

Освящение воды (с дхену-мудрой)



ॐ गण्गे च यमुने चैव गोदावरी सरस्वती ।
नर्मदे सिन्धु कावेरि जलेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु ॥

oṃ gaṅge ca yamune caiva godāvarī sarasvatī ।
narmade sindhu kāveri jale'smin sannidhiṃ kuru ॥

(О Ганга, Ямуна, Годавари и Сарасвати! О Нармада, Синдху и Кавери! Придите и наполните собой эту воду!)



Ачамана (ритуальное очищение водой)

В правую ладонь наливается немного освященной воды и делается три глотка, каждый с отдельной мантрой:

ॐ आत्म तत्त्वाय स्वाहा
oṃ ātma tattvāya svāhā

(ом! собственной сущности да будет благо)

ॐ विद्या तत्त्वाय स्वाहा
oṃ vidyā tattvāya svāhā

(ом! сущности Знания да будет благо)

ॐ शिव तत्त्वाय स्वाहा
oṃ śiva tattvāya svāhā

(ом! сущности Шивы да будет благо)

Далее этой же водой травой куша окропляется пространство вокруг себя, алтарь и все, приготовленное для пуджи.



Нанесение трипундры,

TRIPUNDRA



अग्निर् इति भस्म वायुर् इति भस्म जलम् इति भस्म स्थलम् इति भस्म
व्योमेति भस्म देवा भस्म ऋषयो भस्म

agnir iti bhasma vāyur iti bhasma
jalam iti bhasma sthalam iti bhasma
vyometi bhasma devā bhasma ṛṣayo bhasma

*(огонь – это пепел, ветер – это пепел, вода – это пепел, земля – это пепел,
пространство – это пепел, боги – пепел, мудрецы - пепел)*



Вступительные мантры

Читается протяжно и нараспев три раза мантра ॐ

На алтаре зажигается дежурный светильник (дипа, можно взять обычную свечу) с мантрой:

ॐ रं दीं दीपनाथाय नमः

oṃ raṃ dīṃ dīpanāthāya namaḥ

Читается мантра призыва Покоя и Полноты:

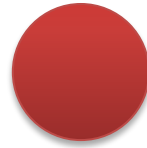
ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ॥

oṃ pūrṇamadaḥ pūrṇamidaṃ pūrṇātpurṇamudacyate
pūrṇasya pūrṇamādāya pūrṇamevāvaśiṣyate ॥

(ом! всё это — полнота, и то — полнота. полнота этого произошла от полноты того и несёт в себе полноту той полноты, и та полнота остаётся при этом полнотой.)



На "третий глаз" наносится небольшая точка кумкумом,
символ Божественной Силы (Шакти)



ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा

hrīṃ śrīṃ krīṃ parameśvari svāhā

При этом произносится мула-мантра Кали



Ганеша и Гуру-упасана

В начале любого действия очень благоприятная медитация на Гуру, открывшего знание, и Ганешу, Бога-устранителя препятствий.

ॐ गं गनपतये नमः

oṃ gaṃ ganapataye namaḥ

ॐ श्री गुरवे नमः

oṃ śri gurave namaḥ

Здесь приводятся самые общие мантры для тех, у кого нет специального посвящения.



Пранаяма

Далее делается несложная пранаяма для успокоения ума и дальнейшего продуктивного сосредоточения.

Следует медленно вдохнуть воздух через левую ноздрю на 4 счета, задержать дыхание на 16 счетов, после выдохнуть через правую на 8 счетов.



Этот процесс повторить еще два раза (справа налево и снова слева направо).

ॐ नमः शिवाय

oṃ na-maḥ śi-vā-ya

Большие пальцы

ॐ

oṃ aṅguṣṭhābhyāṃ
namaḥ

Указательные

न

naṃ tarjanībhyāṃ namaḥ

Средние

मः

maṃ madhyamābhyāṃ namaḥ

Безымянные

शि

śiṃ anāmikābhyāṃ
namaḥ

Мизинцы

वा

vāṃ kaniṣṭhābhyāṃ
namaḥ

Ладони

य

yaṃ karatalakarapṛṣṭhābhyāṃ
namaḥ

ॐ नमः शिवाय

oṃ na-maḥ śi-vā-ya

Сердце	ॐ	oṃ hṛdayāya namaḥ
Лоб	न	naṃ śirase svāhā
Макушка	मः	maṃ śikhāyai vaṣaṭ
Скрещении рук	शि	śiṃ kavacāya huṃ
Три глаза	वा	vāṃ netratrāyāya vauṣaṭ
Ладони	य	yaṃ astrāya phaṭ

ДИГ- БАНДХАНА

(ограждение десяти сторон света щелчком пальцев по кругу) с
мантрой

हं फट hum phat



ДХЬЯН А



कर्पूरगौरं करुणावतारम् संसारसारम्
भुजगेन्द्रहारम् ।
सदा वसन्तं हृदयारविन्दे भवं भवानीसहितं नमामि
॥

karpūragauram karuṇāvatāram
saṁsārasāram bhujagendrahāram |
sadā vasantaṁ hṛdayāravinde nbhavam
bhavānīsahitaṁ namāmi ॥

*Белоснежного, как камфора,
Воплощение сострадания,
Сущность мира, увенчанного царем
змей,
всегда восседающего в лотосе сердца
Шиву вместе с Шакти почитаю.*

ПАНЧОПАЧАРА

ПУДЖА

Вода

ॐ नमः शिवाय जलस्नानां समर्पयामि (om namaḥ śivāya **jalasnānām** samarpayāmi)

Ароматное масло

ॐ नमः शिवाय गन्धं समर्पयामि (om namaḥ śivāya **gandham** samarpayāmi)

Цветы (цветок)

ॐ नमः शिवाय पुष्पाणि (पुष्पां) समर्पयामि (om namaḥ śivāya **puṣpāṇi (puṣpām)** samarpayāmi)

Благовония

ॐ नमः शिवाय समर्पयामि (om namaḥ śivāya **dhūpaṁ** samarpayāmi)

Дипа

ॐ नमः शिवाय दीपं समर्पयामि (om namaḥ śivāya **dīpaṁ** samarpayāmi)

Найведья

ॐ नमः शिवाय नैवेद्यं समर्पयामि (om namaḥ śivāya **naivēdyam** samarpayāmi)

Ачамана

ॐ नमः शिवाय अचमनीयं समर्पयामि (om namaḥ śivāya **acamanīyam** samarpayāmi)



МОЛИТВА

ॐ मां माले महामाद्यै सर्व-शक्ती-स्वरूपिणि ।

चतुर्-वर्गस्-त्वयि न्यस्तस्-तस्मान्-मे सिद्धिदा भव ॥

oṃ mām mālē mahāmāyē sarva-śaktī-svarūpiṇi ।

catur-vargas-tvayi nyastas-tasmān-mē siddhidā bhava ॥

ॐ अक्ष-मालाधि-पतये सुसिद्धिं देहि देहि सर्व-मन्त्रार्थ-साधिनि साधय साधय

सर्वसिद्धिं परिकल्पय परिकल्पय मे स्वाहा ।

oṃ akṣa-mālādhi-patayē susiddhiṃ dēhi dēhi sarva-mantrārtha-sādhini

sādhaya sādhaya sarvasiddhiṃ parikalpaya parikalpaya mē svāhā ॥

ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПЛОДА ДЖАПЫ

ॐ गुह्याति-गुह्य-गोप्त्री त्वं गृहाणास्-मत्कृतं जपम् ।

सिद्धिर्-भवतु मे देवि त्वत्-प्रसादान्-महेश्वरि ॥

oṃ guhyāti-guhya-gōptrī tvaṃ gṛhāṇās-matkṛtaṃ japam ।

siddhir-bhavatu mē dēvi tvat-prasādān-mahēśvari ॥



Далее читаются кавачи, гимны и сахасранамы. Можно петь бхаджаны, танцевать.

Когда все, что хотелось, было предложено, читаются завершающие мантры с просьбами простить за возможные допущенные оскорбления, невнимательность, ошибки во время пуджи.

Читаются шантипатхи – мантры призывания мира и благ для всех присутствующих и всем живым существам во всех трех мирах, и молитва своими словами.

ВИСАРДЖАНА

После пуджи божественное присутствие приглашается в свою вечную обитель – область сердца практикующего. Цветок, который возлагался к основанию Лингама или мурти в авахане, следует взять указательными пальцами обеих ладоней и вдохнуть его аромат. Затем возложить цветок себе на макушку и медитировать на единство дживы и дэваты.

Произнести мантру: **ॐ शिवो'हं** (om śivo'haṃ) или иная в зависимости от призываемой формы божества.



ВКУШЕНИЕ

ПРАСАДА

С алтаря двумя руками берем поднос с найведьей.
Вращая его горизонтально по часовой стрелке, читаем мантру:

ॐ ब्रह्मार्पणं ब्रह्म हविर्ब्रह्माग्नौ ब्रह्मणा हुतम् ।
ब्रह्मैव तेन गन्तव्यं ब्रह्मकर्मसमाधिना ॥

om brahmārpaṇaṃ brahma havirbrahmāgnau brahmaṇā hutam ।
brahmaiva tena gantavyaṃ brahmakarmasamādhinā ॥

*(Брахман - жертвенный сосуд, Брахман - жертвенное подношение,
Брахман - огонь, в который приносится жертва,
[самим] Брахманом совершается жертвоприношение.
Воистину Брахмана достигает тот, кто совершает это сосредоточение на
Брахмане)*

ॐ अहं वैश्वानरो भूत्वा प्राणिनां देहं आश्रितः
प्राणापान समायुक्तः पचाम्यन्नं चतुर्विधम्

om ahaṃ vaiśvānaro bhūtvā prāṇināṃ dehaṃ āśritaḥ
prāṇāpāna samāyuktaḥ pacāmyannaṃ caturvidham

*(ом! я — священный огонь вайшванара
(буквально: «принадлежащий всем людям» — огонь пищеварения),
питаемый пранами (жизненными силами) и*

защитающий тело, соединяющий прагу и апагу, позволяющий пищу четырёх



МУДРЫ ПРАН

(выполняются над прасадом ладонью вниз)

“Om Prānāya Swāhā”



“Om Apānāya Swāhā”



“Om Vyānāya Swāhā”



“Om Udānāya Swāhā”



“Om Samānāya Swāhā”



Эти мудры можно выполнять и после ментальной пуджи как символ вкушения прасада, даже если физическая пища отсутствует.



Часть прасада кладется в рот правой рукой и выполняется медитация на единство Атмана и Брахмана, после чего произносится

पूर्णत'हं
pūrṇata'haṃ

Далее читается мантра Полноты:

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ॥

om pūrṇamadaḥ pūrṇamidaṃ pūrṇātpurṇamudacyate
pūrṇasya pūrṇamādāya pūrṇamevāvaśiṣyate ॥

*(ом! всё это — полнота, и то — полнота.
Полнота этого произошла от полноты того
и несёт в себе полноту той полноты,
и та полнота остаётся при этом полнотой.)*

Читается протяжно и нараспев три раза мантра ॐ



После пуджи та еда, что была предложена божеству, становится священным прасадом, милостью Бога, наполненной Его энергией. Следует вкусить ее всем вместе, предварительно произнеся мантру Аннапурне:

अन्नपूर्णं सदापूर्णं शङ्करप्राणवल्लभं ।
ज्ञानवैराग्यसिद्ध्यर्थं भिक्षां देहि च पार्वती ॥
माता च पार्वती देवी पिता देवो महेश्वरः ।
बान्धवाः शिवभक्ताश्च स्वदेशो भुवनत्रयम् ॥

annapūrṇē sadāpūrṇē śaṅkaraprāṇavallabhē |
jñānavairāgyasiddhyartham bhikṣām dēhi ca pārvatī ||
mātā ca pārvatī dēvī pitā dēvō mahēśvaraḥ |
bāndhavāḥ śivabhaktāśca svadēśō bhuvanatrāyam ||

О, Мать Аннапурна, вечно совершенная, возлюбленная Шанкары, даруй мне знание, отречение и все совершенства, о, Парвати.

Моя Мать – Богиня Парвати, мой Отец – Бог Шива,
моя семья – бхакты Шивы, мой дом — вся Вселенная.

