

1. Что такое ашрам?

Ашрам – пространство божественной мистерии, рождающее мудрецов.

Ашрамы очень важны для духовной жизни в Санатана Дхарме, как в ведической, так и тантрической традиции. Ашрам – это место, где живут, служат Дхарме и ведут практику садху-свами, санньяси, брахмачари.

Сюда приходят верующие домохозяева, миряне-грихастхи за духовной поддержкой. Рядом с ашрамом любят селиться ванапрастхи – удалившиеся от мирских дел домохозяева, решившие посвятить себя духовному поиску Бога.

Ашрам буквально означает «дом Гуру», это место, где останавливается или живет Гуру – духовный учитель или его опытный ученик, монах-свами или брахмачари, карма-санньяси, и где идет обучение учеников на сатсангах, даются даршаны (благословения), дикши – инициации.

В ашрамах проводятся философские диспуты, изучаются и толкуются священные писания. в ашрамах каждый вносит свою посильную лепту в служение Дхарме (севу).

Ашрам – это место, где установлен алтарь, божества линии, ее реликвии и где регулярно проводятся мистерии, божественные теургии, призывающие благословения божеств и святых.

В ашрамах вам предложат прасад – особую освященную на алтаре и предложенную божествам еду, очищающую ум и дух. Радостный и чистый звук колокольчика, зовущий на утреннее почитание божеств – арати или на вечернюю медитацию – постоянный звук, который вы можете слышать в ашраме.

Ашрам – это центр всей духовной жизни ведической или тантрической общины, где проводятся практики в особые дни, ритриты. в ашрамах проводятся занятия йогой, медитацией для духовных искателей.

1

Ашрам – это и духовная школа, и место тапаса для садху, место собраний садху и сангхи, и центр служения Дхарме, и место, где проводятся сакральные таинства, богослужения.

Ашрам – это место, где накапливается чистая и приятная духовная энергия, «заряжающая» духовных искателей. Это место, где хранятся тайные учения древних святых и передаются от учителя к ученику секреты внутренней алхимии.

В ашрамах живут постоянно отрeksiиeся от мира садху-санньяси и те, кто в будущем стремится стать санньяси-брахмачари. в ашрамы тянутся духовные искатели-миряне, туда приезжают пожить искатели – брахмачари, карма-санньяси (принявшие путь отречения в миру). Иногда ашрамы посещают духовные искатели-садху или даже святые, учителя других ашрамов, традиций и школ, и тогда после традиционного ритуала радушной встречи гостей, подношения гирлянд, угощения ведется неторопливая беседа о духовной жизни, о философии, о святых, судьбах мира и человечества. Иногда ашрамы посещают в тонком теле известные святые мудрецы, жившие в прошлые эпохи, или даже боги, чтобы наставить через тонкое тело или дать даршан, свое благословение.

В ашраме душа искателя-ученика проходит очень важные уроки в духовной жизни чистоты, веры, преданности, карма-йоги, философии, концентрации, медитации, служения на благо Дхармы и человечества, отрешения от желаний эго, усмирения ума.

Все живущие в ашрамах придерживаются особых правил яма-ньяма с учетом различия в статусах и взятых обязательств (врата) – кто-то всю жизнь, а кто-то только на время проживания в ашраме.

Ашрам в чистом видении – это мандала божественных энергий, «санвита-девата-чакра», из которой рождаются и воспитываются будущие просветленные мудрецы. Ашрам – это

2

«видья» – проявленное тело вашего избранного божества, святых парампары и сампрадаи (древа Прибежища), и коренного Гуру – мула-гуру-ачарьи.

Все садху, живущие в ашраме, делающие севу – это служители Божественной воли, той воли, которая просветляет и освобождает от неведения и страданий заблудившиеся в сансаре души.

Ведь ашрам – это сама воплощенная Ануграха – Божественная милость, дарующая свободу душе и принявшая форму места, где собирается сангха, где живут и служат Дхарме и своему Гуру садху. Тот, кто идет по духовному пути, пусть всегда опирается на ашрам, почитает его как проявленное тело избранного божества, и ашрам его благословит.

Те, кто стремится к пробуждению, освобождению от оков и морока, колдовства майи – создавайте ашрамы, поддерживайте ашрамы, служите в ашрамах Божественным энергиям, живите и практикуйте в ашрамах хотя бы некоторое время, и вы увидите благотворные плоды такой жизни.

2. Зачем нужен ашрам?

Ашрам – обитель Мудрых

Это место любят все садху, здесь следуют Рите –

извечной, божественной Дхарме. Здесь – тишина, покой, безмятежность,

любовь, красота, сила духа,
что заповедали древние риши.

Здесь гостей и путников редких радость, вера и мудрость

заполняют волнами,
а также величие Бога,

счастье, любовь, чистота.

Здесь, в зеленой тиши и глуши
обитают в гармонии подвижники духа –

санньяси, брахмачари, миряне-грихастхи и карма-санньяси.

Здесь всем открываются тайные игры – лилы богов, здесь теургий – небесных мистерий –

свершается таинство, здесь пламенно души стремятся к свободе

и познанию тайн Бытия,
ищут здесь йоги дорогу к самадхи и мудрость Брахмана.

Здесь возносят молитвы за судьбы народов и мира, здесь любят в почтении
встречать Солнца восход,

просыпаясь пораньше,
здесь по утрам возносят молитвы и гимны,

здесь йога, мантра, мудра, тантра и янтра – в каждом слове, танце и звуке.

4

Здесь баджанов звук часто вечером душу чарует, здесь даже стены
медитацией дышат,

здесь миряне преображаются в садху,
здесь карма и клеши плавятся в мудрость,

здесь обитают искатели – люди, а иногда приходят и боги,

здесь каждому рады и накормят священным нектаром – прасадом.

Здесь критики нет, пустословья, гордыни, вражды и амбиций,

здесь все просто живут,
наслаждаясь возвышенной роскошью духа,

здесь тайны учений святых постигают,
здесь вера, садхана, сева и тапас – обычное дело,

здесь почитаются боги, гуру, святые и садху, здесь каждый гость уважаем, как Индра.

Здесь всем правит Шива, а иногда – Даттатрея,

здесь Вишну и Лакшми –
весьма желанные волшебные гости,

потому что здесь – ашрам...

Свами Вишнудевананда Гири «Песни пробужденного»

Ашрам (санскр. āśrama) – обитель мудрецов и отшельников в древней Индии, которая обычно располагалась в отдалённой местности – в горах или в лесу.

В контексте современного индуизма термин «ашрам» часто используется для обозначения духовной или религиозной общины, куда человек приходит для медитации, молитвы, совершения ритуала и духовного обновления.

Основной целью ашрама, как правило, выступает духовное развитие его членов, которые занимаются изучением священных текстов, йогой, медитацией и повторением мантр.

5

Ашрамом в индуизме также называют религиозную организацию, основанную духовным авторитетом для распространения определённых идей и образа жизни, а также для привлечения адептов.

Религиозный лидер или мистик, возглавляющий ашрам, передаёт своим последователям духовное знание, которое он сам некогда получил от своего Гуру и успешно применил на практике.

Основными видами деятельности ашрама, как правило, является религиозно-просветительская, издательская и благотворительная деятельность.

Слово «ашрама» происходит от санскритского слова ашрая, которое означает «защита».

Традиционно ашрамы всегда располагались в изолированных и отдалённых местах – в лесах или в горах, среди естественного природного окружения, способствовавшего духовным практикам и медитации.

Обитатели ашрамов регулярно совершали духовные и физические упражнения, такие как различные формы йоги и медитации.

Ашрамы часто выступали местом проведения ведийских жертвоприношений и яджн, а также совершения разного рода аскез. Многие ашрамы служили как школы для детей – гурукулы.

Ашрамы всегда выступали как важный элемент в индуистских истории и богословии.

Большинство царей-индусов в Индии, вплоть до средневекового периода имели «придворного гуру», который давал наставления царской семье в духовных вопросах, или в кризисные времена, и которого называли раджа-гуру, что в буквальном переводе означает «царский учитель».

В древнеиндийских писаниях, а также в народных сказаниях часто описывается, как уставшие от мирских дел цари

6

уходили в ашрамы своих Гуру и получали там возможность уединиться и найти умиротворение.

Иногда, паломничество в ашрамы имело целью не обретение спокойствия, а получение наставлений в боевом искусстве.

В индуистском эпосе «Рамаяна» описывается история, в которой принцы царства Айодхьи Рама и Лакшмана посетили ашрам риши Вишвамитры с целью защитить проводимые им яджны от осквернения демонами-ракшасами, посланными Раваной.

В «Махабхарате» и «Бхагавата-пуране» описывается, как молодой Кришна уходит на какое-то время в ашрам мудреца Сандипани, от которого получает наставления не только в духовном знании, но и в различных искусствах и науках.

Иногда слово «ашрам» используется как синоним матха, хотя матхи как правило имеют более иерархическую структуру и более строгие правила, чем ашрамы, и принадлежат к древним орденам индуистских садху.

Основные задачи ашрама:

- проведение богослужений, занятий и медитаций по распорядку,
- духовное образование членов ашрама,
- предоставление возможности для садханы,
- миссионерство, проповедь учения, популяризация ведической дхармы и культуры,
- поддержка садху,
- поддержание и передача в будущее линии Учения.

3. Типы ашрамов

По статусам ашрамы делятся на:

- ашрамы для санньяси (монахов),
- ашрамы для брахмачари и карма-санньяси (то есть живущих и работающих в миру или имеющих семьи).

Ашрам санньяси

Это означает, что в ашраме для санньяси постоянно живут только санньяси, а также те, кто стремится ими стать (монашествующие брахмачари, кандидаты в брахмачари). в таких ашрамах действуют правила и обязательства для ашрамных санньяси сутры, тантры или ануттара-тантры, то есть три главных обета, пять основных обетов и т.д.

Мирские люди, семейные садху – грихастхи, мирские брахмачари, семейные карма-санньяси могут посещать такой ашрам и останавливаться в нем, но на непродолжительное время, на это время они принимают временные обязательства санньяси, т.е. становятся временными монахами. Все управление здесь осуществляется только монахами-санньяси.

Ашрам карма-санньяси

В этом ашраме могут проживать:

- холостые брахмачари, не имеющие посвящения в санньясу;
- семейные карма-санньяси;
- грихастхи, имеющие посвящения и взявшие начальные обеты (Махаврата).

В этом ашраме действуют правила жизни для карма-санньяси.

Им управляет карма-санньяси или брахмачари.

Семейные карма-санньяси, брахмачари, имеющие су- пругов, детей, как правило, живут рядом с ашрамом или на

8

его территории в отдельных домах, а в ашрам приходят на утренние, вечерние богослужения, севу и садхану.

Для поддержания жизни в ашраме постоянно живет кто-либо из брахмачари или карма-санньяси.

Семейные пары с детьми или бездетные живут отдель- но или в отдельно стоящих зданиях рядом с ашрамом, для того чтобы ашрамная жизнь и семейная не пересекались. Холостые брахмачари, карма-санньяси могут жить в самом ашраме.

Все управление в ашраме осуществляется карма-саннья- си или брахмачари, избранными или назанченными.

В отдельных случаях ашрамом карма-санньяси может руководить монах (санньяси) или монашествующий брах- мачари (послушник). в этом случае он живет на территории ашрама в отдельной комнате или отдельном здании, следуя своим принципам и духовно наставляя остальных жителей ашрама.

Кроме этого ашрамы также делятся на мужские, женские и смешанные. в случае смешанных ашрамов должны быть предусмотрены отдельные помещения для разных полов, до- статочные, чтобы не испытывать неудобств.

По величине и стоящим задачам условно ашрамы де- лятся на:

- малые (3-7 человек),
- средние (7-10 человек)
- большие (более 10-ти человек постоянно проживаю- щих).

По социальным задачам и миссиям ашрамы бывают:

- **«уединенный»**, куда можно попасть, только имея по- священие в духовной традиции, связь с его обитателями. Такие ашрамы не поддерживают никаких широких связей с обществом. Они как правило располагаются в уединенных местах, горах. Его обитатели не ведут какой-либо широкой

9

миссионерской работы, предпочитая жить погруженными в практику, севу внутри ашрама. Часто они соблюдают ма- уну – обет молчания и другие обеты – похожие на обеты отшельника. Такие ашрамы нигде не описывают свои внутреннюю жизнь и деятельность, чтобы ничто не могло побес- покоить их на пути садханы.

– **«уединенно-открытые»**, куда на некоторое время мо- гут приезжать подготовленные грихастхи, брахмачари, кар- ма-санньяси для служения, практики и обучения. Такие ашрамы являются открытыми для «своих», то есть членов своей общины, и закрытыми для остальных, кто не являют- ся последователями данной традиции. Они почти не ведут никакой внешней социальной деятельности, но могут зани- маться миссионерской работой.

– **«открытые»**, куда могут приезжать все желающие. Та- кие ашрамы ведут не только широкую миссионерскую рабо- ту, но социальную и культурную деятельности в обществе – проводят конгрессы, фестивали, межконфессиональные встречи и т.д.

Исходя из этих критериев ашрам можно определять, да- вая ему название, например: «смешанный ашрам для кар- ма-санньяси открытого типа» или «мужской ашрам для сан- ньяси уединенного-открытого типа» и т.д.

4. Основные элементы жизни ашрама:

Алтарь и богослужение

Когда здание построено в хорошем месте в соответствии с рекомендациями ваасту, его энергия будет напитывать и благословлять обитателей ашрама. После этого необходи- мо определить помещение под алтарную комнату и оборудо- вать алтарь. На алтаре размещаются: дерево Прибежища, Бха- гаван Даттатрейя, мурти Шивы, Ганеши, портрет Парамгуру, портрет коренного Гуру. Также размещается Лакшми, Вишну или Тримурти.

Когда алтарь установлен и размещен согласно сторонам света, он становится благословляющим местом – порталом, устанавливающим связь между миром человеческим и ми- ром божественным.

На алтаре должны стоять все необходимые принадлеж- ности для проведения практик призывания, поклонения, теургий и т.д. – чаши для подношений, сосуды для пяти эле- ментов, подставки для благовоний, колокольчик, раковина, подносы для реликвий и т.д.

Алтарь должен протираться чистым куском ткани, специ- ально предназначенным только для этого. Изображение бо- жеств должны

протираются чистым куском ткани, специально предназначенным только для этого.

Алтарные принадлежности протираются также специальным чистым куском ткани.

Все эти куски ткани хранятся в специальной коробочке или шкатулке и располагаются недалеко от алтаря.

Также в алтарном зале должно располагаться изображение восьми благоприятных знаков.

Небольшой алтарь состоит из главной алтарной стены (иконостаса) и алтарного стола (адхары), на котором размещаются подношения, алтарные принадлежности и мурти.

11

Богослужение

Богослужение проводится в ашраме дважды в день: утром и вечером. Утренняя практика включает в себя Даттатрейя-стотру, призывания благословений Парамгуру и сутру. Вечерняя включает в себя Ганеша-аарати, Лакшми-аарати, сатсанг или лекцию по Учению, Бхаджан-Мандалу (бхаджаны, по особому расписанию), Гуру-йогу (восхваление Древа Прибежища) и завершающую медитацию Четырех Бесконечных состояний Брахмы (Брахма-вихар).

Бхаджаны проводятся исходя из недельного расписания таким образом:

- понедельник – Шива,
- вторник – Даттатрейя,
- среда – Вишну,
- четверг – Вишну, Даттатрейя, Гуру-таттва,
- пятница – Шакти.

Более конкретное расписание утверждается Советом мо-

нашеской общины и принимается Махантом и Управляю-

щим как обязательное к ежедневной практике.

Приложение

Почитание ведических богов по дням недели

В индуизме каждый из дней недели посвящен какому-либо богу ведического пантеона (а иногда и нескольким), и самые ярые почитатели соблюдают так

называемый «врат» – пост, совмещенный с духовными практиками и религиозными ритуалами.

Опыт веков показывает, что соблюдение постов в определенные дни, несколько недель подряд, может кардинально изменить жизнь людей к лучшему.

Понедельник: Сомаврат.

Почитаются Шива и Парвати.

Понедельник – день почитания Шивы и его супруги Парвати. Преданные посещают храмы Шивы в этот день, прово-

12

дят пуджи и/или соблюдают пост, который длится с восхода солнца до заката. Разрешается один прием легкой пищи после заката. Предпочтительный цвет одежды в этот день – белый, молочный или кремовый.

Считается, что соблюдение поста по понедельникам дает человеку пронцательность, мудрость и исполнение желаний. Незамужние женщины соблюдают этот пост для того, чтобы найти себе хорошего мужа.

Также пост в этот день позволит сгладить негативные проявления Луны в натальной карте.

Вторник: Мангалврат.

Почитается Хануман.

Во вторник почитается бог Мангал (Марс) и бог обезьян Хануман. Цвет предпочитаемой одежды в этот день красный или оранжево-красный (цвет Ханумана). в некоторых регионах Индии в этот день также почитают бога войны и сына Шивы – Муругана, он же Сканда, он же Картикея. Однако большинство индуистов делают подношения красно-оранжевых цветов именно Хануману.

Считается, что эти божества постоянно создают проблемы и ненужные хлопоты людям, и потому к тем, кто постится по вторникам и совершает подношения, они проявляют милость и помогают преодолеть препятствия в жизни. Те пары, которые хотят родить сына, должны также соблюдать пост в этот день (21 вторник подряд).

Среда: Будхвар врат.

Почитается Меркурий.

В среду принято почитать господу Кришну и/или планету Буддху (Меркурий). Также в некоторых штатах Индии в этот день принято поклоняться божеству Виталу, который является одной из инкарнаций господу Кришны.

Но больше всего среда ассоциируется именно с Меркурием, и пост по средам позволяет достичь гармонии в семейной

13

жизни. Поэтому рекомендуется поститься одновременно обоим супругам.

Обычно в этот день разрешается один прием пищи во второй половине дня, и это должно быть легкое вегетарианское блюдо.

Одежда зеленых цветов предпочтительна.

Четверг: Брихаспативар врат.

Почитается Брихаспати (Гуру, Юпитер).

Четверг посвящен господу Вишну и божеству Брихаспати (Гуру, Юпитер).

Гармоничные цвета – желтый и оранжевый. в этот день разрешается один легкий прием пищи желательно желтого цвета (дал, бананы, персики и др.)

Благоприятно пожертвование/дарение желтых и оранжевых одежд нуждающимся.

В этот день особо благоприятно посещение храмов, проведение пудж и других религиозных церемоний. Считается, что все это позволит достичь человеку материального благосостояния и счастливой жизни.

Пятница: Шукравар врат.

Почитается Шакти.

В пятницу почитают женскую космическую энергию созидания Шакти (и ее проявления) и божество Венеру (Шукра). Пост длится от восхода до заката солнца. Разрешается один прием легкой пищи после заката. Следует употреблять

пищу белого цвета.

В этот день следует облачаться в красивые белые одеж-

ды, посещать храмы и проводить пуджы для богинь Дурги, Кали, Лакшми и др.

Также пост и пуджы для Венеры (Шукры) в этот день по-могают привлечь богатство, роскошь, комфорт и прочие наслаждения в свою жизнь, поскольку именно Венера отвечает за все материальные блага и радость.

14

Суббота: Шанивар врат.

Почитается Сатурн (Шани).

Суббота – день Сатурна. Это божество наводит ужас на многих индуистов, поскольку считается самым суровым из всего пантеона. Считается, что именно Сатурн посылает человеку препятствия на его пути, погружает в нищету и страдания. Именно Сатурн отвечает за карму человека. Но он также в высшей степени справедлив и не станет наказывать порядочных людей и своих преданных.

По субботам крайне благоприятно поститься тем, кто находится в транзите Саде-Сати, у кого идет планетарный период пораженного Сатурна или у кого эта планета негативна в натальной карте.

Черный и синий – цвета Сатурна, поэтому ношение и пожертвование черных и синих одежд в этот день благоприятно. Пост соблюдают от рассвета до заката, после захода солнца можно скушать чего-нибудь легкого вегетарианского.

Почитатели Сатурна также обязательно совершают пуджу/поклонение Сатурну и посещают храм Шани или Ханумана.

Воскресенье: Равивар врат.

Почитается Сурья.

Воскресенье – день Солнца. Пост в этот день соблюдается для успешного начала различных важных мероприятий, реализации желаний, а также для устранения проблем, связанных с состоянием кожи.

Цвет дня – красный, темно-красный.

Пост соблюдается весь день, в течение дня допускается один легкий прием пищи.

В этот день принято подносить Солнцу воду и красные цветы. Особое внимание в этот день следует уделить чистоте жилища.

15

С астрологической точки зрения в это день стоит поститься тем, у кого Солнце ослаблено в гороскопе, т.е. тем, кому не хватает уверенности в себе и поддержки собствен- но отца.

Распорядок

Ежедневный, еженедельный, ежемесячный и ежегодный распорядки составляются монастырским Советом, утвер- ждаются Гуру и передаются махантом во все ашрамы Все- мирной Общины для поддержания.

Примерный стандарт ежедневного распорядка включает в себя:

- подъем в 6.00 (побудка колокольчиком), – утренняя практика,
- утренняя сутра,
- завтрак,

- служение,
- обед,
- медитация Махашанти,
- Бхаджан-Мандала,
- ужин (по желанию),
- отход ко сну (шавасана).

На основании стандарта монастырского совета Махант

составляет расписания для конкретного ашрама, детализи- рую основные элементы распорядка.

Еженедельный распорядок включает в себя Махапуджу по четвергам, день изучения Учения по воскресеньям, собра- ние управления ашрама по субботам.

Ежемесячный распорядок включает в себя:

- собрание по Винае (21-го числа);
- ритриты – монахи со 2-го по 7-е число, послушники

с 17-го по 20-е число, брахмачари с 25-го по 28-е число.

Ежегодный распорядок включает в себя:

- самскара-шуддхи (один раз в три месяца);
- ежегодные ритриты: монахи – 1 месяц, послушники – 2

недели, брахмачари – 2 недели;

- отчетное собрание ашрама совместно со всей сангхой –

30-31-е декабря;

- празднование Сарасвати пуджи (васанта-панчами) –

конец января;

- празднование Шиваратри;
- празднование Холи;
- празднование Махалакшми джаянти – начало марта;
- празднование дня явления Гуру Брахмананды;
- празднование Гуру-пурнимы;
- празднование дня Сарасвати (начало учебного цикла),

день передачи учения – первое сентября;

- празднование Вьяса-пуджы (день рождения коренного

Гуру);

- празднование Дивали;
- празднование Датта-джаянти (день явления Датта-

трейи) – начало декабря;

- празднование дня риши Васиштхи;
- празднование дня Шри Шанкарачарьи;
- празднование дня Рамалинга Свами;
- философские диспуты – 1-3 дня;
- философская конференция – 1-5 дней.

Детализацию годового распорядка в начале каждого года

разрабатывает совет монашеской сангхи.

Распорядок 12-тилетнего цикла включает в себя палом-ничество на Кубхамелу

Прасад – освященная еда

1. Философия и метафизика прасада

Прасад, прасадам – происходит от санскритского prasāda – «божественная благодать, милость», «божественный дар» – это пища или любой другой объект, предложенный на алтаре ритуально как подношение божеству и раздаваемый после этого как символ нисхождения божественной благодати (ануграхи, шактипатхи) на тех, кто приобщается к этой мистерии.

Прасад – это пища, приготовленная с любовью к Богу, божествам и святым традиции и Прибежища (сампрадаи) из саттвичных продуктов и освященная на алтаре.

Прасад – это то, что сначала предложено Богу в форме Тримурти, Брахману, ишта-дэвате, а затем возвращается нам в виде благословения (ануграхи, шактипатхи).

В духовном смысле пища различается на приготовленную для себя (бхога) и приготовленную для Бога и святых (прасад). Важны ведь не только продукты, но и разные виды мо-

тиваций и санкальп (намерений), с которыми она готовится. Духовные люди, садху многих традиций всегда употребляют в пищу прасад, стараясь не есть неосвященную пищу, тем самым очищая свой ум и защищая себя от влияния мате-

риального омрачения и иллюзии сансары.

Обычно считается, что освященная пища – это пища, ко-

торую ритуально освятили где-то на алтаре, но алтарь часто воспринимается как нечто материальное, состоящее из дерева или камня.

Но истинный алтарь для садху пребывает внутри – это алтарь нашего ума, который состоит из желаний, мотивов и намерений, и настоящее освящение пищи происходит на алтаре ума, в сознании.

Садху, если позволяют условия, следует есть только прасад. Если таких условий нет, то садху пытается создать их.

В идеале, садху ест пищу, которая приготовлена другими садху, браhmачари, санньяси, карма-санньяси или принявшими обеты Дхармы мирянами – грихастхами, предложена Богу верными Дхарме, Гуру и Ишта-дэвате садху, раздаваясь руками садху.

За исключением случаев, когда это необходимо для поддержания гармонии в обществе, миссии проповеди и служения, следует избегать есть пищу, приготовленную не садху, теми, кто не следует Дхарме, поскольку любая пища содержит в себе вибрации, влияющие на ум, и это влияние должно быть духовным.

Отношение к прасаду как к обычной пище является формой неведения и неуважением, непониманием мистерии преобразования прасада в процессе его подношения.

Прасад преобразуется из обычной еды в прасад через таинство, мистирию, теургию его подношения и приготовления. Прасад – это подношение божествам, делаемое силой

мысли и ритуала.

Бог, святые всегда самодостаточны, пребывают в блажен-

стве и вечно удовлетворены.

Им ничего не нужно, они не питаются человеческой пи-

щей. Зачем же мы тогда делаем им подношения?

Наше подношение Богу, божествам, святым – это способ установления духовной, мистической связи с ними, выражения нашей любви к ним, преданности, веры и благодарности.

Это наш призыв к ним о благословениях.

2. Мистерия приготовления и преобразования прасада

Следует всегда готовить, раздавать и принимать прасад с подобающим пиететом, настроением, благоговением, уважением.

Если человек готовит еду в вере и преданности, в настроении божественного присутствия, брахма-бхаве, в глубоком единстве с Богом или с искренним желанием сделать подно-

19

шение, доставить Богу, Ишта-дэвате удовольствие, с пониманием, что эти продукты даны ему от Бога, Ишта-дэваты с любовью, как благословение, то такая еда становится прасадом даже без ритуала.

Настрой веры, чистоты и поклонения открывает «дева-вахини» – духовный канал ануграхи, нисхождения благословений божеств, и она освящается. Ее освящение на материальном алтаре уже является как бы формальностью, хотя ритуал тоже важен, так как состояние ума – вещь непостоянная и едим мы ежедневно. Богу и святым Прибежища нельзя предлагать ничего нечистого, поэтому важно стараться содержать кухню в чистоте.

3. Общие правила приготовления прасада.

Для приготовления прасада нельзя использовать: мясо, рыбу, яйца, лук, чеснок, грибы и другие тяжелые продукты. Несвежая и испорченная, забродившая пища также не подойдет.

Во время приготовления прасада должна соблюдаться внешняя и внутренняя чистота которая включает:

- чистый ум,
- чистая речь,
- чистые руки,
- чистая посуда,
- чистое место.

1. Прежде чем начать готовить, следует ополоснуть рот

и вымыть руки.

2. Во время приготовления пищу никогда не пробуют,

на нее не следует пристально смотреть, медитируя исключительно на то, как доставить удовольствие своим подношением Богу, святым Древа Прибежища.

Готовя пищу, традиционно мы не пробуем ее, потому что приготовление – это часть ритуала почитания, и мы готовим пищу не просто для себя, но для того, чтобы доставить

20

удовольствие Богу в форме Тримурти, который должен быть первым, кто попробует ее и насладится ею, поскольку он первый и главный вкушающий, и первый наслаждающийся.

3. Не следует готовить прасад в удрученном, смущенном, разгневанном, обиженном или напуганном состоянии, т.е. в раджасе или тамасе, в любом, кроме умиротворенного (саттвы).

Пища впитывает вибрации нашего ума.

4. Женщины во время «особых дней» не должны готовить прасад.

5. Желательно не пустословить во время приготовления прасада.

4. Ритуальные предметы, необходимые для освящения прасада.

1. Сам алтарь.

2. Новый поднос для предлагаемой пищи.

3. Новая посуда (тарелка глубокая, мелкая, чашка, ло-

жечка).

4. Специальные отдельные чистые куски ткани для мытья

этой посуды.

5. Колокольчик.

6. Столик для размещения подноса у алтаря (поднос ста-

вим не на алтарь, а на специальный столик рядом).

7. Подстилка для подноса и подстилка для сидения. 8. Тексты с молитвами.

5. Предложение приготовленной пищи Богу и божествам на алтаре.

Нужно помнить, что истинная цель всего этого ритуала прасада – выразить нашу преданность и благодарность Абсолюту, Богу в форме Тримурти и Ишта-дэваты, святых, поэтому старайтесь вложить в приготовление пищи всю вашу преданность и любовь к Нему, и ваше подношение будет принято.

21

Закончив приготовление еды, вы можете предлагать ее Богу в форме Тримурти – Брахмы, Вишну Шивы, в форме Даттатрейи, в форме Древа Прибежища или в форме трех Шакти – Сарасвати, Лакшми, Парвати.

1. Для освящения пищи должен быть специальный новый чистый поднос и посуда-тарелки, чашки и т.д., которые никем больше не используются, и не используются более ни для чего другого. Хранятся такой поднос и посуда отдельно, в чистом месте, не смешиваясь с другими предметами. Моются после еды, протираются они также специальными отдельными средствами, предназначенными только для них.

2. Когда еда готова, ее раскладывают на этом специальном подносе, по возможности красиво сервируют и подают не слишком горячую, украсив поднос цветами. Можно положить в эту особую посуду понемногу от каждого блюда. Самый простой способ предложения – это просто сказать: «Дорогой Господь Даттатрейя, святые, пожалуйста, примите эту пищу».

3. На подносе должен быть стакан чистой свежей воды.

4. Разные блюда кладем в разную посуду. Жидкие блюда следует наливать в глубокую посуду, твердые – раскладываются в мелкую, хлеб можно класть прямо на поднос. Соль, специи, приправы кладутся отдельно.

5. Этот специальный поднос с посудой ставится на алтарь.

6. После того, как поднос поставлен перед алтарем на специальный столик для прасада, надо сесть на коврик и, звеня в колокольчик, произнести трижды следующие мантры:

- «Гурур Брахма Гурур Вишну...», – шлоки из «Авадхута гиты»,
- Даттатрейя-стотра,
- Даттарейя-гаятри.

Предложив, нужно в течение нескольких минут повторять: Ом Драм... или гуру-мантру.

22

Затем, выждав 15 минут, прасад можно подавать на стол, т.е. раздавать.

6. Раздача прасада

Раздача прасада бывает обычная и массовая – во время праздников и фестивалей садху.

Раздавать прасад, особенно если раздача массовая, как на бандаре, должны садху, знакомые с правилами ведического этикета. Они должны быть саттвичны, чисты, умиротворены и удовлетворены.

Желательно, чтобы раздающие прасад приняли прасад до начала его раздачи другим садху и гостям. Во время раздачи прасада не следует шуметь.

Каждое блюдо следует класть в небольшом количестве, в небольшие чашечки, предлагая впоследствии добавку до полного удовлетворения вкушающих. Прасад традиционно раздается в следующем порядке:

- вода или напиток,
- чапати или хлеб,
- рис, чатни и дал,
- горькие блюда (такие как горькая дыня и т.д.), – шпинат и вяжущие блюда,
- жареные блюда, – овощи,
- кислые блюда, – сладости.

В первую очередь следует обслуживать старших садху. Грихастхи (домохозяева в своем доме) должны в первую очередь обслуживать пожилых людей и детей.

Нельзя касаться раздаточной ложкой тарелок вкушающих. Если это произошло, ложка считается оскверненной и ее следует заменить или вымыть.

Раздавать прасад желательно из специальной раздаточной посуды, а не из посуды, которая используется для

23

предложения на алтарь. Нельзя касаться прасада стопами, наступать или перешагивать через него. Нельзя позволять смотреть на прасад животным и тем более касаться его. Нельзя кормить животных там и тогда, где вкушают прасад, и из той же посуды.

7. Таинство вкушения прасада.

Прасад – это освящённая пища, предложенная Богу и всем святым Прибежища.

Вкушение – это мистерия приобщения к таинству Бога и святых. Простая еда алхимически чудесно преобразуется в очищающий нектар, благодаря нисхождению благословения божеств и святых – вот в чем суть прасада.

Спустя 15 минут после предложения, прасад может быть снят с алтаря и подан на стол.

Принятие прасада – это сакральная мистерия приобщения к Божественному. Прасад – это дар милости, благословения Бога, его ануграха, проявленная в пище.

Его принятие – это мистический акт, теургия нисхождения божественного света, мистерия.

С каждым кусочком прасада человек углубляется в божественном присутствии, чистом видении, едином вкусе, божественном величии, очищается, становится немного ближе к Богу, к Пробуждению.

Материальные иллюзии и желания, кармы, самскары и васаны человека, поглощенного подношением и вкушением прасада, понемногу тают, а изначальная связь с чистым измерением Абсолюта и святой Дхармой святых пробуждается в сердце того, кто вкушает освященную пищу.

В Кали-югу из сострадания и из своей спонтанной игры Брахман проявился как Брахма,

Шива, Вишну, Даттатрейя и воплотился в своих божественных формах, а по молитвам святых и садху он через мистерию освящения также принял форму прасада, чтобы очистить нас.

24

В «Бхагавад-гите» говорится, что не предлагая пищи Богу и святым, человек ест одну только карму, принимая же остатки предложенной Богу пищи, он освобождается от всех карм.

Если человек ест предложенный Древу Прибежища, избранному божееству прасад, он освобождается от кармы и восстанавливает свою память о

Божественном присутствии, Брахмане, Бхагаване Даттатрейе и святых своего Прибежища.

Такое постоянное памятование и есть смысл прасада, и само является благословением, нисходящей милостью – ануграхой.

Принимайте прасад внимательно, молча, радостно, в благоговении, в состоянии божественного присутствия и единства.

Прасад непосредственно со специального подноса, предложенного на алтаре, называется маха-прасадом или «великим благословением». На самом деле все едино, и нет никакой разницы между прасадом и маха-прасадом, тем не менее маха-прасад особенно уважается всеми садху, так как устанавливает персональную связь с Богом и божествами Прибежища благодаря мистерии преобразования на алтаре.

Прасад – это остатки пищи, ритуально предложенной Богу, избранному божеству, дереву Прибежища, если перевести буквально, это означает «милость Бога». Прасад – это Брахман, он неотличен от Брахмана, Шивы и Ишта-дэваты. Мы оказываем почитание ему в форме прасада, раздавая его и вкушая его.

8. Молитвы, читаемые перед вкушением прасада.

Перед принятием прасада садху произносят следующие молитвы:

1. Поется мантра Ом. Ом – самая великая из всех мантр, прямо указывающая на четыре стопы Брахмана (вишва, тайджас, праджня и турья) Брахмана.

25

Медитируя на Ом, мы устанавливаем непосредственную связь с Богом, Брахманом.

2. Молитва и подношение перед едой.

3. Читается мантра освящения пищи:

«Анна брахма, расо вишну, бхокта дева махешварах, Ом праная сваха,
Ом апаная сваха,
Ом вьяная сваха,
Ом уданая сваха,
Ом саманая сваха»

(Пища – это Брахма, вкус – это Вишну, наслаждающийся

едой – Махешвара. Ом, почтение пране, почтение апане, почтение вьяне, почтение удане, почтение самане).

4. Затем взять в правую ладонь несколько капель чистой воды, провести над едой круг смотрящей вверх ладонью с водой, искренне в преданности,

мысленно читая, предлагая мантру или молитву своему ишта-девате (Даттатрейе) как к изначальному Источнику и настраиваясь на его благословение. После этого вылить воду из ладони слева от себя.

9. Этика садху.

Общие правила, связанные с самим принятием прасада.

Вспомните о духовных свойствах прасада и помните, что он освобождает нас от воздействия кармы. Прасад – это бо- жественное благословение, ананда, поэтому им следует на- слаждаться.

Не отказывайтесь от прасада, если вам предлагают. Это не только еда, но и мистерия.

Если мы отказываемся есть предлагаемый нам прасад, объясняя свой отказ отсутствием аппетита, сытостью, за- нятостью – это является непониманием. Необязательно есть много. Почтить прасад можно и в очень небольшом количестве, символически. Главное – дух уважения и по- читания.

26

1. До и после еды следует сделать неполное омовение – вымыть руки и ополоснуть рот (иногда в Индии еще омыва- ют и стопы, если ходят босиком)

2. Для еды и питья в основном следует пользоваться пра- вой рукой (в особенности, если вы едите только руками – левая рука используется для омовения, для западных иска- телей это по желанию).левой рукой можно брать стаканы с напитками.

3. Прасад нельзя выбрасывать (если остался лишний пра- сад, то в крайнем случае остатки можно скормить животным или положить в реку, где их доедят рыбы).

4. Если вы сидите на земле, вкушая прасад, нельзя касать- ся прасада стопами, вытягивать ноги к тарелкам. с прасадом.

5. Не пейте холодного после еды.

6. Будьте внимательны: не следует переедать.

Согласно Аюрведе: «Одна четверть желудка должна быть

наполнена водой, половина пищей, а оставшаяся четверть – воздухом».

7. Во время вкушения прасада не следует обсуждать дела, лучше соблюдать мауну (молчание).

Во время больших праздников можно слушать бхаджа- ны. Иногда можно слушать священные писания: Шри Шан- карачарью, «Йога Васиштху», Упанишады, «Трипура Раха- сью» и т.д.

8. Следует быть «в настроении вкушения прасада», медитировать на то, что Бог в форме Тримурти, Даттатрейя, святые Прибежища только что пробовали это подношение.

9. Самое главное – помнить о принципе Единой самаи, пребывании в присутствии и осознанности, можно просто быть в неизмысленном естественном присутствии вне ума и единстве с святыми, или медитировать на то, как Даттатрейя в форме Тримурти по своей милости дает нам этот прасад. Можно вспоминать игры Шивы, Вишну, Брахмы, Даттатрейи, а также святых, описанные в Пуранах. Тот, кто

27

подлинно пребывает в единой самае, освящает прасад одним этим фактом пребывания, даже не нуждаясь во внешних ритуалах, хотя и делает их для других.

10. Следует брать прасад в том количестве, которое вы сможете съесть. Лишний прасад нужно переложить в другую тарелку до того, как вы начали есть.

11. Когда в дом приходят гости, маха-прасад от домашних божеств алтаря или божеств ашрама нужно раздать по-немногу всем присутствующим. Всем гостям, включая Гуру и санньяси, нужно раздавать свежий, горячий прасад в необходимом количестве, кому сколько требуется.

12. Махапрасад не следует есть из тарелки, в которой он предлагается алтарным божествам. Перед тем, как есть, его нужно переложить в другую посуду или к себе в тарелку.

13. Когда присутствуют старшие садху, мы должны уважительно подождать, когда они первые начнут есть, и только тогда следует начинать есть самим.

14. После того, как все в семье или ашраме поели, если ещё остался прасад, его можно сохранить до следующего принятия пищи или кому-нибудь раздать.

15. Нельзя выбрасывать прасад. В самом крайнем случае остатки прасада можно скормить животным (кошкам, собакам и т.д.) или рыбам в реке.

16. Прасад следует принимать в умеренных количествах и предпочтительнее в установленное время дня.

17. Поев, следует вставать тогда, когда все закончат есть (за исключением случаев, когда есть разрешение присутствующих старших садху).

18. Не следует принимать прасад на виду у не садху, т.е. идя по улице, в людных местах, если это не специальные места для еды (это не касается правил для неосвященной еды).

Насколько возможно, прасад следует принимать либо в уединённом месте, либо там, где принимают прасад другие садху.

28

19. Закончив принимать прасад, если нет специально назначенных для этого людей, необходимо вымыть или протереть то место, на котором вы сидели, а также ополоснуть руки, рот.

20. Если прием прасада делается в алтарной комнате, то алтарь на это время закрывается.

Дополнительные рекомендации:

И сердце, и ум садху-повара также должны быть в идеальной чистоте.

1. Кухня считается продолжением алтаря, т.к. всё, что там готовится, будет предлагаться божествам Древа Прибежища и святым. На кухне стараниями поваров обычная еда становится прасадом, поэтому, что бы человек ни делал на кухне, нужно делать это внимательно и с почтением к Божественным энергиям.

2. Там, где божества формально установлены, например, в храме, ожидаются довольно высокие и строгие стандарты. По отношению же к домашним божествам, для которых невозможно поддерживать строгие правила, могут быть сделаны упрощения. Например, существует традиционное правило, что нельзя есть на кухне или перед божествами. Однако, во многих домах алтарь, кухня и обеденный стол находятся в одной комнате, поэтому может оказаться невозможным соблюдать вышеупомянутое правило.

3. Тем не менее, практикующие домохозяйства должны держать в уме идеальный стандарт и стараться подойти к нему как можно ближе, насколько это возможно в их ситуации. Нужно всегда помнить, что мы готовим для Божественных сил. Чем тщательнее человек относится к этим маленьким правилам, тем в большей степени он может осознать, что он готовит не для себя, а для Бога и святых.

4. На кухне можно носить только чистую, неоскверненную одежду. Нельзя приходить в одежде, в которой вы были на улице или в туалете.

29

5. Ногти поваров должны быть чистыми и подстриженными.

При входе на кухню нужно вымыть руки перед тем, как начать готовить.

В ашраме перед приготовлением прасада необходимо принять омовение. Дома предпочтительнее делать то же самое.

6. На кухне нельзя класть ничего в рот. Не следует покусать рот над кухонной раковиной. Также нельзя пробовать приготовленное.

7. На кухне нежелательно есть и пить. Если же это неизбежно, занавеску перед божествами следует опускать.

8. Посуду, в которой готовится еда для божеств, в особенности, те тарелки и чашки, в которых она предлагается, следует хранить и мыть отдельно от тарелок, чашек и стаканов, из которых едят и пьют члены семьи.

9. Если у человека инфекционное заболевание, то он не должен работать на кухне, иначе он может осквернить еду и посуду.

10. Если человек прикоснется к полу, к мусорному ведру или к нижней части своего тела, то он должен вымыть руки.

11. На кухне не должно быть пустословия, ненужных разговоров.

12. Кухонный стол, плиту, раковину и т.д. нужно мыть до и после приготовления пищи.

13. Любую вещь, упавшую на пол, нельзя сразу класть на стол. Если овощ падает на пол, его можно помыть и затем использовать. Если он коснулся чьих-либо стоп, его нужно выбросить.

14. Нельзя заходить на кухню после туалета, не совершив омовения.

15. Садху должны быть очень внимательными, чтобы в подношение не попало никаких волос и не осквернило его. В этом отношении должна быть проявлена абсолютная

предусмотрительность. Во время приготовления пищи садху-повара должны держать свои волосы тщательно завязанными и

покрытыми чем-либо сверху.

Правила дисциплины и этика жизни в ашраме (виная)

Положение о статусах

Применительно к нашей сангхе статусы бывают следующие:

1. Грихастха.

Это мирянин-домохозяин (грихастха), взявший обязательства жить в соответствии с Дхармой и исполнять некоторые простые принципы Дхармы.

2. Брахмачари.

Это мирянин-брахмачари принявший обязательства брахмачари, носящий белую одежду, выполняющий садхану и проводящий жизнь в изучении писаний, служении (сева), садхане и паломничестве.

Это также живущий постоянно в ашраме брахмачари (послушник) на монашеском обучении.

3. Ванапрастха.

Это карма-санньяси (мирянин, ведущий жизнь садху, но в миру).

Это также мирянин – полный ванапрастха (удалившийся от мирских дел, живущий в тихом месте или рядом с ашрамом мирянин-отшельник, садху)

4. Санньяси.

Статус санньяси (монахи) включает в себя:

– полные монахи (пурна-санньяси), т.е. монахи, живущие по существующим монашеским принципам);

– странствующие монахи (путешествующие вне ашрама монахи-санньяси, соблюдающие принципы пурна-санньяси).

31

В отдельных случаях обязательства монаха может принять человек, живущий в миру, но следующий монашеству.

5. Авадхута-санньяси .

Тот, кто находится за пределами внешних обязательств и ограничений и следует пути «трех свобод» – естественной спонтанности тела, речи и ума, пребывая в сахадж-самадхи.

Градация статусов

Мирскими статусами считаются статусы грихастха, брахмачари.

Промежуточными статусами считаются карма-санньяси и ванапрастха.

Монашескими статусами считаются: пурна-санньяси, странствующие монахи и брахмачари на 12-тилетнем монашеском обучении.

Статус авадхута не считается ни мирским, ни монашеским статусом по своей природе, так как он предполагает достижение самадхи и нахождение вне любых человеческих понятий и ограничений.

Но благословение на него получают, как правило, лишь те, кто прошел подготовку и серьезную садхану как санньяси не менее 12 лет, прошел тапасью и обрел самадхи.

Для каждого статуса есть свои принципы, которые подробно разъясняются при их принятии.

Положение об обетах для всех статусов

Обязательства (врата), если они **полные** – принимаются на всю жизнь.

Временные – берутся на время.

Обязательство брахмачарья бывает разных типов:

– **наиштика** – полная брахмачарья-целибат на всю

жизнь – для тех, кто принимает такое решение.

– **савитри-брахмачарья** – обязательство соблюдать воз-

держание три дня после передачи или праздника. 32

– **брахма-брахмачарья** – обязательство, даваемое на весь период 12-тилетнего обучения.

– **праджапатья** – обязательство целибата на 1 год после получения инициации.

– **урдхваретасья-брахмачарья** – обязательство сублимации энергии методами Кундалини-йоги.

– **ануштхан-брахмачарья** – обязательство на весь период ритрита.

Однако, главным внутренним обязательством на пути ануттара-тантры является *обязательство непрерывного упражнения в пребывании в естественной осознанности-са-хаджье, это обязательство для всех статусов.*

I. Мирянин (гривастха)

Пять главных обетов мирянина (гривастха)

Обязательства мирянина подразумевают следование пяти обязанностям (панча-нитья карма) и выполнение пяти основных обязательств (яма-нияма).

Пять обетов Махавратам:

1. Ахимса – не убивать, не причинять вреда,
2. Астейя – не воровать, не присваивать чужого,
3. Сатья – держаться истины, Дхармы и не лгать,
4. Брахмачарья – означает контролировать сексуальную

энергию, не терять семя, не создавать страданий другим не- правильным сексуальным поведением (не изменять, не пре-любодействовать). Для мирян, не дававших обет безбрачия, допускается заниматься сексом 1 раз в неделю или месяц без оргазма с очищением нади.

5. Не пить спиртное и не употреблять одурманивающие вещества.

Таковы обязательства мирянина – грихастхи.

33

II. Брахмачари-мирянин

Это мирянин-брахмачари, принявший обязательства брахмачари, носящий белую одежду, выполняющий садхану и проводящий жизнь в изучении писаний, служении (себе), садхане и паломничестве.

Обеты, которые принимает брахмачари-мирянин – пять махавратам:

1. Ахимса – не убивать, не причинять вреда,
2. Астейя – не воровать, не присваивать чужого,
3. Сатья – держаться истины, Дхармы и не лгать,
4. Брахмачарья – означает контролировать сексуальную

энергию, не терять семя, не создавать страданий другим не- правильным сексуальным поведением (не изменять, не пре-любодействовать).

5. Не пить спиртное и не употреблять одурманивающие вещества.

Кроме этого, он принимает обязательства следовать «панча-нитья-карме» в общем как своему образу жизни.

Кроме этого, он принимает обязательства носить белую одежду брахмачари на все важные ритуалы в сангхе, праздники, паломничества, собрания.

Кроме этого, брахмачари берет обязательства: – безбрачия – посвятить себя служению Дхарме.

Таковы обязательства брахмачари-мирянина.

III. Брахмачари на монашеском обучении.

Это постоянно живущий в ашраме брахмачари (послуш-ник) на монашеском обучении.

Пять обетов Махавратам:

1. Ахимса – не убивать, не причинять вреда,
2. Астейя – не воровать, не присваивать чужого,

34

3. Сатья – держаться истины, Дхармы и не лгать,

4. Брахмачарья – означает контролировать сексуальную энергию, не терять семя, не создавать страданий другим не- правильным сексуальным поведением (не изменять, не пре- любодействовать).

5. Не пить спиртное и не употреблять одурманивающие вещества.

Кроме этого, брахмачари на монашеском обучении при- нимает обязательства:

- поменять одежду,
- поменять имя,
- поменять ум

Итого 8 обетов.

Кроме этого, он следует всем правилам винаи и образу

жизни, которым следуют монахи сутры.

Таковы обязательства брахмачари на монашеском об- учении

IV. Карма-санньяси (санньяси в миру)

Инициация санньясы в миру дается как ученикам-су- пругам (семейная санньяса), так и не семейным ученикам (карма-санньяса).

Инициация дает возможность ученику получить благо- словения на духовную садхану в миру, на укрепление связи с Гуру, сангхой и освобождающим учением Лайя-йоги. Это инициация, благодаря которой практикующий оставляет свои прошлые кармы и создает благоприятные кармические отпечатки для успешной садханы.

Во время инициации Гуру дает ученику духовное имя, которое выражает его духовный потенциал. Раскроет ли уче- ник этот божественный потенциал – зависит только от его личного усилия в практике. Также ученик получает от Гуру личную мантру для поддержания и укрепления связи с Гуру.

Санньяса в миру опирается не на формальное следование внешним обетам или правилам, а в первую очередь на вну- тренние установки, на настрой вести истинную духовную жизнь, идти к Богу по пути Просветления.

Принятие санньясы в миру (карма санньясы) предпола- гает соблюдение определенных принципов:

1. Пять великих обетов – Махавратам
2. Панча-нитья карма,
3. Четыре обязательства.

1. Пять обетов Махавратам:

1. **Ахимса** – не убивать, не причинять вреда,
2. **Астейя** – не воровать, не присваивать чужого,
3. **Сатья** – держаться истины, Дхармы и не лгать,
4. **Брахмачарья** – означает контролировать сексуальную

энергию, не терять семя, не создавать страданий другим не- правильным сексуальным поведением (не изменять, не пре- любодействовать).

– или полное соблюдение брахмачарьи все время (Наиштика брахмачарья)

– или вступление в супружеские связи в благоприятные дни (полнолуние и новолуние, то есть два раза в месяц) для зачатия духовных детей,

– или супружеские отношения могут рассматриваться как практика управления внутренней энергией и сознанием с помощью тайных методов сублимации энергии (урдхваре- та-брахмачарья)

– верность в супружеских отношениях.

5. **Апариграха** – отрешаться от захваченностей, не пить спиртное и не употреблять одурманивающие веществ.

2. Панча-нитья кармы

1. **Упасана:** богослужение на домашнем алтаре или в храме. Религиозное образование, которое дети получа- ют дома, когда взрослые на собственном примере учат их

должным образом выполнять ежедневные ритуалы на до- машнем алтаре.

2. **Утсава:** священные дни. Участие с детского возраста в различных индуистских праздниках и священных днях как дома, так и в храме.

3. **Дхарма:** добродетельная жизнь. с детского возраста приучаются жить в соответствии с высокими моральными и этическими ценностями, выполнять свой долг и хорошо себя вести, уважать старших и санньясинов, чтить религиозные ценности, особенно принцип.

4. **Тиртхаятра:** паломничество. с детского возраста объясняется важность совершения паломничества в святые места и храмы с целью получить благословение или вдохновение от святых через даршан.

5. **Самскара:** ритуалы и обряды перехода. с детского возраста учат соблюдать различные индуистские таинства, освящающие разные значимые моменты жизни человека и придающие им особое значение.

Если в воспитании своих детей родители придают значение лишь этим пяти принципам, можно считать, что они выполнили свой духовный долг, воспитав своих детей в рамках индуизма и ведической традиции.

3. Четыре обязательства

1. **Митахара** – вегетарианство

2. **Шаоча** – чистая жизнь:

– для тела: отказ от алкоголя, наркотиков, сигарет, азарт-

ных игр; жизнь в подходящей компании (не следует находиться долго в обществе тех, кто убивает живых существ, употребляет наркотики, алкоголь, оскорбляет святых, Дхарму и т.д.),

– для речи: отказ от скверных слов, критики, злословия, лжи, сплетен, брани,

– для ума: отказ от дурных мыслей, эмоций (таких как гнев, жадность, ненависть, зависть).

37

3. **Тапас** – ежедневная садхана и медитация (минимум один час в день).

4. **Свадхьяя** – изучение философии Веданты и жизнь по ее принципам.

Внутренние принципы карма-санньясы, изложенные Гуру в его наставлениях:

Основными принципами карма санньясы являются:

– **Шраддха** – вера в Бога, святых людей, Гуру, Дхарму.

– **Сева** – жизнь без привязанности, как садхана и служе-

ние Богу и Дхарме.

– **Каруна и према** – гармоничные отношения в семье, лю-

бовь и сострадание ко всем живым существам.

– **Читта-вритти-ниродха** – контроль эмоций и усмире-

ние эго и ума.

– **Упасана** – почитание святых людей, садху и всех жи-

вых существ как проявления Бога.

А также следует:

– искать не земное счастье, а Божественное,

– служить не земным ценностям, а Божественным,

– жить не в привязанностях, а в любви к Божественному, – усмирять ум и эго самоотдачей Божественному,

– стремиться пребывать вне ума,

– не делать, а быть наблюдателем и пребывать в недеянии, – не делать, а играть с реальностью,

– быть не делателем, а игроком Божественного,

– стараться жить не в карме, а в лиле (игре Божествен-

ного),

– не вовлекаться в действия, а созерцать,

– действовать только из созерцания,

– стремиться видеть все чистым,

– стремиться видеть все в Едином вкусе,

– пребывать в дивья-бхаве, величии божества,

38

– хранить Единую самую и все самай как зеницу ока.

Завершено описание обязательств и принципов карма санньяси.

V. Ванапрастха (Ванапрастха-карма-санньяса).

Ванапрастха-санньяса – это традиционная дхарма уда- лившегося от мира отшельника, только с современной спец- ификой. Рекомендуются после 55 лет, но в отдельных случаях ее можно принимать раньше. Он имеет право жить мирской жизнью – семьей.

Ванапрастха обеспечивает себя сам, не находится на обе- спечении сангхи.

Обязательства ванапастхи включают:

– пять Великих обетов – Махавратам

– девять правил мирянина – ванапрастхи

Пять обетов Махавратам.

1. Ахимса – не убивать, не причинять вреда,
2. Астейя – не воровать, не присваивать чужого,
3. Сатья – держаться истины, Дхармы и не лгать,
4. Брахмачарья – означает контролировать сексуальную

энергию, не терять семя, не создавать страданий другим не- правильным сексуальным поведением (не изменять, не пре- любодествовать),

– или полное соблюдение брахмачарьи все время (Наиштика брахмачарья),

– или вступление в супружеские связи в благоприятные дни (полнолуние и новолуние, то есть два раза в месяц) для зачатия духовных детей,

– или супружеские отношения могут рассматриваться как практика управления внутренней энергией и сознанием с помощью тайных методов сублимации энергии,(урдхваре- та-брахмачарья),

– верность в супружеских отношениях.

39

5. Апариграха – отрешаться от захваченностей, не пить спиртное и не употреблять одурманивающие вещества.

Девять правил мирянина – ванапрастхи.

1. Ванапрастха – карма санньяси обязательно живет за городом, на природе, в экологически чистом месте, в составе ведической общины, состоящей из опытных грихастх, мона- хов, брахмачари или карма-санньяси;

2. Прапатти – он выбирает один из уровней послушания;

3. Тапасья – он четко следует ежемесячному ритритному правилу;

4. Сева – он выполняет севу – служение в общине на бла- го сангхи и Дхармы, наряду с садханой, как главную задачу своей жизни;

5. Он следует этическому кодексу садху, соблюдает веди- ческие принципы панча-нитья-карма, ямы-ниямы и прин- ципы винаи и самайи для ванапрастха;

6. Упасана – он ежедневно участвует в коллективных практиках и важных событиях общины;

7. Он уважает коллективные решения общины, ее этику и выборные органы самоуправления;

8. Если это семейная пара, то предполагается, что оба должны быть садху в этом статусе.

9. Он проходит базовую подготовку по семи ступеням Учения.

Завершено описание обязательств и принципов для вана- прастхи.