило, разграничивают санскрит (даже с включением в него эпической и гибридной его форм) и ведийский.

Основные самоназвания санскрита, встречающиеся в санскритской литературе: «совершенная речь», или «культурная речь» (saṃskṛtā vāk), «совершенный язык» (saṃskṛtā bhāṣā), «язык достойных почитания» (gīrvāṇabhāṣā), «язык богов» (devabhāṣā), «голос богов» (devavāṇī), «язык Вед» (vedabhāṣā),

«язык провидцев-риши» (arṣabhāṣā), «язык ариев» (āryabhāṣā), либо просто «речь» (vāc или bhāṣā) или «слово, звук, язык» (śabda).

В индуизме (особенно в тантрических учениях и, в частности, в кашмирском шиваизме) Речь – самоманифестирующаяся Богиня, Великая Мать Вед, богов и всего сущего, проявляющаяся и как «малая Мать» (матрика), источник всех звуков, смыслов, энергий и обозначающих их символов. Миропроявление же выступает и как фонематическая манифестация Божественного. Поэтому языкознание (vyākaraṇa) и связанная с ним индийская философия языка для индуистов не только лишь наука о языке и философия, но ещё и метод (upaya) духовной Самореализации.

Описывая природу высшего Божественного Начала как Великой Матери всего сущего, «Девы-[атхарваширша]-упанишады» (1-7, 10, 23-24) частично цитирует и более древний гимн-самовосхваление Богини как Речи (Ригведа, X.125):

«Все-боги, представ перед Богиней, спросили [Её]: “Кто Ты, о Великая Богиня?” Она ответила: “Брахман – Моя истинная форма. От Меня [произошёл] мир, сущность [которого – единение] пракрити и Пуруши, полноты и пустоты.

Я – Блаженство и [состояние] сокрытия Блаженства, Я – Знание [виджняна] и незнание. [Как] Брахман и как не-Брахман надлежит [Меня] познать – так гласит предание Атхарваны (т.е. Атхарваведа). Я [явлена] в пяти элементах и вне пяти элементов. Я – весь мир. Я – Знание (Веда) и Я – незнание. Я – Знание (видья) и Я – невежество. Я – нерождённая и Я – рождённая. Внизу, вверху и вокруг [везде] – Я. С рудрами и васу Я ношусь [по небу], с адитями и всеми богами. Я поддерживаю Митру и Варуну, Индру и Агни и двух Ашвинов. Я поддерживаю Сому, Тваштара, Пушана, Бхагу, широко шагающего Вишну, Брахму и Праджapati.

Аштаматрика – Восемь Матерей, родоначальницы восьми варг санскритского алфавита





Усердному жертвователю, предлагающему подношения [в жертвенный огонь], Я дарую богатства. Я – Царица и Любовница. Я сотворила Отца этого мира, голову (т.е. *дживу*) и васу (наслаждения и богатства). Тот, кто познал Мою *йони*, [познал Меня] в водах внутреннего моря, достигает состояния [единения со] мною”.

Боги воплотили Богиню Речь (Вак). Все существующие создания [посредством] её говорят. Пусть Она, прославленная [в писаниях] коро- ва Речи, дарующая молоко в пищу, явится нам! Её истинную форму не знают Брахма и остальные [боги], поэтому [Она] названа Непостижимой.

Её предела [никто] не знает, поэтому [Она] названа Бесконечной.

Её [никто] не способен воспринять, поэтому [Она] названа Бескачественной.

Её происхождения [никто] не знает, поэтому [Она] названа Нерождённой.

Лишь Она присутствует везде, поэтому [Она] названа Единой.

Она же [явлена] в образе всего [сущего], поэ- тому [Она] названа Множественной.

Итак, [Она] именуется Непостижимой, Беско- нечной, Бескачественной, Нерождённой, Еди- ной и Множественной.

В мантрах Она – Богиня Матрика, в словах – Образ Знания. В знаниях Она – Трансцен- дентная, имеющая природу Сознания (*чит*), в пустотах (*шунья*) Она – Свидетель пустоты. Выше Её ничего нет. Так прославлена Она, Дурга»³.

К Ригведе (I.164.45) восходит также пред- ставление о том, что речевая вибрация прони- зывает четыре уровня существования:

«На четыре четверти размерена речь. Их знают брахманы, которые мудры. Три тайно сложенные [четверти] они не пускают в ход. На четвертой [четверти] речи говорят люди».

Уровни манифестации речи	Чакра	Состояние сознания	Тело	Аспект Шакти
Паравак	муладхара	турия		
Пашьянти	манипура	сущупти	карана-шарира	Иччха-шакти
Мадхьяма	анахата	свапна	сукшма-шарира	Джняна-шакти
Вайкхари	вишуддха	джаграт	стхула-шарира	Крия-шакти

В постведийских текстах эти уровни рас- сматриваются подробнее: Паравак – «Высшая Речь» чисто духовного уровня бытия, «Логос», Изначальная Мать всех звуков, смыслов и во- обще всего; Пашьянти – «Зрячая» Речь; Мад- хьяма – «Срединная» Речь; Вайкхари – «Выра- женная» артикулированная Речь. Также четыре уровни Речи соотносятся с разными состояни- ми сознания, аспектами Шакти и различной ло- кализацией в человеческом теле как микрокосме.

В системе Крама (одна из внутренних школ кашмирского шиваизма) рассматриваются пять уровней манифестации Речи: Пара (Высшая) – уровень, «превосходящий четвёртое [состоя- ние]» (*турьятита*); Сукшма («Тонкая») – уро- вень четвёртого состояния сознания (*турья*, *турия*); Пашьянти («Зрячая») – уровень глубо- кого сна (*сущупти*) и силы воли (*иччха-шакти*); Мадхьяма («Средняя») – уровень сна (*свап- на*) и силы знания (*джняна-шакти*); Вайкха- ри («Озвученная») – уровень бодрствования (*джаграт*) и креативности (*крия-шакти*).

Внешним проявлением *матрики* в виде гра- фем считается алфавит, использующийся для записи санскрита. Поэтому одно из значений слова «матрика» – «алфавит [санскрита]». Чи- сто технически это мог быть любой из видов ин- дийского слогового письма, содержащий необ- ходимое число знаков-*акшар* и тем самым под- ходящий для записи текстов на санскрите: древ- няя письменность *брахми*, кашмирское пись- мо *шарада*, *деванагари*, используемое тамил- скими брахманами письмо *грантха* и прочие виды письма. По устоявшейся тантрической

(и вообще общеиндийской) традиции, в тан- трах *матрика* описана как 50 букв (*акшар*) ал- фавита деванагари, в которых Богиня прояви- ла себя. Артур Авалон в своей книге «Гирлян- да букв» приводит список пятидесяти форм Бо- гини, соответствующих *акшарам деванагари*: Нивритти, Пратиштха, Видья, Шанти, Индхика, Дипика, Мочика, Пара, Сукшма, Сукшмамрита, Джнанамрита, Апыаяни, Вяпйини, Вйомарупа, Ананта, Сришти, Риддхи, Смрити, Медха, Канти, Лакшми, Дьютти, Стхира, Стхити, Сиддхи, Джада, Палини, Шанти, Айшварья, Рати, Камика, Варада, Ахладини, Прити, Диргха, Тикшна, Раудри, Бхая, Нидра, Тадра, Кшудха, Кродхини, Крия, Уткарти, Мритьюрупа, Пита, Швета, Асита, Ананта⁴.

Таким образом, представление о *матри- ке* предполагает использование звука в духов- ной практике. *Матрика-йога* подробно обсу- ждается Абхинавагуптой в «Тантралоке», «Тан- трасаре», «Паратришика-виваране» и др. тек- стах кашмирского шиваизма. В этой «йоге букв» практикуется интуитивного рода визуа- лизация, в которой вся вселенная переживает- ся как отражение собственных божественных энергий. Все явления представляются сияю- щими внутри благодаря игривой божественной воле практикующего. Практикующие пред- ставляют как *матрику* свои собственные боже- ственные энергии, сияющие в форме 16 глас- ных санскрита, и видят их отражёнными в форме всех проявленных элементов – от эле- мента земли до Шакти, и, наконец, сверкающи- ми в форме согласных от *ка* до *кша*).



Всё это происходит мистическим образом, без какого-либо участия концепции ума или услов- ных отношений между словами и их значения- ми. Практикующие *матрика-йогу* интуитивно осознают, что всё мироздание возникло внутри них, отражено в них и совершенно не отлично от их истинного Я (Тантралока, III: 280).

Первичный потенциальный прообраз *матри- ки* как недифференцированный Логос мыслит- ся как «скопление звуков» в Абсолютном созна- нии Шивы, из которого путём сложной реком- бинации через объединение с различными про- явлениями Шакти Шива порождает из своего «Я» всё многообразие вселенной. Этот процесс так описывается в «Спанда-карике» (3.15):

**svarūpāvaraṇe cāśya śaktayaḥ satatottithitah |
yataḥ śabdānuvedhena na vinā
pratyayodbhavaḥ ||**

«Шакти стремятся к сокрытию Его (Шивы) изначальной формы посредством Слова, без которого невозможно возникновение самой идеи связанности».

Язык (*бхаша*) – это совокупность слов и объ- ект изучения средствами грамматики. В *матри- ке* каждый звуковой элемент представляет со- бой энергию того или иного вселенского прин- ципа. Так, первый базовый элемент – звук «а» (основа всех звуков) соотносится с Высшим Началом – Ануттарой; его развитие представ- ляет «длящееся» долгое «ā», соотносимое с веч- ным длящимся состоянием блаженства (ānanda); «i» – с энергией желания-воли (iśchā), и т. д.

Слова-корни являются названиями природ- ных явлений и неотделимы от их значений. Таким образом, каждый звук является пред- ставителем природного явления, а лексика описывает Вселенную. Однако, в отличие от общего использования языка, важно не эти- мологическое значение слова, а сам звук, как говорят, представляет собой явление, а также подразумевает значение этого слова.

Например, *хум* (**hum**) – *биджа-мантра*, пред- ставляющая гнев. Это обычное употребление в

некоторых индийских языках. Говоря, что че- ловек «сделал хумкара», подразумевают: «Он кричал в гневе». Аналогично звучат такие слова, как *пхат*, *дхик*, *джхан*, «*xāḥkāra*» и так далее. Это не только показывает, насколь- ко *биджи* близко представляют собой есте- ственное явление, но и насколько тесно связа- ны *мантрашастра* и язык, а также то, как та- кой «технический» предмет, как *мантраша- стра*, вошел в повседневную жизнь.

Биджа-мантры составляются по тому же принципу, отражая соответствующие качества божеств. Например, Видья, имеющие *майя- биджу* в качестве центрального слога, соотно- сятся с милостивыми формами (Лалита, Бху- ванешвари). Видьи, имеющие *кродху* (т.е. *хум*), являются мантрами гневных форм. Различные природные явления, такие как счастье и благо- приятность (**śrīm**), гнев (**hum**), дым (**dhūm**), огонь (**ram**), желание (**kṛm**) образуют централь- ные слоги мантр соответствующих божеств.

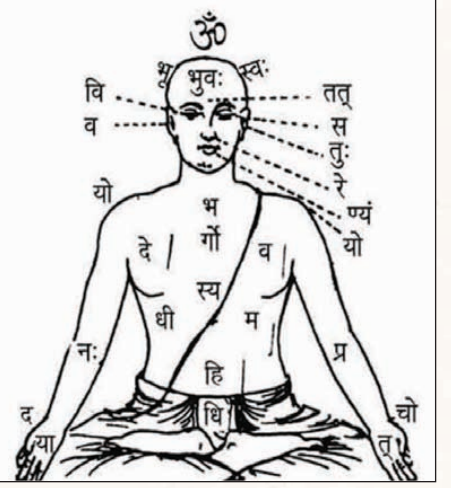
Звук и смысл неразделимы, и одно неизмен- но сопровождается другим. Речь (*вак*) и смысл (*артха*) неразделимы, как Шива и Шакти. *Вак- шуддхи* – это очищение языка таким образом, чтобы звук и смысл всегда шли вместе. Это воз- можно только тогда, когда произношение, мысль и речь всегда интегрированы и совершенны.

В ряде ритуальных и сугубо йогических практик индуисты выполняют т. н. *ньясу* (санскр. *न्यास* nyāsa – «прикосновение, раз- мещение, наложение») – последовательное ритуальное превращение собственного тела адепта в тело божественное. *Ньяса* – важный элемент тантрического богослужения (*пуд- жи*). Касаясь различных участков своего тела кончиками пальцев или ладонью, практикую- щий «проецирует» в них божества тантриче- ского пантеона, тем самым наделяя эти участ- ки сакральной силой. Этот процесс сопровож- дается произнесением определённых мантр. В практике используется шесть *ньяс*, выпол- няемых друг за другом. После ньясы следует медитация на избранное божество.

Ньяса совершается как во время проведе- ния богослужения, так и во время индивиду- ального чтения некоторых, в основном защит- ных, гимнов (*кавач*). В процессе выполнения *ньясы* совершающий ритуал читает опреде- лённые мантры, посвящённые определённой ипостаси божества. Одновременно с чтени- ем он либо располагает руки в определённых жестах (*хаста*), либо складывает ладони (и пальцы) в определённые *мудры*.

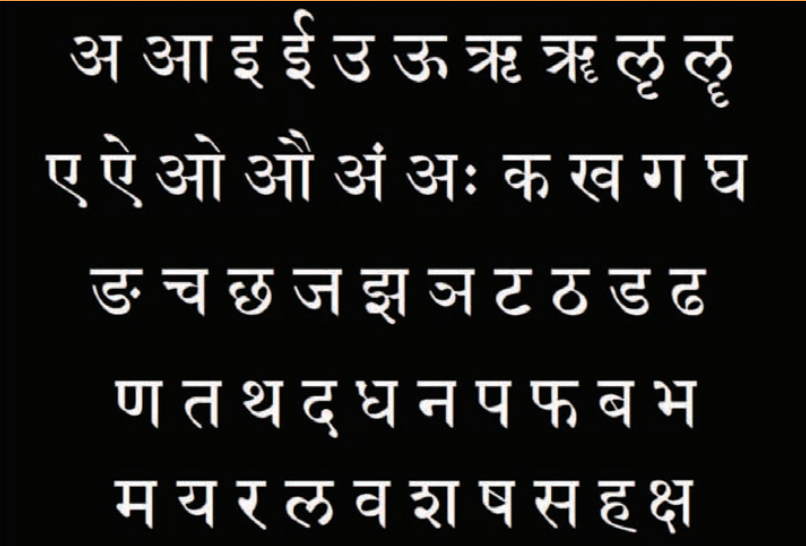
В современной практике *ньяса* подразде- ляется прежде всего на: *кара-ньясу* (санскр. *करन्यास*, kara-nyāsa) – *ньясу* пальцев рук и *анга-ньясу* (санскр. *अङ्गन्यास*, aṅga-nyāsa) – *ньясу* частей тела. Наряду с ними существу- ют *риши-ньяса*, *матрика-ньяса* и др. Каждая мантра связана с определенным риши, впер- вые произнёсшим её.

В *матрика-ньясе* в тело «помещаются» 50 букв санскритского алфавита. При про- ведении этого обряда адепт совершает раз- личные *мудры* (жесты). Буквам предшеству- ет произнесение «**om**», а завершает их – воз- глас «**namah**». Касаясь различных частей тела



Последовательность *акшар матрики*. Творение начинается с *अ* («а») и завершается [*акшарой*] *क्ष* («кша»)

Мантра объединяет звук/слово (*шabda*) и смысл/цель (*артха*), а также говорящего (*вачака*)



и отождествляя их с божествами, адепт наполняет их божественной энергией. Начинает он с большого пальца правой ноги, потом переходит к ступням, икрам, коленям, бедрам, ягодицам, половому органу, соскам, груди, ладоням (касается указательным и средним пальцем ладони), локтям, предплечьям (сжав их скрещенными на груди руками), плечам, губам, носу, закрытым глазам (касаясь их указательным и средним пальцами), лбу (касаясь его четырьмя пальцами) и темени (сжав руку в кулак и касаясь темени большим пальцем). Левую часть тела адепт «опечатывает» в обратном порядке: темя, лоб, глаза, нос, губы, предплечья, плечи, локти, ладони, грудь, соски, половой орган, ягодицы, бедра, колена, икры, ступни. Касания сопровождаются чтением соответствующих мантр. Во время ритуала защиты адепт визуализирует поток Шакти, обволакивающей тело.

Мантра имеет два основных аспекта – собственно звучание (*дхвани*) и форму в виде знака алфавита (*варна*). *Дхвани* означает звуковую вибрацию и её производные эффекты. Это включает в себя «науку произношения» (фонологию), известную как *шикша*, а также энергию, связанную со звуками в форме однослоговых «семян» (*биджу*). *Дхвани* – это акустический аспект звучащего слова (*шабда*). *Варна* – это «оформленный» звук-корень. Сочетание *варн* для образования слов, их последовательности и упорядочивания в предложениях называется *вьякарной* («грамматикой»). Изучением значений, связанных со словами, занимается *нирукта*. Она основана на психологическом эффекте или реакции на различные природные явления, а также на звуках, соответствующих этим эффектам. *Чхандас* – это метрический стихотворный размер высказываний, выраженных ритмизированным расположением групп слогов, имеющих разную долготу.

Варна – «окрас», звуковой вибрации, проявляющейся как *варнамала* («гирлянда», или совокупность основных элементов звука). Существует семь исходных *варн*, которые являются первичными вариациями звука (*нада*),

берущего своё начало от *муладхары* как Паравак. Из них «а» является начальной и называется «варнади» («первой из *варн*»). Их называют Семейю (*санта-матриками*). Им соответствуют богини Брахми, Вайшнави, Махешвари, Индрани, Варахи, Каумари и Чамунди. Они являются основой для всех форм звуков. Они не нуждаются в каком-либо вмешательстве языка, чтобы быть произнесёнными. Дифтонги «*ai*» и «*au*» являются комбинацией этих.

Затем различные звуковые «корни» располагаются в группы (*саны*) в зависимости от того, как они произносятся, когда язык касается различных частей нёба, зубов или губ.

Общее число *варн* со всеми *гананами* достигает 64. Им соответствуют 64 йогини, которые служат Божественной Матери как Высшей Речи (Паравак).

Также 64 йогини почитаются как персонификации 64 видов искусства и как конкретные божества.

Традиционная индуистская «научная дисциплина» (*иаштра*), рассматривающая теоретические и практические аспекты применения мантр, известна как *мантраиаштра* (и тесно связанная с ней *мантравидья*) – «мантрология», «наука мантр».

Мантраиаштра является основой практик (особенно в школах тантры) и состоит в теоретическом и практическом изучении природы звука и влияния каждой его формы на сознание, тело (в частности, как звуки активируют различные *нади*, их ритм и методы синхронизации/пения) и окружающую реальность. Целью является использование этих знаний для ритуальных нужд и для достижения различных *сиддхи*, а также духовного самосовершенствования («самореализации»). Три важнейших составляющих этой дисциплины: изучение различных аспектов мантры, *садхана/упасана* и философия *садханы* (тесно связанная с традиционной индийской философией языка в целом).

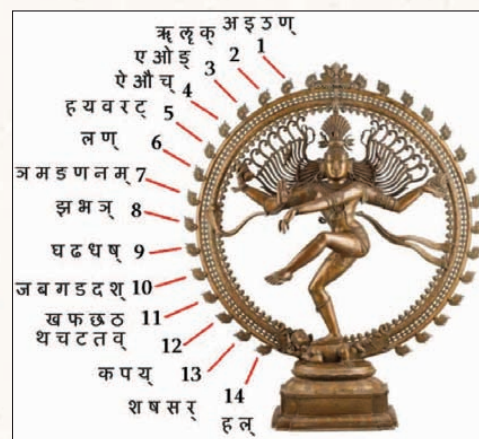
Мантравидья – это не то же самое, что *мантраиаштра*, хотя они сильно пересекаются. Если *мантраиаштра* является наукой звука

и мантр, то *мантравидья* – это использование *мантраиаштры* в сочетании с различными способами ритуальной и йогической практики. Чтобы практиковать *мантравидью*, не обязательно быть экспертом в *мантраиаштре*, но всё же важно следовать её предписаниям. По мере успешного продвижения в практике *мантравидьи* практик (*садхака*) начинает «чувствовать» и понимать также и *мантраиаштру*.

Основы тантрической мантрологии излагаются в тантрах, упатантрах, мантрологических компендиумах и комментариях к ним. Помимо этого имеют большое значение устные наставления и разъяснения (*упадеша*) наставников конкретных школ своим ученикам. Наиболее известные из текстов *мантраиаштры*: «Мантра-йога-самхита», «Мантра-махарнава», «Мантра-маходадхи», «Шарадатиллака-тантра» и ряд др. тантр и их частей. Они подробно рассматривают такие вопросы, как происхождение и назначение мантр, их классификация, условия и особенности практики, посвящения, качества учителя и ученика и др. Посвящение рассматривается как существенно важная отправная стадия для начала *мантра-садханы*. Ученик должен не быть уродом и глупцом, должен обладать помимо духовной мотивации и позитивных моральных качеств ещё «равной верой и преданностью по отношению к гуру, мантре и божеству; лишённый благих качеств и недостойный ученик принесёт гуру одни лишь страдания» (Мантра-йога-самхита, 22-23).

Гуру подбирает для ученика индивидуальную мантру в соответствии с принципами *кулакула-чакры*, *нама-чакры*, *раши-чакры*, *накшатра-чакры*, *акатхаха-чакры* и *акадама-чакры*, т. е. выполняет предварительные нумерологические, астрологические и др. вычисления с целью выяснить, будет ли мантра для ученика благоприятной, нейтральной или негативной (рассматриваются десятки позиций и комбинаций).

После надлежащего посвящения и передачи мантры, ученик выполняет *пураишчарану*, интенсивное повторение мантры в сочетании



с медитацией и сопутствующими обрядами и предписаниями. Для того, чтобы мантра в полной мере «заработала», при *пураишчаране* следует учесть 16 основных и 12 вспомогательных условий (не считая дополнительных устных указаний гуру).

Поскольку в индийской традиции Шива фигурирует как создатель всех видов искусства, музыки, пения, танца, драмы и т. д., то с ним же индуистская традиция связывает и происхождение философии языка и грамматики санскрита в целом, и «Шива-сутр» (другие названия – «Махешвара-сутры», «Пратьяхара-сутры») Панини в частности. Согласно легенде, эти 14 сутр явил мудрецу Панини сам Шива. На этих сутрах Панини выстроил свою грамматическую систему, используя их для создания терминов. В них содержится весь алфавит («матрица») санскрита.

Изучающим санскрит наверняка будет интересно узнать, что в восьмой главе первой части (*śrṣṭi-khaṇḍa*) второй книги (*Rudrasaṃhitā*) «Шива-[маха]пураны» описан миф, повествующий о том, как Шива предстал перед Брахмой и Вишну в качестве Шабдабрахмана (Высшего Начала в форме Звука) и как источник фонематической манифестации, представленной звуками санскрита.

«Высшая Реальность неотделима от своей космической манифестации, в которой покоится и которой одушевляется все сущее (подобно тому, как все мысли покоятся в недискурсивном сознании). Вся человеческая эмоциональность (эстетическая, эротическая и прочая) может быть правильно интенсифицирована для достижения состояния мистического экстаза (*чаматкара* или *висмая*), а через него, в свою очередь, использована для непосредственного постижения Высшей Реальности. Высшая Реальность проявляет себя в актах распространения и концентрации, чередование которых составляет «вибрацию» (*спанда*), определяющую ритм существования макро- и микрокосма. Чувственное и эстетическое переживание, по Абхинавагупте, – врата в мистическое постижение Высшей Реальности. Подобный подход на основе интегрального мистического монизма не исключает любых аспектов человеческого опыта, поскольку рассматривает их в тесной взаимосвязи друг с другом и той Реальностью, проявлениями которой они так или иначе выступают. Эстетико-мистические концепты Абхинавагупты оказали влияние на всё дальнейшее развитие индийской религии, философии (прежде всего на кашмирский шиваизм и философию языка), эстетики и культуры – вплоть до влияния на южноиндийскую традицию и на эволюцию идей средневекового вишнуитского бхакти, воспринявшего и развившего теорию расы»⁵.

ОБ АВТОРЕ

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



Таким образом, в индуизме санскрит не просто выступает в качестве сакрального языка божественного откровения, священных писаний и высокой культуры. Он сам по себе является проявлением Божественного Начала и, стало быть, и практическим средством Богопознания и Самореализации.

प्रणमामि महादेवीं मातृकां परमेश्वरीम् ।

- 1 Зализняк А. А. О профессиональной и любительской лингвистике // Наука и жизнь. 2009. – № 1. – С. 16-24; № 2. – С. 54-62; Бурлак С.А. Сам ты скрыт! (Ещё раз о любительской лингвистике) // Новое о йоге. 2012 – № 7-8. – С. 80-83.
- 2 Лобанов С. В. Влияние индийской философской традиции на санскритские переводы Библии (на примере Евангелия от Иоанна). // Свет Христов просвещает всех: Альманах Свято-Филаретовского православно-христианского института. 2014. – № 9. – С. 131.
- 3 Упанишады веданты, шиваизма и шактизма. Антология избранных упанишад / Перевод с санскрита С.В. Лобанова, С.С. Фёдорова. – М.: Старклайт, 2009. – С. 109-112.
- 4 Артур Авалон. Принципы тантрической космогонии. Гирлянда букв: Речь, созидаящая вселенную. – М.: Шечен. – 2007.
- 5 Лобанов С. В. Философия познания и творчества в эстетическом мистицизме Абхинавагупты // Asiatica: Труды по философии и культурам Востока. 2014 – Вып. 8. – СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та. – С. 40-51

Храм Харасиддхи, Удджайн: вокруг Шри янтры «танцует» вся Матрика Деванагари



Храм Чаусатх Йогини (64 – йогинь) в Хирапуре, Одиша





Урок 1

Звуковой состав санскрита, письменность деванагари и системы транслитерации

С. В. ЛОБАНОВ

Изучение санскрита, как правило, начинается со знакомства с его звуковым составом. Традиционное индийское название научной дисциплины, которому в западной науке соответствуют понятия «фонетика» и «фонология» (в переводе с греческого – «наука о звуках»), – *шикша* (śikṣā). *Шикша* представляет собой одну из шести *веданг* («частей Вед»), вспомогательных научных дисциплин, примыкающих к Ведам и помогающих их сохранению, изучению и толкованию.

Основной целью *шикши* является обучение правильному произношению ведийских гимнов и мантр. Наиболее древним руководством по санскритской фонетике являются *пратишахьи*, в которых описываются санскритское произношение и интонация, а также санскритские правила *сандхи* и некоторые другие особенности узуса ведийских текстов, специфические в каждой из ведийских школ (*шахх*). *Пратишахья* (prātiśākhya – «относящийся к отдельным *шаххам*») обозначает род санскритских грамматических трактатов, устанавливающих фонетические и грамматические особенности ведийских текстов в соответствии с традициями разных *шахх*. Вместе с «Нируктой» Яски *пратишахьи* являются древнейшими памятниками традиционной санскритской грамматической школы. *Пратишахьи* представляют собой памятники ведийских *шахх* и упоминают более 30 имён древних санскритских грамматистов. *Пратишахьи* подробно объясняют произношение, ударения, стихотворные размеры и другие условия правильного устного чтения текстов. В них также даются точные указания относительно различных способов представления текста, чтобы охранить его от изменений.

Правила *шикши* используются при объединении звуков санскрита в группы в соответствии с местами звукообразования. Порядок алфавита в традиционных системах индийского письма следует за порядком перечисления звуков санскрита. Знаки (*акишары*) в индийских видах письма, используемых для записи звуков санскрита, располагаются не произвольно, а в традиционном порядке перечисления санскритских звуков.

Группы звуков, образуемых в одних и тех же местах ротовой полости, в гортани и т. д., индийскими грамматистами обозначены в соответствии с местами звукообразования как «задненёбные», «нёбные», «зубные», «губные» и т. п. (см. рис. 1).

Традиционный алфавитный список звуков санскрита (см. табл. 1) содержит сначала гласные (в них индийцы включают и два призвука гласных – *анусвару* и *висаргу*), затем согласные, объединяемые по определённому принципу в группы (*варги*) – сначала следуют 5 *варг*, состоящих из пяти звуков, первым из которых является глухой непридыхательный, за которым следуют глухой придыхательный, далее – звонкий непридыхательный, звонкий придыхательный и, наконец, носовой звук; затем идут 4 полугласных, 3 шипящих звука и звук звонкого выдоха.

Как видим, в таблице, а также в учебных пособиях и словарях, для передачи санскритских звуков используются латинские буквы с диакритическими знаками. Этот способ записи известен как транслитерация – точная передача знаков одной письменности знаками другой письменности, при которой каждый знак (или последователь-

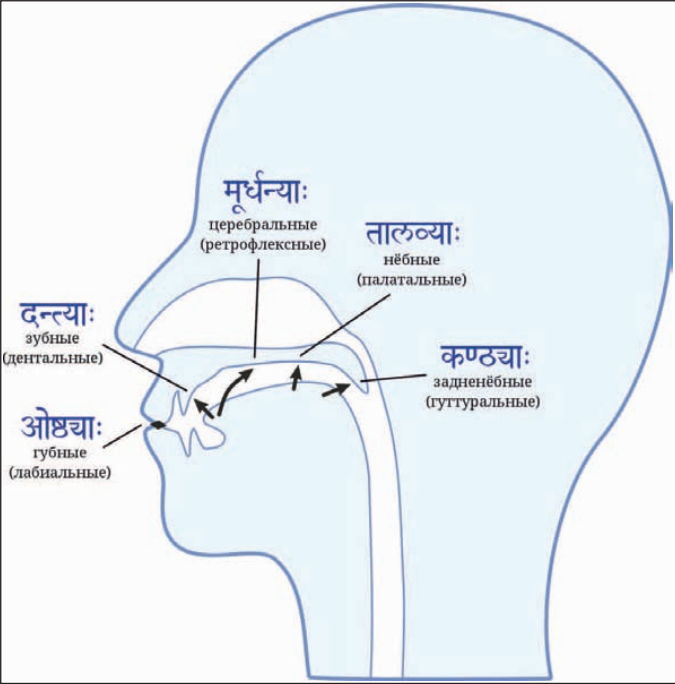


Рис. 1. Классификация звуков санскрита по месту их образования

ность знаков) одной системы письма передаётся соответствующим знаком (или последовательностью знаков) другой системы письма – в данном случае латиницей с диакритиками. Транслитерацию не стоит путать с транскрипцией (буквально «переписывание», от лат. trans- – «через, пере-» и scribo – «черчу, пишу»), или передачей элементов звучащей речи (фонем, аллофонов, звуков) на письме с помощью какой-либо системы знаков (например, с использованием специальных знаков Международного фонетического алфавита). В этом и следующих уроках мы будем использовать, в основном, транслитерацию IAST (International Alphabet of Sanskrit Transliteration – Международный алфавит транслитерации санскрита), наиболее часто используемую в настоящее время в учебных пособиях, словарях и в изданиях санскритских текстов, где текст, записанный одним из традиционных индийских видов письма, может сопровождаться его транслитерацией в IAST. В качестве примера приведём строфу из четвёртой главы «Бхагавадгиты» (IV.24):

ब्रह्मार्पणं ब्रह्महविर्ब्रह्माग्नौ ब्रह्मणा हुतम् ।

ब्रह्मैव तेन गन्तव्यं ब्रह्मकर्मसमाधिना ॥

brahmārpaṇaṁ brahmahavir brahmāgnau brahmaṇā hutam |

brahmaiva tena gantavyaṁ brahmakarmasamādhinā ||



Табл. 1. Звуки санскрита

Гласные:										
ПРОСТЫЕ (краткие и долгие)	अ a	आ ā	इ i	ई ī	उ u	ऊ ū	ऋ ṛ	ॠ ṝ	ऌ ḷ	ॡ ḹ
ДИФТОНГИ (долгие)	ए e	ऐ ai	ओ o	औ au						
ПРИЗВУКИ ГЛАСНЫХ	अं aṁ	अः aḥ								

Согласные:					
СМЫЧНЫЕ					
	Глухие		Звонкие		Носовые (назальные)
	непридыхательные	придыхательные	непридыхательные	придыхательные	
Задненёбные (гutturальные)	क k ^a	ख kh ^a	ग g ^a	घ gh ^a	ङ ṅ ^a
Нёбные (палатальные)	च c ^a	छ ch ^a	ज j ^a	झ jh ^a	ञ ñ ^a
Церебральные (ретрофлексные)	ट ṭ ^a	ठ ṭh ^a	ड ḍ ^a	ढ ḍh ^a	ण ṇ ^a
Зубные (дентальные)	त t ^a	थ th ^a	द d ^a	ध dh ^a	न n ^a
Губные (лабиальные)	प p ^a	फ ph ^a	ब b ^a	भ bh ^a	म m ^a
ПОЛУГЛАСНЫЕ (СОНАНТЫ)					
	य y ^a	र r ^a	ल l ^a	व v ^a	
ШИПЯЩИЕ (СИБИЛЯНТЫ) + ЗВОНКОЕ ПРИДЫХАНИЕ					
	श ś ^a	ष ṣ ^a	स s ^a	ह h ^a	



Подобная практика издания текстов на санскрите позволяет прочесть их даже тем, кто совсем не знает индийские виды письменности, но знаком с основами фонетики санскрита.

Иногда некоторые (чаще неакадемические и любительские) издания могут использовать транслитерацию не на основе латиницы, а кириллическую.

Изучающим санскрит неизбежно придётся также освоить хотя бы один вид индийского письма, используемый для передачи текстов на санскрите. В настоящее время для этих целей наиболее часто применяется письмо деванагари, помимо санскрита использующееся также для хинди, маратхи и ещё нескольких индийских языков. Однако не следует отождествлять язык санскрит с письменностью деванагари. До сих пор в Индии для записи санскрита используются и прочие региональные алфавиты: бенгальский, телугу, малаялам, грантха и другие, не говоря уже о древних и средневековых манускриптах, прочесть которые можно только зная соответствующий вид письма, которым они записаны. Также и не каждый текст, записанный и изданный письмом деванагари, является непременно текстом на санскрите. Поэтому «текст на санскрите» и «текст на деванагари» – это не всегда одно и то же.

Рассмотрим сначала гласные письменности деванагари – знаки (*акша́ры*) и их соответствия в транслитерации IAST (см. табл. 1).

Гласные подразделяются на краткие и долгие, что имеет важное смыслоразличительное значение. В санскрите कलā कलā kalā и कल kalā – три разных слова с разными значениями, и упрощённая запись в виде «kala» или «кала» не отразит различия в их произношении и смысле.

Звуки *a*, *ā*, *i*, *ī*, *u* и *ū* в целом сходны с аналогичными русскими гласными и различаются лишь краткостью и длительностью произношения – долгие произносятся вдвое дольше соответствующих кратких. Слогообразующий *r* напоминает русский *p* в слове «бод~~р~~ствуй» или сходный звук в словах «српски» и «hrvatska» балканских славянских языков. Современные носители хинди часто озвучивают его просто как *ri*, и это же является допустимым упрощённым произношением для начинающих. Звук *r̥* – долгий вариант того же звука, редко встречающийся *l* также является слогообразующим, а долгий звук *l̄* встречается лишь в мантрических формулах. Звуки *e*, *ai*, *o* и *au* всегда долгие. В начале слов *e* похож на русский *э* в словах «эх» или «этот», а в середине слов произносится, скорее, как нечто среднее между русскими *э* и *е* (и всегда протяжно). Дифтонги *ai* и *au* представляют собой слитные протяжные звуки (а не слоги из двух гласных!) и упрощённо могут произноситься как русские *ай* и *ау*. Например, санскритское слово मौन mauna для русского слуха будет звучать примерно как нечто среднее между «ма́уна» и «мо́уна». *Анусвара* (буквально «идущий вслед за гласным [звук]»), обозначаемая точкой над верхней горизонтальной чертой у слога, за которым следует, в алфавите пишется вместе со знаком अ, а в транслитерации IAST обозначается как *m̐* (также и как *m̃*):

अं aṃ (*анусвара*).

Висарга (буквально «прекращение», «остановка») в алфавите пишется вместе со знаком अ с двумя точками справа от него, а в транслитерации IAST обозначается знаком ḥ:

अः aḥ (*висарга*).

Письменность деванагари не различает заглавные и строчные буквы – они пишутся знаками одинакового размера в любой части строки. Однако имеются некоторые различия в «дизайне» знаков в региональных разновидностях деванагари (см. табл. 2).

Синим цветом здесь указаны североиндийские варианты, а красным – общие и южноиндийские.

Табл. 2. Различия знаков деванагари в «северном» и «южном» начертании

a	अ	अ	o	ओ	ओ
ā	आ	आ	au	औ	औ
ṛ	ऋ	ऋ	ch ^a	छ	छ
ṝ	ॠ	ॠ	jh ^a	झ	झ
l	ल	ल	l ^a	ल	ल
l̄	ॡ	ॡ	ś ^a	श	श

Гласные в том виде, в каком они представлены в алфавите, записываются только в начале слов. В положении после согласного они превращаются в особый знак, добавляемый к знаку согласного справа, слева, сверху или снизу. Для наглядности приведём в качестве примера сочетания согласного क *ka* со всеми гласными. Обратим внимание, что для написания слога «ка» (т. е. сочетания звуков *k* + краткий *a*) нет необходимости как-либо изменять написание исходного знака согласного क или что-то добавлять к нему – он, как и знак любого согласного, уже включает в себя сочетание согласного звука с кратким *a*:

	надстрочный		<i>ke</i>	के	कै
			<i>kai</i>	कै	कै
подстрочный			<i>ku</i>	कु	कु
			<i>kū</i>	कू	कू
			<i>kr̥</i>	कृ	कृ
			<i>kṝ</i>	कॠ	कॠ
			<i>kl̄</i>	कल	कल
			<i>ka</i>	क	क



	черта справа	ा	<i>kā</i>	का	का
	комбини- рованные (черта справа и надстрочный знак)	ी	<i>kī</i>	की	की
		ो	<i>ko</i>	को	को
		ौ	<i>kau</i>	कौ	कौ
	черта слева	ि	<i>ki</i>	कि	कि

Согласные в деванагари и их соответствия в транслитерации (уменьшенная и слегка приподнятая «а» призвана продемонстрировать беглое произношение этого краткого гласного, уже включённого в слог, представленный конкретной *акша́рой*, т. е. что «ка» – это и название соответствующего знака в алфавите, и слог *ka* как таковой) представлены слогами с уже включённым кратким *a*.

Произношение *k*, *g*, *c*, *t*, *d*, *n*, *p*, *b*, *m*, *y*, *v* и *s* не имеет выраженных отличий от русских *к*, *г*, *ч*, *т*, *д*, *н*, *п*, *б*, *м*, *й*, *в* и *с* (с оговоркой, что *ṣ* после согласного часто произносится брахманами сходно с английским *w* или белорусским *ŷ*). Глухие придыхательные *kh*, *ch*, *th* и *ph* отличаются от непридыхательных *k*, *c*, *t* и *p* тем, что сопровождаются в произношении глухим придыханием, напоминающим слабо артикулированный русский звук *х*, но при этом произносятся как нерасчётливый слитный согласный звук, а не сочетание *кх*, например, в слове «вакханка». В этих и других придыхательных согласных, передаваемых в транслитерации диграфами с *h* (или *x* при использовании кириллицы), следует помнить, что *h* здесь обозначает именно придыхание, а не самостоятельный звук вроде русского *х*. Для самостоятельного звука *h*, представляющего собой звонкий (!) выдох, сходно звучащий с «украинским» *г*, в деванагари используется отдельный знак ह (в транслитерации – *ha*), который не следует путать ни с *visarḡai* (в транслитерации – *ḥ*), ни с *h*, обозначающим глухое и звонкое придыхание при транслитерации диграфами придыхательных согласных.

Звонкие придыхательные *gh*, *dh* и *bh* напоминают русские *г*, *д* и *б*, сопровождаемые звонким придыханием, напоминающим «украинский» звук *г*, и при этом также произносятся как нерасчётливый слитный согласный звук. Одной из часто встречающихся ошибок русского-ворящих при озвучивании санскритских слов является оглушение этих звонких звуков, когда, например, слова aghora, prabhu, Bhagavadgītā и sādhana произносятся как «акхора», «прапху́», «Пхагаватгита́» и «сатхана́» (т. е. с оглушением звонких согласных и игнорированием долготы гласных).

Стоит особо отметить согласные звуки, не имеющие аналога в русском языке или обозначаемые в транслитерации диакритическими знаками, которые могут вызвать смущение и непонимание. Например, в отличие от *n*, аналогичного обычному русскому *н*, в санскрите имеются ещё *ñ* и *ṇ*, не имеющие соответствующих им звуков в русском языке, а также мягкий нёбный *ṁ*, который сходен со смягчённым русским *нь* в словах «няня», «пень» и «Нью-Йорк», а остальные два представ-

ляют собой отсутствующие в русском языке звуки. Заднеязычный *ṁ* сходен с английским носовым звуком в слове *long* и в санскрите также чаще всего встречается в сочетании с *g*: liṅgam, aṣṭāṅgaṃ и т. п. Церебральный *ṇ*, замыкающий ряд из пяти согласных церебрального ряда, произносится, как и все эти согласные, следующим образом: кончик языка приподнимается вверх и заворачивается назад, прижимаясь нижней стороной к нёбу. В этом же положении языка произносятся звуки *ṭ*, *ṭh*, *ḍ*, *ḍh*, *ṇ*, а также *r*, *ṣ* и слогообразующий «гласный» (!) *ṛ*. При этом *ṭh* и *ḍh*, кроме того, являются придыхательными. Мягкие нёбные *j* и *jh* также отличаются от привычного русского *ж* – *j* скорее напоминает мягкий слитный *j* в английских словах *joy* и *Jane*, а *jh* отличается от него наличием звонкого придыхания и звучит сходно с «-dgeh-» в английском *hedgehog*. Санскритский *l* всегда мягкий – как в русских словах «любовь» и «люлька». Шипящий *ś* (обозначаемый также *ç* или *ž* в ряде систем транслитерации) представляет собой смягчённый *ш*, напоминающий русский *шч*, но полностью ему не тождественный. Скорее он похож на литовский звук в начале названия города *Шяуляй* (Šiauliai). Другой шипящий – *ṣ* – больше напоминает привычный нам *ш* (как, например, в словах «шуба», «шум», «шустрый»), но произносится в более ретрофлексной позиции языка (т. е. с заворачиванием его назад с одновременным прижиманием нижней стороны кончика к нёбу).

Значок *virāma* (virāma), используемый, как правило, в конце слов, оканчивающихся на согласный звук, отмечает выпадение краткого *a* из исходного знака согласного (как он приводится в алфавите): например, म ma и म् m.

В отличие от европейских алфавитов и связанной с ними орфографии, письмо деванагари достаточно бедно на знаки препинания. Современные издания нередко используют заимствованные из европейских языков знаки препинания (восклицательный и вопросительный знаки, кавычки, запятые, скобки и т. п.). Традиционными для деванагари знаками пунктуации являются: *avaḡraha* ऽ (в транслитерации обозначается апострофом ') ставится на месте *a*, выпавшего по правилам сандхи после *e* и *o*. Например, कोऽहम् ko’ham, где ’ham – из *aham*. Знаком сокращения является «шунья», знак нуля – ० (играет ту же роль, что и точка, например, в сокращении «см.» или дефис в «побеждаю, -ешь»). Знаки пунктуации । (*danda*) и ॥ (двойная *danda*) примерно соответствуют привычным нам точке с запятой и точке. В стихах ॥ ставится в конце строфы (одновременно может указываться нумерация строф), а одинарная *danda* – в конце полустрофы.

Цифры в деванагари обозначаются так:

०	१	२	३	४	५	६	७	८	९
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

С некоторыми вариациями *акша́р* и дополнительными знаками (например, с используемыми исключительно в ведийских текстах), а также с правилами построения лигатур (сочетаний согласных с согласными) мы познакомимся на следующих уроках. В качестве домашнего задания желающим запомнить особенности произношения звуков санскрита и научиться писать *акша́ры* рекомендуется использование прописей. Лучшим на сегодня пособием с прописями на русском языке является следующее издание (его можно приобрести онлайн в редакции журнала <https://www.hinduism.today/product-page/sanskrit-devanagari-book-part1>, либо через образовательное сообщество «Санскриториум» www.sanskritorium.ru): «Санскрит. Письмо деванагари. Часть I: Основные знаки». – СПб: Первый класс, 2020. – 116 с.

॥ सर्वमङ्गलम् ॥

Аюрведическая астрология

Во время пандемии Covid-19 внимание человечества, более чем когда-либо раньше, приковано к возможным способам оздоровления: мы представляем малоизвестную отрасль знаний – медицинскую астрологию.

Вамадэва Шастри, Нью-Мексико

Нашей человеческой жизнью управляют те же космические силы, которые правят и всей Вселенной в целом. Индуистская мысль учит нас, что индивидуальное человеческое существование является отражением вселенского Бытия, и объясняет, как мы можем объединить их для всеобщего благополучия и достижения окончательной самореализации. Эта связь отражена в учении ведической астрологии, Джьотише, науке о свете, которая показывает, как влияние звёзд и планет на космическом уровне воздействует на ход нашей индивидуальной человеческой жизни через нашу карму и дхарму.

Современная физика признаёт, что человеческая деятельность взаимосвязана с деятельностью космоса, как на тонком, так и на общем планах. Современная медицина постепенно признаёт существование в природе, неотъемлемой частью которой мы являемся, жизненных сил и разума, которые мы не можем свести к простой химии.

Одной из важнейших областей астрологии является медицинская астрология. В конце концов, одни из первых вопросов, которые все задают астрологу: «Как долго я буду жить?» и «Останусь ли я здоровым?» Медицинская астрология оценивает ваш потенциал здоровья, ваши вероятные заболевания, время их возможного возникновения и методы лечения. Однако она не ограничивается физикой. Медицинская астрология также охватывает наше психологическое благополучие и рассматривает эмоциональные и психические расстройства, поскольку они обычно являются нашим основным источником страданий в жизни. Она помогает нам увидеть кармические проблемы в том, что мы переживаем, отражающиеся в расположении планет в ведической карте рождения.

Ведическая астрология – это часть Вед (*Веданга*). Она связана с Аюрведой, которая является дополнительной Ведой (*Упаведа*). Ведическая медицинская астрология, также называемая аюрведической астрологией, соз-

В поисках знания: мать высоко держит лампу, освещая тьму космического пространства, в поисках ответов о своей жизни и жизни своей дочери среди далёких звёзд. (Вставка) аюрведический практик массирует марма-точки, стимулируя течение жизненной силы пациента.

данная по образцу аюрведической медицины, разделяет её концепции, принципы и ценности, относящиеся к человеческой жизни. Многие аюрведические врачи используют ведическую астрологию или консультируются с ведическими астрологами, особенно в трудно поддающихся лечению случаях. Они изучают карту рождения, чтобы оценить самочувствие пациента, а также возможные проблемы и сроки, связанные с течением болезни. Точно так же многие ведические астрологи консультируются с аюрведическими врачами о состоянии здоровья своих пациентов.

Как правило, ведические мастера учёны как в Джьотише (ведической астрологии), так и в Аюрведе.

Астрология, здоровье и болезни

Аюрведа и Джьотиш лучше всего работают, когда используются вместе. Аюрведа рассматривает индивидуальную конституцию человека и факторы болезни в соответствии с тремя *дошами*, или биологическими гуморами – *ватой*, *питтой* и *капхой*, которые в целом соотносятся с элементами воздуха, огня и воды, соответственно, поскольку они на-

полнены праной и функционируют на биологическом уровне.

Девять планет ведической астрологии соотносятся с аюрведическими *дошами* (биологическими гуморами, элементами). Планета, доминирующая в карте рождения, активирует соответствующую *дошу*. Хотя ниже я указываю на общее соответствие *дош* и планет, фактически их взаимосвязь более сложная. Каждая планета оставляет свой уникальный след, оказывая определённый эффект на *доши*.

Марс, Солнце и Кету – это *питта*, или огненные планеты. Луна, Венера и Юпитер – *капха*, или водные по своей природе. Сатурн, Меркурий и Раху – это *вата*, или обладающие природой воздуха.

Точно так же двенадцать знаков зодиака (*раши*) соответствуют элементам земли, воды, огня или воздуха, начиная с Овна и элемента огня. Двенадцать домов (*бхав*) соотносятся с различными частями тела, функциями ума, факторами здоровья и недугов, начиная с первого дома, соответствующего голове и нашему общему состоянию здоровья.

Согласно Аюрведе, большинство болезней вызывается *вата-дошей*, элементом воздуха, который управляет нашей общей пранической энергией и процессами старения. В соответствии с этим фактом, главной планетой, вызывающей болезни, является управляющий *ва-*

той Сатурн, который обладает такими качествами *вата-доши*, как сухость, холодность, лёгкость и истощённость. Сатурн, как и вата, отвечает за большинство хронических и дегенеративных состояний, от артрита до рака и нервных расстройств, включая недостаток иммунитета и жизненных сил, а также эмоциональные состояния, управляемые *ватой*, такие как депрессия, страх и беспокойство.

Огненный Марс, который управляет большинством болезней, вызываемых *питтой*, наносит ущерб, вызывая острые заболевания, лихорадку, инфекции и кровотечения, влияя на огненные психические состояния, такие как гнев и ревность, и часто способствуя получению физических травм. Даже водные, соответствующие *капхе*, Луна, Венера и Юпитер, в целом способствующие хорошему здоровью, могут вызывать болезни, такие как диабет и заболевания сердца.

Как факторы, вызывающие затмения, лунные узлы, Раху (голова Змеи) и Кету (хвост Змеи), подобны Сатурну и Марсу, соответственно, представляют опасность жизнестойкости и иммунитету. Кроме того, они могут подвергнуть нас коллективной карме, неподвластной нашему личному контролю, вызвав войны и эпидемии. Узлы управляют таинственными психическими и нервными расстройствами, часто затрагивающими тонкое

тело, и создают кармические состояния, которые трудно вылечить или исцелить.

В ведической астрологии вредоносные планеты (Сатурн, Марс, Раху, Кету), вызывающие трудности и болезни, наиболее опасны, когда расположены в карте рождения в угловых домах (дома один, четыре, семь и десять) или расположены вместе с Солнцем или Луной в домах, где их влияние сильнее.

Благотворные планеты – Луна, Венера, Юпитер и Меркурий – способствуют хорошему здоровью и счастью, как и планеты, управляющие благоприятными домами (первым, пятым и девятым). Эти планеты могут противостоять воздействию болезнетворных планет, особенно если они расположены в угловых или благоприятных домах в карте рождения. Тем не менее, вредоносные планеты могут защитить здоровье человека, если они расположены в определённых домах (*упачаях*, таких как третий, шестой и одиннадцатый), где они способствуют повышению иммунитета, умственной и физической силы.

Даже благотворные планеты, такие как Юпитер, Венера, Луна и Меркурий, могут вызвать проблемы со здоровьем, если они управляют трудными домами в карте рождения в соответствии с асцендентом, или если они поражены вредоносными планетами. Правители шестого и восьмого домов, управ-





ляющих болезнями и смертью, также могут вызывать заболевания и горести.

Практика аюрведической астрологии

Ведическая медицинская астрология может показаться зловещей. У каждого присутствуют болезненные периоды, и в конечном итоге он заболевает и умрёт, поэтому каждая карта рождения имеет отрицательный для здоровья потенциал. Поиск этих комбинаций, особенно в собственной карте или карте кого-то близко, может вызвать беспокойство. Обязательно что-нибудь найдёшь. Этот поиск проблем со здоровьем должен быть сбалансирован за счёт поиска позитивных комбинаций, способствующих укреплению здоровья, которые можно будет противопоставить негативным.

Как и другие аспекты ведической астрологии, медицинская область даёт довольно точные результаты. Например, я видел много соответствий в картах рождения больных раком с точки зрения планетарных поражений и сроков возникновения заболевания.

В частности, в одной из карт были типичные комбинации для возникновения рака молочной железы, от которого пациентка в конце концов умерла. Много лет спустя я увидел такую же комбинацию в третьем доме другого пациента. Поскольку эта комбинация находилась в третьем доме, ответственном за младших братьев и сестёр, я предположил, что она может повлиять на младшую сестру пациента. Также я видел, что время будет неблагоприятным для сестры.

Сначала я осторожно спросил женщину, есть ли у неё младшая сестра. Когда она сказала «да», я спросил, нет ли у этой сестры серьёзных проблем со здоровьем. Она ответила, что сестра очень больна. Я спросил, может ли это быть рак, возможно, рак молочной железы. Она подтвердила мои подозрения и сказала, что это одна из причин, по которой она обратилась ко мне. Она думала, что я экстрасенс, но я просто применял классические принципы ведической астрологии, основанные на предыдущем опыте диагностики по карте рождения.

В последнее время я специализируюсь на психологической астрологии. Комбинации и сроки возникновения таких состояний, как депрессия, биполярное расстройство и даже возможности самоубийства, можно найти в карте

рождения, в частности по положениям Луны, Меркурия, Раху, Кету и Сатурна. Например, если присутствует соединение Сатурна с Марсом, аспектирующее Луну, которая находится в слабой позиции, личное или семейное счастье будет трудно достижимо, и жизнь в отречении или независимости будет лучшим вариантом для общего эмоционального благополучия.

Использование медицинской астрологии

Медицинская астрология имеет множество способов и уровней применения. Она может показать, когда и чем может заболеть человек, и когда он, скорее всего, выздоровеет. Если человек с тяжёлым заболеванием вступает в трудный планетарный период (*даша*), прогноз вряд ли будет хорошим. Но если планетарные периоды положительны, то можно говорить о быстром восстановлении. Карта рождения пациента также может показать, какие виды лечения могут применяться, и какие методы будут работать лучше всего. Даже халатность или неправильное лечение отражаются в карте!

Ведическая наука не оставляет нас беспомощными перед негативными планетарными силами. Предупреждая нас о надвигающихся неблагоприятных для здоровья или эмоционального благополучия планетарных периодах, ведическая астрология предостерегает нас, позволяя заранее подготовиться и таким образом минимизировать возможный вред.

В ведической астрологии для укрепления здоровья, а также для достижения других жизненных целей, используются специальные методы лечения. Драгоценные камни, янтры и мантры соответствующих планетарных божеств, или выполнение ритуалов в соответствии с неблагоприятными положениями планет при рождении, могут существенно увеличить жизненную силу человека и укрепить иммунную систему. Данные практики обычно рекомендуют применять в Индии и в индуистских храмах.

Правильно подобранные камни укрепляют праническое поле и тонкое тело, которое очень чувствительно к космическим лучам. Жёлтый сапфир, камень благотворного Юпитера, часто является лучшим для этой цели. Мантры и ритуалы ещё более могущественны, но должны выполняться регулярно и с преданностью. Ритуалы особенно хороши для проблем, вызванных Раху и Кету, которые

Джyотиша в эпоху Covid-19: глобальная пандемия была предсказана проницательными астрологами; (напротив) два миллениала изучают свою астрологическую совместимость на экранах своих iPhone.

.....

имеют мистическое влияние, или для психологических расстройств в целом.

Однако мы не можем просто удалить негативную карму с помощью дорогих драгоценных камней или сложных ритуалов. Дэвов нельзя подкупить, обмануть или получить их поддержку без должного уважения. Чтобы противостоять нашей негативной карме, мы должны понять её и встретиться с ней лицом к лицу, а затем изменить свой образ жизни. Мы должны развить в себе больше смирения, иначе эти меры могут не сработать. Мы также можем использовать Астрологию для улучшения нашей практики Аюрведы за счёт выбора правильного времени лечения и использования карты рождения человека для руководства лечением в целом, или применения драгоценных камней и мантр, для повышения эффективности диеты или травяных процедур благодаря их тонким энергиям.

Медицинская астрология и всеобщее здоровье

Мунданная астрология – это астрология мира в целом, рассматривающая те же факторы, что и карта рождения, но для различных стран. Десять лет назад я предсказал, что 2020 год станет началом «нового смутного времени для человечества», основываясь на сложных астрологических факторах. Этот прогноз распространялся не только на глобальные проблемы в области здравоохранения, но и на трудности и возможные осложнения в экологической и политической сферах.

Лунные узлы, Раху и Кету, являются основными индикаторами коллективной кармы, поскольку они управляют затмениями. Один из наиболее сложных типов влияния Раху-Кету на коллективную карму называется *Каласарна-йога*, или комбинация «Змея времени». Это происходит, когда все планеты располагаются между Раху и Кету по одну сторону зодиака. Поскольку узлы движутся в зодиаке назад, *Каласарна* может быть либо с преобладающим воздействием Раху, если все планеты находятся позади Раху, либо с преоб-

ладающим воздействием Кету, если все планеты находятся позади Кету.

Каласарна-йога, произошедшая в 2020 году, имела редкую и зловещую комбинацию с Кету (знаменующим смерть, трансформацию или освобождение), расположенном в Стрельце в *накиштре* или лунном созвездии Мула, которая отмечает важнейшую точку галактического центра, неся серьёзные кармические изменения.

Ось Раху-Кету проходит через зодиак каждые 18-19 лет, поэтому пересечение Кету галактического центра само по себе не является чем-то особенным. Это было необычно из-за того, что происходило вместе с *Каласарна-йогой*. Самым важным был тот факт, что эта йога происходила во время *Югади*, формирования годичной карты Земли, (новолуние в Рыбах), затрагивая различные страны в соответствии с восходящим в этот момент знаком.

В 2020 году в *Каласарна-йоге* доминировал Раху, находящийся в Близнецах в точке зодиака, противоположной галактическому центру. Раху – планета эпидемий, а Близнецы – знак, относящийся к расстройствам лёгких и дыхательных путей.

Глядя на годичную карту для разных стран, я обнаружил, что Раху восходит в Близнецах в Западной Европе, особенно в Италии. Ситуацию дополняло вредоносное сочетание Сатурна и Марса в восьмом доме смерти, особенно поражающее пожилых людей (которые управляют Сатурн и восьмой дом, также отвечающий за долголетие).

В соответствии с различными восходящими знаками в разных странах, проблемы схожего характера возникали во всём мире. Кроме того, Раху и Близнецы связаны с умом и средствами массовой информации, что продемонстрировало множество психологических расстройств, вызванных этим транзитом.

Ретроградное движение Кету над галактическим центром в этой комбинации подняло глубоко укоренившиеся коллективные кармические проблемы и запустило планетарное кармическое очищение. Кету, в своём позитивном аспекте, управляет освобождением, высшим знанием и астрологией. Однако, на более низком уровне, он отвечает за опасные технологии, оружие, конфликты и терроризм, а также ослабление физического и психологического иммунитета.

Хотя эта особая *Каласарна-йога* уже закончилась, её побочные эффекты продолжают действовать. В 2021 году ожидается ещё одна *Каласарна-йога*, не столь опасная, но все же отражающая непрекращающиеся трудности нашего нового смутного времени, которое связано с ещё одним астрологическим фактором, на обсуждение которого у нас нет места в рамках этой статьи. Предыдущая трудная *Каласарна-йога* в 2019 году подготовила почву для йоги 2020 года.

Заключение

С ростом интереса к традиционной медицине и естественному исцелению у людей вновь

появляется интерес к медицинской астрологии, и связь Аюрведы и Джyотиша снова получает признание. Постигая нашу ведическую карту рождения, а также нашу аюрведическую конституцию, мы получаем полноценную модель, дающую понимание наших жизненных задач для разработки позитивных жизненных стратегий, для достижения физического здоровья и правильной жизнедеятельности на всех уровнях. Национальное или планетарное благополучие, исследуемое с помощью медицинской астрологии, является ещё одной важной областью знания, для изучения и верификации которой нужны более подготовленные астрологи.

Эта важная отрасль ведической медицинской астрологии будет оставаться на переднем плане и будет развиваться во всём мире, по мере того как ведическое знание продолжит своё современное возрождение. Неудивительно, что аюрведические школы часто преподают Астрологию, а ведические астрологические конференции и семинары включают лекции по медицинской астрологии с акцентом на Аюрведу.

Если мы сможем привнести в нашу жизнь благотворные силы Вселенной, начиная с планет, мы сможем значительно увеличить духовные силы, действующие внутри и вокруг нас. Для этого мы должны помнить, что вся Вселенная пребывает внутри нас, и что мы сами в конечном счёте превосходим собой время, пространство и карму как Высшее «Я».

Планеты не определяют нашу судьбу

Хотя астрологи говорят на языке, в котором «Сатурн – главная планета, вызывающая болезни», а «Венера способствует здоровью и процветанию», на самом деле это упрощение гораздо более глубоких процессов, которые планеты оказывают на нашу жизнь. Карта рождения – ни что иное, как подытог наших суммированных карм. Уникальные положения планет в нашей карте образуют шифр, который астрологи могут интерпретировать как хранилище нашего кармического потенциала.

У планет нет активной позиции. Они сами по себе не вызывают болезни и не приносят здоровья, они не порождают бедности и не даруют богатства. И не они определяют нашу судьбу. Скорее, они указывают на скрытые или врождённые возможности, некоторые определили бы это, как потенциал нашей жизни, возможности, которые мы сами создали.

Понимая это, один астролог написал: «Популярное мнение состоит в том, что расположение планет в нашей натальной карте «вызывает» наше поведение. Я давно верю, что всё наоборот: наши действия из прошлых жизней определяют расположение планет. Другими словами, наша натальная карта в этой жизни раскрывает наш «кармический пакет», принесённый из прошлого».

Чакрапани Д. Уллал, широко почитаемый на Западе как отец ведической астрологии, замечает: «Астрология – это наука только об указаниях, она не фаталистична. Поэтому люди должны иметь представление о том, что у них есть власть над своими жизнями, если они хотят что-то исправить или изменить, они могут скорректировать любое влияние за счёт собственных усилий и своей воли. Когда я провожу чтения, я говорю: «Используя силу воли, обретая милость Бога или гуру, мы можем изменить всё». В противном случае люди неправильно понимают астрологию, думая: «О, это заложено звёздами». Всё дело в звёздах только для тех людей, которые не хотят брать на себя ответственность за свою жизнь».

Вамадева Шастри отмечает: «Фаталистичная и предсказательная астрология действительно опасна, но мы также должны с уважением

относиться к тому, что карму нельзя просто смыть или игнорировать, и что Джyотиш помогает нам понять её последствия. Планеты напрямую не вызывают карму, но они отражают её. Большая часть карты рождения указывает на *праабдха*-карму, которую трудно изменить. Нам нужно быть смиренными перед космическими силами и не думать, что на уровне эго мы можем управлять своей судьбой или что планеты, *доши* и *гуны* не влияют на нас».

Джон Хейслер писал: «Положение звёзд и планет не вызывает болезней в нашем теле или изменений в нашем состоянии ума, скорее



они отражают наши собственные кармические паттерны, будь то групповая или индивидуальная карма».

Есть и другая истина – что физический космос неотделим от нас, и планеты вращаются внутри нашего собственного сознания. Всё находится внутри нас. Понимание этого космического единства устраняет представление о том, что мы находимся под влиянием внешних сил. Святой Йогасвами со Шри-Ланки поделился своим йогическим прозрением: «Все планеты благоприятны для истинного шивабхактара».

Роль саттвической пищи в духовном росте

Почему чистая пища улучшает наше эмоциональное равновесие и облегчает связь с Богом через *бхакти* и медитацию

МУКУЛ ШРИ ГОЭЛЬ

Согласно индуистской духовности, природа установила в каждом из нас различные механизмы, которые влияют на наш темперамент и способствуют формированию нашей индивидуальности. На внутреннем уровне различные соотношения трёх *гун* природы в человеке – *саттвы* (благости), *раджаса* (страсти) и *тамаса* (тьмы) – сильно влияют на наш темперамент и наши предпочтения в еде. В то время как преобладание *саттвы* в человеке вызывает осознанное потребление пищи, способствующей долголетию, счастью и усилению интеллекта («Бхагавадгита» 17:8), преобладание *раджаса* вызывает в нём желание потреблять продукты, которые могут спровоцировать болезни; доминирование же в человеке *тамаса* по причине невежества ведёт к формированию пристрастия к нездоровой пище и вкусам, приводящим к самым различным заболеваниям.

Саттвическая пища включает в себя свежие вегетарианские продукты, как сырые, так и приготовленные, такие как фрукты, большинство овощей, злаки, рис, молоко, свежий хлеб и чечевицу. Раджасическая пища включает излишне острую и солёную пищу, и безалкогольные напитки. Тамасические продукты – это испорченные, безвкусные, нечистые и/или вредные продукты. Эта категория включает в себя большинство жареных во фритюре или обработанных продуктов, крепкие алкогольные напитки, мясо, рыбу и яйца. Можно отметить, что все саттвические продукты являются вегетарианскими, но многие вегетарианские продукты могут быть классифицированы как раджасические или даже тамасические.

Независимо от пути йоги, мы выбираем продвижение к Богу – бхакти-йогу (путь преданности), карма-йогу (путь самоотверженного служения), джняна-йогу (путь знания) или раджа-йогу (путь медитации) – саттвическая диета облегчает наш духовный прогресс на любом из этих путей. Индуисты не считают, что вегетарианец обязательно лучше невегетарианца. Они верят, что употребление саттвической пищи существенно облегчает прогресс на пути йоги.

Еда и наше мышление

Существует обратная связь между пищей, которую мы едим и нашей природой: «саттвичные люди» предпочитают саттвичную пищу, саттвичная пища в свою очередь делает человека более саттвичным. Можно сказать, что выполнение саттвичной кармы в одной сфере жизни увеличивает саттву во всех других её областях. Поскольку природа

саттвы означает идеализм и подразумевает добро во всех своих проявлениях, таких как истина, честность, дисциплина, настойчивость, вежливость и энтузиазм в работе, употребление саттвической пищи приводит к развитию в человеке этих добродетелей. Саттвическая диета стимулирует нашу склонность к праведности, включая то, как мы думаем и действуем. Более того, усиливая элементы саттвы внутри нас, саттвическая пища может вдохновить нас на участие в бхакти и медитации и движение к Богу.

На рабочем месте, выполняя профессиональные задачи, саттвическая пища помогает нам оставаться эмоционально уравновешенными в случае успеха или неудачи. Напротив, употребление раджасической пищи может вызвать жадность, эгоцентризм, подтолкнуть к выполнению работы исключительно ради денежной выгоды. Тамасическая пища может активизировать в человеке наихудшие качества, такие как азартность, сонливость, высокомерие и лживость, природа которых тамасична. Поскольку мясоедение подпадает под категорию тамаса, употребление животной пищи усиливает негативные самскар и кармические впечатления в уме духовного искателя.

Поскольку карма включает в себя все мыслительные процессы, используемые для принятия решения делать или не делать что-либо, намерения, связанные с составлением нашего меню, могут быть важны для обозначения пищи как саттвической или тамасической. Другими словами, саттвическая пища включает в себя то, почему мы едим что-то в дополнение к тому, что мы едим. Например, если у нас аллергия на какой-либо фрукт, но мы регулярно едим его из-за пристрастия, то этот же продукт может считаться раджасическим или тамасическим. Точно так же, если продукт питания из тамасического списка был рекомендован специалистом по питанию для улучшения здоровья человека, такая пища не может больше считаться тамасической. В индуизме поддержка саттвической диеты – это не просто книжная концепция, она основана на опыте духовно развитых существ. Мудрецы и святые испытывали на себе преимущества саттвической диеты на протяжении веков, и их опыт стал доступен нам через Священные Писания.

Бхакти

Многие индуисты верят, что Бог принимает всё, что предлагается Ему (или Ей) с любовью, и поэтому они ставят пищу перед изображением

Бхакти

Многие индуисты верят, что Бог принимает всё, что предлагается Ему (или Ей) с любовью, и поэтому они ставят пищу перед изображением



Раджас

ALL PHOTOS: SHUTTERSTOCK

Божества в храмах и домах, чтобы выразить свою бхакти. Предлагая пищу Богу, верующие выбирают самые чистые и здоровые продукты, поэтому это почти всегда саттвическая еда – сладости, фрукты, молоко, очищенная вода, листья туласи и рис. Предложение саттвической пищи Божеству включает в себя памятование Бога и поклонение Ему, а также развивает привычки служить и подчиняться Богу. Когда Господь принимает нашу любовь вместе с предлагаемой пищей, она становится *прасадом*, который позже верующие вкушают с благоговением. В некоторых храмах его раздают нуждающимся как способ служения ближнему. Выбор правильной еды и предложение её Богу – это средство духовной связи во многих религиозных традициях. Практика предложения саттвической пищи Богу описывается во множестве историй из эпосов и пуран, в которых известные почитатели предлагали саттвическую пищу, такую как фрукты и рис, Господу Раме, Господу Кришне или Господу Шиве.

Медитация

Во время медитации мы можем лучше сосредоточиться, когда в нашем уме присутствует меньше отвлекающих факторов. Поддерживая дисциплину в мыслях, снижая количество отвлечений, успокаивая и уравнивая ум, саттвическая диета повышает качество нашей медитации. В то время как саттвическая пища помогает нам глубоко погрузиться в себя во время медитации и сделать ум чистым и спокойным, тамасическая пища способствует гневу, тьме и инертности. Наш ум очищается благодаря «чистой» пище, в то время как контролировать ум становится почти невозможно из-за регулярного употребления мяса и спиртных напитков.

Поскольку саттвическая диета подразумевает нечто большее, чем простое удовлетворение вкусовых рецепторов, регулярное следование такой диете развивает высокий уровень аскетизма, который может быть необходим каждому духовному искателю. Фактически, люди могут являться единственными живыми существами на Земле, которые способны отказаться от своих инстинктивных потребностей удовлетворения вкуса, прогрессируя в йоге. Точно так же, как меньшее количество отвлекающих факторов в уме может помочь духовному искателю, сосредоточенному на образе Бога, медитирующему, меньшее количество отвлекающих моментов может помочь ищущему, воспевающему имя Господа Рамы или имя Господа Шивы, на пути бхакти. Кроме того, за счёт своего соответствия принципам Аюрведы, саттвическая пища поддерживает здоровье духовного искателя в наилучшем состоянии.

Сострадание

В известной истории из «Шива пураны» охотник, сидя на ветке дерева, сам того не зная, стряхнул с нее несколько листьев с каплями воды,



Тамас

которые упали прямо на Шивалингам, установленный у основания дерева. В результате этого, хоть и неосознанно, поклонения, человек достиг состояния сострадания и больше не мог зарабатывать на жизнь убийством животных. Этот эпизод подчеркивает, как взаимосвязаны религиозная преданность, сострадание к другим существам и духовная трансформация, независимо от того, выбрали ли мы путь бхакти или медитации. Сострадание способствует духовному прогрессу, но и истинный духовный прогресс, в свою очередь, вызовет в нас сострадание и заставит выбрать вегетарианскую, саттвическую диету.

Вегетарианство предполагает мирное сосуществование с другими формами жизни и минимизацию причинения вреда экологии. Поскольку выбор саттвической пищи напрямую связан с состраданием к другим формам жизни, духовные искатели на пути йоги следуют саттвической диете, а не тамасической. Практика ненасилия (*ахимсы*) является одной из ям йоги и неотъемлемой частью духовного роста. Сострадательный человек, практикующий ненасилие, может более эффективно выражать свою любовь к Богу на пути бхакти и может лучше сосредоточиться на Боге на пути медитации.

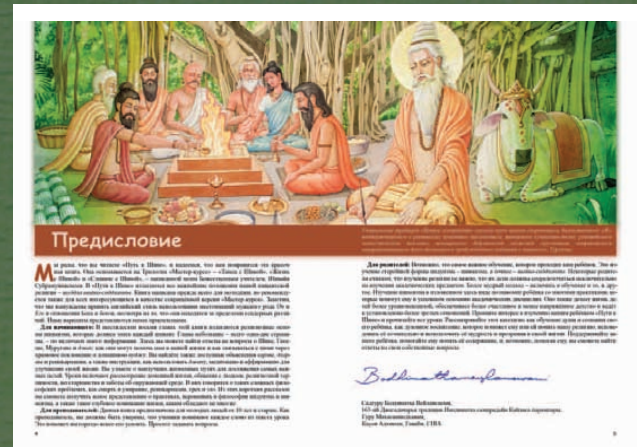
Почтение к коровам

Употребление говядины строго запрещено индуистам, даже придерживающимся невегетарианской диеты. Однако молоко и некоторые молочные продукты считаются саттвическими и часто рекомендуются. При этом коровы не должны страдать, давая нам пищу, их следует почитать. Почтение к коровам является показателем сострадания ко всем живым существам и поддерживает вегетарианство. Согласно Махатме Ганди, защищая корову, мы защищаем всех существ, которые беспомощны и слабы в этом мире.

За пределами природных качеств

Выбираем ли мы путь бхакти или путь медитации, чтобы соединиться с Богом, мы должны помнить, что Бог превосходит Собой три природных качества (*гуны*) и находится за пределами *саттвы*. Соответственно, поддержание саттвического образа жизни не является конечной целью человеческой жизни; главная цель жизни – осознать Бога. Вот почему мы приходим к йоге – она приближает нас к Богу. Как только мы достигаем Бога, мы автоматически выходим за пределы трёх природных *гун*.

Мукул Шри Гоэль – американский писатель и блогер, пишущий на духовные темы, в настоящее время живёт в Индии. Обучен индийской классической музыке, получил докторскую степень в области химической и биомолекулярной инженерии в Пенсильванском университете. Более подробную информацию смотрите на mukulshrigoel.com.



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

Путь к Шиве

Катехизис для начинающих

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

Теперь и на русском языке

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

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

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

АЧАРЬЯ

КУРС ПОДГОТОВКИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ХАТХА ЙОГИ

240 часов теории и практики:

- Анатомия и Физиология Йоги
- Биомеханика на практике
- Отстройкаи 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.su>
Справки по тел.: +7 (926) 11 85 108

Этно-магазин и Йога центр ПРОСВЕТЛЕНИЕ

- Одежда из индии и Непала
- Ароматерапия Благовония
- Аюрведические препараты
- Натуральная косметика

- Коврики и товары для йоги
- Эзотерическая литература
- Товары Фэн-Шуй
- Украшения из камней и серебра

www.yogacenter.ru

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

Онлайн заказ на INDIASHOP.RU

Изучение санскрита при Посольстве Индии

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

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

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

АШТАНГА-ЙОГА с Анастасией Вахро-меевой

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

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

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

8 (916) 889 1630

-10 %

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

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




ШОП108
магазин скорой духовной помощи

www.shop108.ru

Подписка 2021



Индуизм сегодня
Онлайн подписка: у Издателя
www.hinduism.today/podpiska



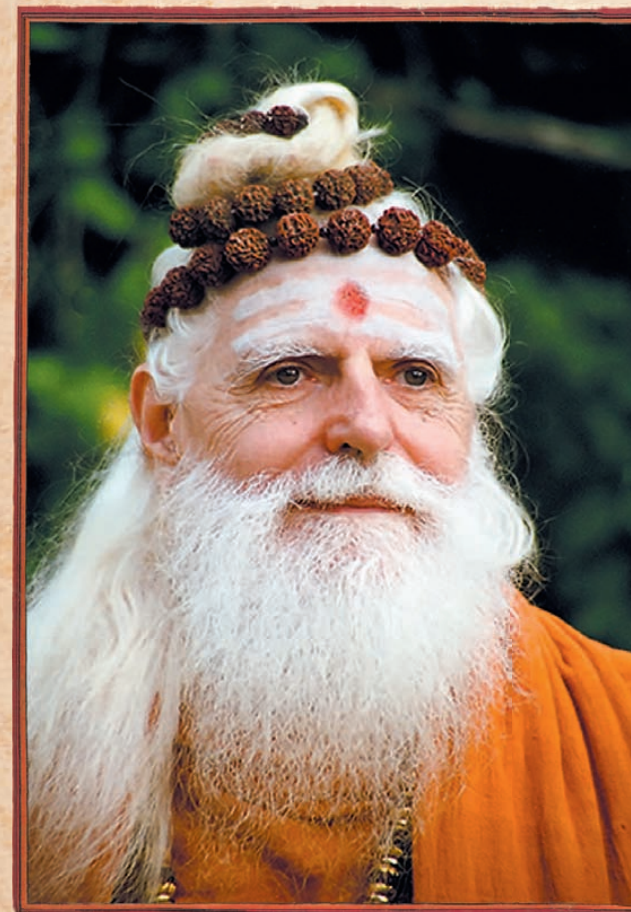
(С) Тур сезона 2021
Каникулы в НЕПАЛЕ...

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

С. Ш. Субрамуниясвами

ТАНЕЦ С ШИВОЙ

Современный катехизис индуизма



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

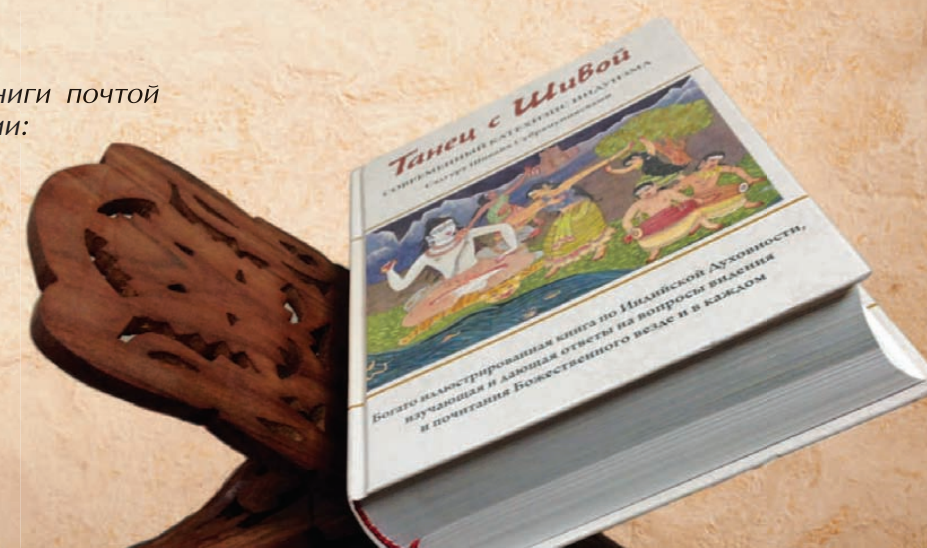
Книга – сокровище, книга – дар каждому человеку, находящемуся в духовном поиске. В ней представлено все богатство знания Индии – философия, религия, священные писания, медитация, йога – и даются ответы на насущные вопросы видения и почитания Божественного везде и в каждом.

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

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

Издательство «Индуизм сегодня»

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



СОВРЕМЕННОСТЬ И ДХАРМА

МУЗЫКА

Классическое и религиозное пение с использованием ИИ



Электронная музыка существует гораздо дольше, чем вы думаете. Электрический телармониум XIX века мог точно воспроизводить звуки целого оркестра. У него, конечно, были определённые недостатки, такие как вес 210 тонн и потребляемая мощность в 671 кВт. К счастью, с тех пор мы прошли долгий путь, и двухсотграммовый *iPhone* в вашем кармане, который потребляет 4 киловатт-часа в год, поддерживает приложения с удивительными возможностями даже, когда дело доходит до классической индийской музыки. В этой статье мы обсудим два приложения: первое – *iTablaPro*, которое обеспечивает относительно простое музыкальное сопровождение; и второе, весьма искушённое, – *NaadSadhana*, предназначенное для обучения певцов и записи своего исполнения под полноценный ансамблевый аккомпанемент. В то время как существуют приложения - аналоги *iTablaPro* для *Android*, для *NaadSadhana*, чтобы раскрыть его замечательные акустические способности, требуются программные возможности *iPhone*.

iTablaPro: для всех и каждого

iTablaPro – одно из самых широко используемых приложений в мире индийской классической музыки. Оно генерирует звуки одной или двух танпур, традиционного сюрпети или ящика шрути, барабанов табла, манджир (цимбал) и свармандалы (сродни цитре или автоарфе), и у него есть полный диапазон тонов, подходящих как для мужчин, так и для женщин.

Особенно хорошо смоделирован режим таблы, он способен воспроизводить до

42 различных ритмов, таких как *тинтал* (16 ударов) и *ектал* (12 ударов). Исполнители религиозной музыки смогут особенно насладиться пением с настройкой «бхаджани», доступной в режиме таблы и цимбал для восьмизвучного цикла.

Приложение предлагает более сотни популярных *rag*. После выбора высоты тона и определённой *ragi*, оно автоматически настраивает две танпур с соответствующими нотами, а также рекомендуемый цикл тала. Любая настройка может быть изменена в соответствии с предпочтениями пользователя и сохранена в «Избранное». Приложение стоит 24,99 доллара США, функция записи оплачивается дополнительно. Есть также бесплатные приложения с меньшей функциональностью, такие как *iSruthi -Tampura Sruthi Box*.

NaadSadhana: следующий уровень

Разработанная первоначально в качестве учебного пособия Сандипом Ранадом из Пуны (Индия), *NaadSadhana* позволяет записывать своё исполнение классической Хиндустани или религиозной музыки с полным инструментальным сопровождением, генерируемым в режиме реального времени с использованием искусственного интеллекта (ИИ).

Первоочередной задачей для начинающих изучать музыку является извлечение правильного тона для каждой ноты. В старых *гурукулах* ученики ежедневно проводили часы со своими учителями, получая наставления и исправления; сегодня они могли бы проводить час в неделю с учителем, а остальное время заниматься самостоятельно и практиковаться, вероятно, уже не по тональности.

www.hinduismtoday.com

Ваш ансамбль в мобильном телефоне: (слева направо) настройки *iTablaPro* для его шести доступных инструментов; большой зелёный круг в *NaadSadhana* показывает, что тон взят верно; красный круг означает непопадание в тон, настройки тала показаны в нижней половине экрана.

NaadSadhana, что можно перевести как «дисциплина достижения правильного тона», использует сложный ИИ, чтобы *iPhone* анализировал ваш тон в режиме реального времени. Зелёный круг (см. скриншот слева) означает, что вы находитесь на правильном пути; красный круг, что вы далеко от цели. Цвет меняется по мере того, как вы поёте, указывая на повышение или понижение.

С помощью вкладки «Perform» (Исполнить) в нижней части экрана вы можете выбрать высоту голоса, желаемую *ragu*, *tala* и темп, а также включить запись. Вкладка «Mix» (Микшер) позволяет опытным пользователям настраивать инструменты аккомпанемента. В настройках можно поменять тон и темп для танпур, режимы аккомпанемента для таблы («спокойный», «живой» и «динамичный»), а также параметры реверберации и эквализации голоса. На вкладке «Piano» (Фортепьяно) представлен набор клавишных инструментов, предназначенных для воспроизведения нот выбранной *ragi*. Это прекрасный инструмент для изучения новой *ragi*. Вкладка «Studio» (Студия) содержит ваши записи и позволяет настраивать отдельные инструменты после записи.

ИИ приложения прекрасно справляется с созданием полноценного аккомпанемента для сольных вокалистов независимо от уровня мастерства. Хотя приложение изначально создавалось для *rag* и *tala* Хиндустани, его, безусловно, можно использовать для исполнения религиозной музыки. Танпура играет всегда, в то время как аккорды свармандалы и фортепиано возникают в разное время интуитивно. Табла и цимбалы играют в заданном темпе и задают ритмические вариации, которые кажутся более естественными, чем зацикленное звучание в *iTablaPro* и подобных программах.

Еще одна интересная функция – отслеживание лица: используя фронтальную камеру и определённые выражения лица, пользователь может запускать и останавливать ритм без помощи рук. Например, откройте глаза, и табла начнёт играть.

В целом, *NaadSadhana* – отличный инструмент для вокальной практики и сольного исполнения. Плата за ежегодную подписку составляет 35 долларов США, она может быть бесплатно отменена в течение первого месяца.

Акс и Лакшми из проекта eclipse-nirvana.com