

Последовательность проведения утренней практики (полный вариант)

1. Перед практикой выполняется ачамана.
2. Звучит раковина.
3. Выполняется Гуру-йога с Ом.
4. Первый поклон (выполняется под звук колокольчика) из практики пяти поклонов – поклон Коренному Гуру.
5. Поется Приветствие Ганеше:
**ВАКРАТУНДА МАХАКАЙЯ
КОТИСУРЙАСАМАПРАБХА
НИРВИГХНАМ КУРУ МЕ ДЕВА
САРВАКАРЙЕШУ САРВАДА**
*О, Изгибающий хобот, Огромнотелый, превосходящий своим сиянием свет миллионов Солнц!
Устрани препятствия, о Бог, в моих начинаниях!*
ОМ ГАМ ГАНАПАТАЙЕ НАМАХА повторяется 3 раза
**ГАНЕШАМ ПРАТМАДИШЯМ
НИРГУНАМ САГУНАМ ШИВАМ
ЙОГИНО ПРЕТАМЯНТИ
ГОУРИНАНДАН БХАДЖЕТА**
6. Поются четыре мантры, очищающие пространство
(Гаятри, Трайямбакам, Асатома, Гуру мантра)
7. Поется открывающая молитва.

ПРАРТХАНА

**ОМ СВАРУПАЯ НАМАХА
ОМ ШРИ САТГУРАВЕ НАМАХА
ОМ ДРАМ ДАТТАТРЕЙЯЯ НАМАХА
ОМКАРАМ БИНДУ САМБЮКТАМ
НИТЪЯМ ДХЪЯЯНТИ ЙОГИНАХА
КАМАДАМ МОКША ДАМ ЧАЙВА
ОМКАРАЯ НАМО НАМАХА
ГУРУР БРАХМА, ГУРУР ВИШНУ
ГУРУР ДЕВО МАХЕШВАРА
ГУРУР САКШАТ ПАРАБРАХМА
ТАС МАЙ ШРИ ГУРАВЕ НАМАХА**

8. Поется Шри Даттатрейя стотра, в это время пуджари выполняет на алтаре подношение пяти элементов.

ШРИ ДАТТАТРЕЙЯ СТОТРАМ

1. Джатадхарам пандурангам
Шулахастхам кр упанидхим
Сарварога харам девам
Даттатрейям ахам бхадже
2. Джагат утпатхи картре че
Стхити самхара хетаве
Бхава паша вимуктае
Даттатрейя намостуте
3. Джара джанма винашае
Деха шуддхи карая че
Дигамбара дая мурте
Даттатрейя намостуте
4. Карпура кантхи дехайе
Брахма мурти дарая че
Веда шаstra паригнае
Даттатрейя намостуте
5. Хрисва диргха криша стхуле
Нама готра виварджите
Панча бхутейка диптхае
Даттатрейя намостуте
6. Яджна бхоктре ча яджнае
Яджна рупа дарая че
Яджна прийя сиддхае
Даттатрейя намостуте
7. Адху брахма мадхье вишнуху
Анте дева сада шиваха
Мурти трайя сварупае
Даттатрейя намостуте
8. Бхогалайя бхогайе
Йога йогйя дхарине
Джитендрия джитеджняе
Даттатрейя намостуте
9. Браhma джняна майи мудра
Вастрe ча акаша бхутале
Праджняна гана бходайе
Даттатрейя намостуте
10. Сатья рупа садачаре
Сатья дхарма параяне
Сатьяшрая парокшае
Даттатрейя намостуте
11. Шула хаста гада пане
Вана маля сукандхаре
Яджня сутра дара брахман
Даттатрейя намостуте
12. Датта видхьядья лакшмиче
Датта сватма сварупине
Гуна ниргуна рупае
Даттатрейя намостуте
13. Шатру наша карам стотрам
Джняна виджняна даякам
Сарва папам шамам яти
Даттатрейя намостуте

Второй поклон (выполняется под звук колокольчика) из практики пяти поклонов – поклон Истинной Дхарме.

9. Поется молитва-почитание Даттатрейи в аспекте «одетого в стороны света» - (дигамбары)

ДИГАМБАРА ДИГАМБАРА

ШРИ ПАДАВАЛЛАБХА ДИГАМБАРА

*одетому в небесное пространство
святому шри Падаваллабхе поклон*

Третий поклон (выполняется под звук колокольчика) из практики пяти поклонов – поклон Святой Сангхе.

10. Поется семенная мантра Даттатрейи, 7 раз.

ОМ ДРАМ ДАТТАТРЕЙЯ НАМАХА

11. Поется гаятри мантра Даттатрейи, 3 раза.

ОМ ДАТТАТРЕЙЯ ВИДМАХЕ

АТРИПУТРАЯ ДХИМАХИ

ТАННО ДАТТА ПРАЧОДАЯТ

12. Поется бхаджан Даттатрейи или Шиве

13. Поется молитва к Парамгуру Брахмананде.

ПРАБХАКАРАМ ШАНКАРА ЛОЧНАМ

ПРАБХАНКУРАМ ШАКТИ ВИШЕША ДАЙЯКАМ

ПРАБХАКАРА ШРИ ШИВА СИДДХА ЙОГИНАМ

СМАРААМИ НИТЪЯМ МАНАСА НАМАМЪЯХАМ

ОМ НАМО НАМАХ ШИВАЙЯ ОМ ШИВА ПРАБХАКАРАЙЯ – 3 раза

14. Звучит восхваление:

Шри Авадхута Даттатрейя ки – джей

Шри сидха йоги Свами Брахмананда авадхута ки – джей

Шри Гуру Свами Вишнудевананда Гири джи ки – джей

Сатъя Санатана Дхарма ки – джей

Лайя йога гуру парампара ки – джей

Сахаджа Дхарма ки – джей

Арья сангха ки – джей

15. Звучит раковина.

16. Четвертый поклон (выполняется под звук колокольчика) из практики пяти поклонов – поклон Самайе.

17. Звучит текст сутры.

18. Выполняется Гуру-йога с Ом.

19. Пятый поклон (выполняется под звук колокольчика) из практики пяти поклонов – поклон Единой Самайе созерцания.

20. Звучит раковина.

21. Выполняется полное простираие в сторону алтаря.