

Йогавишья Минанатха (Изложение йоги Минанатхом)

Я преклоняюсь перед стопами *гуру*, сына *гуру* и его других родственников, а также перед его главной *шакти* и другими по порядку. [1]

Я преклоняюсь перед тем *гуру*, который сравним с наивысшей реальностью; странствуя, он скитается по миру, в то же время внутренне оставаясь в полном покое и неподвижным, поскольку он уже обрёл совершенное знание. [2]

Те, кто рождены в благой семье Кулы, достигают успеха в этом, обладая качествами благого поведения и постоянной преданности всевышнему существу по имени Адинатха! [3]

Это сказано Акулой Минанатхом, пребывающим в полноте блаженства: ученик, преданный своему *гуру* – это мудрый человек. [4]

Милостью я, Минанатх, осознал высшую реальность. Затем Минанатх поведал всё это настоящему ученику. [5]

Когда нет различия между *гуру* и учеником, тогда *гуру* и ученик достигают одинакового совершенства. [6]

Я, Минанатх, сын Умы и Шанкары, Господа святых, провозглашаю высшую реальность, откровение Кулакулы. [7]

Шесть благостных *каула-чакр* – *адхара*, *свадхиштхана*, *манипура*, *вишуддха*, и *аджня*. [8]

Адхара – около ануса, *свадхиштхана* – около гениталий, *манипура* находится в пупке, а в сердце – *анахата*. [9]

Вишуддха находится в области горла, а *аджня-чакра* находится между бровями. Пронизыванием *чакр* наивысшая безупречная *чакра* достигается. [10]

Ида движется слева, а *пингала* – справа. В центре между *идой* и *пингалой* – *сушумна*, которая имеет природу блаженства. [11]

В базовой [*чакре*] – 4 лепестка, в находящейся в области гениталий – 6, в пупочной – 10, в сердечной – 12, в находящейся у основания нёба – 16, а в находящейся на лбу – 2 лепестка. В диске в центре между бровями [находятся санскритские буквы] *Да*, *Пха*, *Ка*, *Тха* все вместе. В области горла – гласные. *Хам Кшам*, я преклоняюсь перед той сущностью букв, соединённой с *таттвами*, которые находятся во всех лотосах! [12]

Прана, *апана*, *самана*, *удана* и *вяна* вместе с [пятью] силами действия составляют совокупность *крийя-шакти*. [13]

Нага, *курма*, *крикара*, *девадатта* и *дхананджая* и пять средств постижения составляют совокупность *джняна-шакти*. [14]

В центре – *агни-шакти* (огненная сила). В пупочной *чакре* находится солнце. Выполнив *бандхамудру*, все собираются в прекрасном глазе между бровями. [15]

Буква "а" находится в области огня, "у" – в сердце, "м" – в центре между бровями, и это – та *мантра* (Ом), которую необходимо осознать. [16]

Узел Брахмы находится в самом низком месте, узел Вишну – в сердце, а узел Рудры – в центре между бровями. Эти три освобождают. [17]

Сказано, что буква "а" – это Брахма, "у" – Вишну, "м" – Шива. Несомненно [, что этот "Ом"] – владыка запредельного покоя, наивысший. [18]

Выполнив "закрытие горла" (*кхечари-мудру*), следует стяжать нектар, который находится в 16[-лепестковой *чакре*] выше. [19]

Трикута, *трихатха*, *голхатха*, *шикхара*, *тришикха*, *ваджра*, *Ом-кара*, *урдхванакхам* и *бхрувормукхам* [находятся вверху]. [20]

Следует перекрыть солнце, или объединиться с *трихатхой*. В обоих случаях достигается сфера луны. [21]

Пранава, *гуданала*, *налини*, *сарпини*, *ванкавали*, *кшая*, *саури* и *кундали* – таковы восемь витков *кундалини*. [22]

Следует разбудить *кундалини*, пронизать [*чакры*] и довести жизненное дыхание до сферы луны. Это вызывает переплетение *ваджр* и закрывает девять дверей [тела]. [23]

Такой [йог] станет могущественным, приятным на вид, свободным от [влияния] *гун*, святым. Когда звучание *нады* (изначального звука) достигает местопребывания Брахмы, тогда Шанкхینی изливает нектар. [24]

Необходимо зажечь лампу знания, которая выведет [йога] из сферы шести *чакр*. Омывая тело нектаром, следует поклоняться божественности. [25]

Преданный должен совершать омовение Господа – имеющего форму сознания – нектаром луны, должен предлагать Ему умственные цветы и поклоняться всевышнему Шиве. [26]

Введённое [ранее] в заблуждение "я", которое делало невозможным переживание блаженства, теперь становится телом знания, цельным, формой, которая распространяется повсюду и является безупречной. [27]

Хамса, *Хамса* – это *мантра*, от которой зависят тела живых существ. На неё медитируют как на всеобщую форму жизненного дыхания в узлах. [28]

Слово *Хамса* произносится ежедневно 21600 раз – так каждый постоянно медитирует на *Со-хам*. [29]

В передней части находится пахтающий *лингам*, в задней – Шанкхینی. В центре между бровями – *лингам* света, сама сущность Шивы, красная и белая. [30]

Ваджра-данда находится в центре всех. Это запредельное место является одновременно и прохладным, и горячим, заполненным *медой* (жиром) и *маджджой* (костным мозгом). [31]

Нектар течёт из местопребывания Абсолюта и увлажняет три мира. [32]

Посредством этого человек освобождается от всех болезней и *кармы* и 18 [видов болезней], вызываемых избытком *ваты* и *питты* – так сказано Минанатхом. [33]