

Кшурика - Упанишада filosoff.org  
Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке  
<http://filosoff.org/> Приятного чтения!

Кшурика - Упанишада.  
Кришнаяджурведа.  
группа упанишад - йога.  
Предисловие.

Кшурика Упанишада - текст исключительный, несмотря на свою краткость. Считается, что она принадлежит к Атхарваведе, включённой в канон Вед последней из-за её не совсем "брахманского" характера. В 25 шлоках таится немало интересных фактов. Прежде всего - это отсутствие персонафицированного Божества. Далее - главной целью йогина называется освобождение из "круга перерождений" и "затухание" (нирвана). И конечно же использовании в практике сосредоточения на определённых зонах тела - "мармах". Похоже что именно эта традиционная практика именуемая "мармастханани" легла в основу техник йогинидры школы Шивананды - Сатьянанды. Считается, что последствием мысленного отсечения "жизненных точек" является сосредоточение силы-шакти, до той поры рассеянной в теле, и подъём её по сушумне. В заключении можно сказать что эта упанишада - не философский трактат, а скорее чёткое описание медитативной техники.

СЕКИРА 1.

ОМ! Да защитит нас обоих (Могучий)!

Да наставит нас обоих! Да исполнимся оба силы!

Да не будет ограничения той силе!

Да не будем враждебны!

ОМ! Шанти! Шанти! Шанти!

Расскажу о секире - дхаране для достижения йоги, овладев которой, преданный йоге перевоплощения побеждает.

А (это) - сущность и цель Вед - так установлено словом Самосущего 2.

В тихом месте устроившись, там в асане 3 находящийся,

втягивая (чувства) как черепаха члены,

ум запирая в сердце, постепенно,

посредством пранавы в течение 12 матр 4,

запирая все двери тела, пусть возвышенный сердцем

наполняет всё существо: грудь, лицо, бедро, шею.

Пусть в этом (существе) собирает Праны, движущиеся внутри ноздрей,

Направляя Праны внутрь, пусть затем удалит постепенно.

Утвердив постоянный ритм (дыхания)

большим пальцем (и другими), практикует тройственное

сосредоточение 5 на двух лодыжках, а также голенях.

Также тройственное - на двух коленях, бёдрах, анусе, пенисе

и в области пупа, там, (где) местопребывание Вайю 6.

Ибо здесь - Сушумна-нади, окружённый многими нади 7:

малым, бледно-красным, жёлтым, чёрным,

медно-красным и ярко-красным.

Малейшему, тонкому, белому нади пусть будет привержен:

здесь пусть поднимается по пранам, словно паук по нити.

Там, кроваво-красным лотосом явленное,

местопребывание великого Пуруши,

маленьким белым лотосом в ведантах он назван 8.

Пронзив его, достигает горла. 9

Этот нади старательно пусть наполняет.

Ум пусть станет бритвой острейшей,

и ручным - беспокойный разум.

Верхнюю часть стопы, в середине которой - форма и имя 10,

следует отделить пребывающему в йоге

всегда отточенным остриём ума

(как) ваджрой Индры - так сказано. 11

(Также) известно марма на голени 12,

посредством силы созерцания пусть её отсекает.

А посередине бедра должна находиться марма 13,

освобождающее от дыхания;

посредством четырёх повторений пусть (её) отсечёт

безбоязненный и бесстрашный.

Потом йогин внутри горла вместе нади собирает.

самая важная между сотней этих нади, избранная, по преданию -

сушумна, ибо она - чистое воплощение Брахмана,

к (неё), высшей, примыкающие -

ида - (что) находится слева, и пингала - справа,

между ними - самое лучшее место.

Сведущий в этом - знает Веду.

из 72 тысяч противотоков (главный) – тайтила 14.

Другие же отсекаются

посредством йоги незапятнанного созерцания –  
(как) огненно сияющим лезвием ножа.

Пусть отсечёт сотню нади с (его) помощью  
в этом рождении мудрый.

Будто собранные цветки жасмина, благоухает тайтила.

Так пусть он нади воспримет  
приятные и неприятные состояниями.

(Те, кто высшего) того состояния достигнут,  
сказано, новых рождений избегнут.

Пусть находящийся в тихом месте  
пылом (подвижничества) победит постепенно (мятущееся) сознание,  
знающий сущность йоги, несвязанный, беззаботный.

Будто лебедь разрывая сети,  
без помех в пространство воспаряет,

так живая душа, разорвавшая сети,  
навек Сансару 15 одолевает.

Будто затухающий светильник,  
в конце сжегши (масло), исчезнет,

так все дела сжегши, исчезнет йогин.

Острейшим лезвием (дхараны),  
отточенным пранайамой на камне бесстрастия,  
отсекши (тело), знающий йогу, поистине, не уничтожается.

Сущностью бессмертной 16 он обладает,

когда от желания избавляется,

отсекши все шесть (пороков),

избавившись (от них),

он, поистине, не уничтожается.

Такова упанишада.

ОМ! Да защитит нас обоих (Могучий)!

Да наставит нас обоих! Да исполнимся оба силы!

Да не будет ограничения той силе!

Да не будем враждебны!

ОМ! Шанти! Шанти! Шанти!

Так закончена Кшурика упанишада Атхарваведы.

1 Название упанишады – кшурика (санскр.- нож, кинжал, бритва) происходит от  
корня ksa – "рассекать, убивать, уничтожать". Постоянное упоминание секиры  
вероятно связано с созвучием слов dhara- лезвие и dharaṇa – созерцание.

2 Самосуи (svayambhu) – эпитет Брахмана-Пруджапати, творца и владыки  
всего сущего.

3 Асана – "неподвижная и удобная поза".

4 Пранава – слог Ом. Матра – единица времени, равная времени спокойного  
дыхания или дыхания во сне. Также – время необходимое для того, чтобы не  
торопясь сделать круг пальцами по колену и затем щёлкнуть пальцами.

5 Тройственное сосредоточение – совокупность дхараны, дхьяны и самадхи.

6 Вайю (санскр. – ветер) – синоним аюрведического термина Вата (воздух).

7 Сушумна-нади – центральный энергетический канал человека. Именно по нему  
сила (шакти) должна подняться вверх. Область пупа (набхи) традиционно  
считается местом где "соединяются все 72000 нади".

8 Анахата-чакра.

9 Вишудха-чакра.

10 Вероятно – талхридайя марма.

11 Первое письменное упоминание марм в Ригведе связано именно с сюжетом,  
где Индра уничтожил демона Виртру путём атаки его марм своей ваджрой.

12 Индравасти марма.

13 Урви марма.

14 Синоним Сушумна-нади, дословно – "носорог".

15 Сансара – круговорот рождения и смерти.

16 Амрита таттва.

Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке

<http://filosoff.org/> Приятного чтения!

<http://buckshee.petimer.ru/> Форум Бакши buckshee. Спорт, авто, финансы,  
недвижимость. Здоровый образ жизни.

<http://petimer.ru/> Интернет магазин, сайт Интернет магазин одежды Интернет  
магазин обуви Интернет магазин

<http://worksites.ru/> Разработка интернет магазинов. Создание корпоративных  
сайтов. Интеграция, Хостинг.

<http://dostoevskiyfyodor.ru/> Приятного чтения!