

# ШИВАЛИНГАПУДЖА

ПРАКТИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО



spanda.info



Натешвари-пантх Натха-сампрадайя



# ОГЛАВЛЕНИЕ

Подготовка

Ритуальное очищение

Предваряющие ритуалы

Ментальная пуджа

Призывание

Пуджа пяти упачар

Молитвы чёткам, джапа

Висарджана

Завершающие манtry

# ПОДГОТОВКА

- 1 Совершить омовение**
- 2 Надеть ритуальную одежду**
- 3 Начистить ритуальную посуду**
- 4 Выполнить влажную уборку алтаря**
- 5 Подготовить подношения для панчопачара-пуджи**

# ПОДГОТОВКА

## Пять упачар (+2)

- 1 ДЖАЛА (вода).** Сосуд для возливания со свежей водой.
- 2 ГАНДХА (ароматное масло).** Капля масла на ватке.
- 3 ПУШПА (цветок/цветы).** Один или несколько, или лепестки.
- 4 ДХУПА (благовония).** Палочка или конусы, или порошок.
- 5 ДИПА (светильник).** Сосуд с фитилем из ваты, пропитанным гхи.
- 6 НАЙВЕДЬЯ (пища).** Цельный плод или свежая приготовленная еда.
- 7 АЧАМАНА (вода для ополаскивания рта).** Сосуд с водой.



# ОЧИЩЕНИЕ

Ритуальное очищение выполняется водой из Ганги, водой, возлитой на Шивалингам или на стопы Гуру, а также освященной водой.

Для самостоятельного освящения воды в чистый сосуд наливаем свежую воду, направляем дхену-мудру пальцами вниз и мантрой призываем семь священных рек прийти и пребывать в этом сосуде.

ॐ गङ्गे च यमुने चैव गोदावरि सरस्वति ।  
नर्मदे सिन्धु कावेरि जलेऽस्मिन् संनिधिं कुरु ॥

om gaṅge ca yamune caiva godāvari sarasvatil  
narmade sindhu kāveri jale'smin sannidhiṁ kuru ॥

О Ганга, Ямуна, Годавари и Сарасвати!  
О Нармада, Синду и Кавери!  
Придите и наполните собой эту воду!





# ОЧИЩЕНИЕ

## Ачамана (ритуальное очищение водой)



Правая рука окропляется травой куша и освященной водой.

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

**ॐ आत्म तत्त्वाय स्वाहा**

om ātma tattvāya svāhā

(ом! собственной сущности да будет благо)

**ॐ विद्या तत्त्वाय स्वाहा**

om vidyā tattvāya svāhā

(ом! сущности Знания да будет благо)

**ॐ शिव तत्त्वाय स्वाहा**

om 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.



# ОЧИЩЕНИЕ

## Нанесение трипундры



Нанесение трипундры, тилака из освященного пепла (бхасмы-вибхути),  
обычно делается сразу после омовения, или утренней ачаманы.

Тремя пальцами (указательным, средним и безымянным) коснуться пепла  
и нанести три горизонтальные полосы с мантрой:

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

om 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*

На "третий глаз" наносится точка кумкуром – символ Божественной Силы (Шакти)



# ПОДГОТОВКА АЛТАРЯ

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

ॐ रं दीपनाथाय नमः

om ram dīm dīpanāthāya namaḥ

Перед алтарем выстилается личная асана. Поднос с упачарами устанавливается на возвышенность или салфетку справа от пуджари. Священные тексты, мануалы кладутся перед пуджари на подставку или на салфетку.

Ничего из ритуальных предметов или текстов на деванагари не должно лежать на голом полу. Если в процессе пуджи что-то упало, нужно с мантрой окропить упавший предмет травой куша, смоченной в гангаджale.



# ВСТУПИТЕЛЬНЫЕ МАНТРЫ



Читается протяжно и нараспев три раза мантра:



Читается мантра призыва Покоя и Полноты:

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते ।

पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ॥

om pūrṇamadaḥ pūrṇamidaṁ pūrṇātpūrṇamudacyate  
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.*



# ГАНЕША И ГУРУ УПАСАНА



- В начале любого действия испрашивается благословение Гуру, открывшего знание, и Ганеши, Устранителя препятствий:

ॐ श्री गुरुभ्यो नमः

om śrī gurubhyo namaḥ

ॐ गं गणपतये नमः

om gam gaṇapataye namaḥ

Здесь приводятся самые общие мантры для тех, у кого нет специального посвящения.  
Можно провести Гуру-пуджу или Ганеша-пуджу при наличии соответствующего  
благословения на эти действия вашего Учителя  
или прочесть любимые гимны Ганеше или Гуру.

# 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).



# КАРА-НЬЯСА

## размещение на ладони

Кара-ньяса – последовательное соединение пальцев обеих рук и ладоней, сопровождаемое чтением мантр. Совершая кара-ньюсу, мы очищаем руки (чтобы чистыми руками перебирать четки и брать предметы пуджи) и заряжаем их энергией манты.





# ХРИДАЯДИ-НЬЯСА

Шаданга-ньяса или хридаяди-ньяса – это ньяса «шести частей».

Шесть мантр шаданга-ньясы соответствуют пяти элементам  
 (Земля, Вода, Огонь, Воздух, Акаша),  
 пяти видам ощущений, пяти органам познания, пяти органам действия,  
 пяти видам деятельности и "внутреннему органу".

В шаданга-ньясе завершающие выражения  
 «намаха», «сваха», «вшашат» и «ваушат» - это ведические жертвенные возгласы;  
 «хум» - защитная мантра;  
 «пхат» - мантра устраниющая препятствия.

Следовательно, совокупность мантр имеет следующий смысл:

*«Жертвуя, посвящаю и подчиняю всего себя:  
 свое тело, свои мысли, свои способности, свои слова и свои дела Господу Шиве.  
 Да будут устранены все препятствия для поклонения Господу Шиве.  
 Да будет защищен и сохранен весь плод поклонения».*



# ХРИДАЯДИ-НЬЯСА





# ХРИДАЯДИ-НЬЯСА



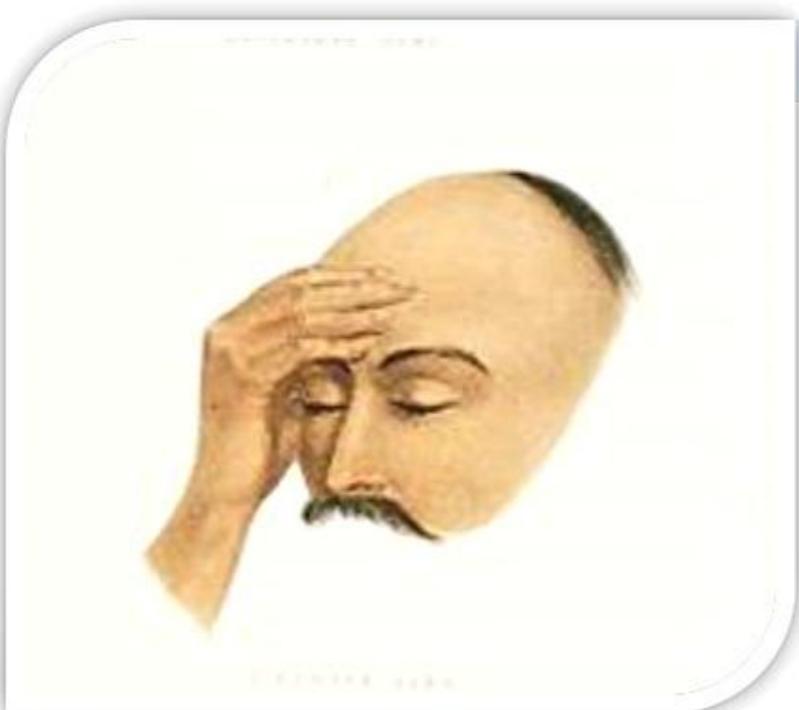
сердце

ॐ हृदयाय नमः

om hrdayaya namah



# ХРИДАЯДИ-НЬЯСА



лоб

नं शिरसे स्वाहा

nam śirase svāhā



# ХРИДАЯДИ-НЬЯСА

Макушка



ਮ ਸ਼ਿਖਾਯੈ ਵ਷ਟ्

mat śikhāyai vasat



# ХРИДАЯДИ-НЬЯСА



скрещене́е рук

शिं कवचाय हुं

śim̄ kavacāya hūṁ



# ХРИДАЯДИ-НЬЯСА



три глаза

वां नेत्रत्रयाय वौषट्

vāṁ netratrayāya vauṣat̄



# ХРИДАЯДИ-НЬЯСА



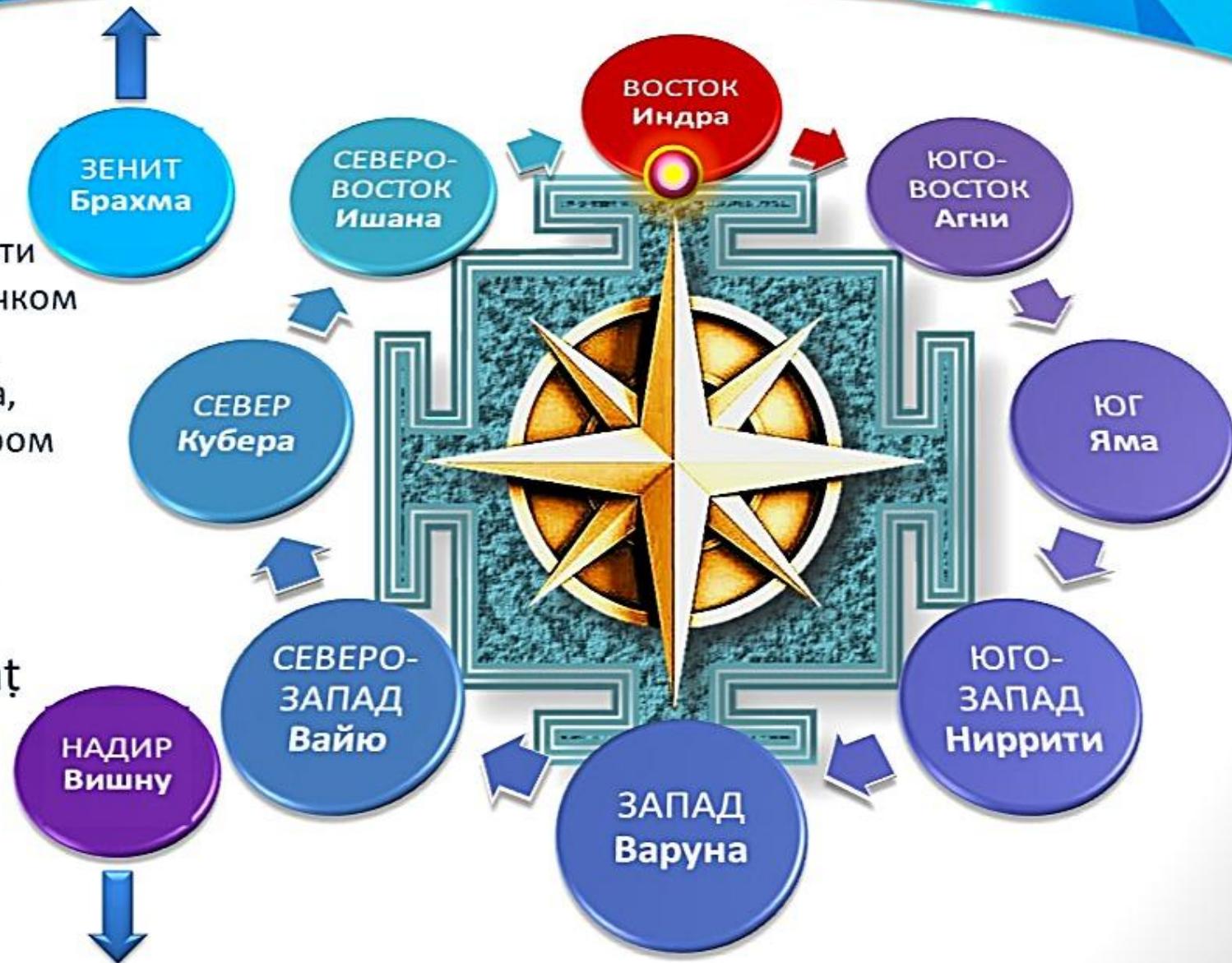
хлопок по ладони

यं अस्त्राय फट्

yat̄ astrāya phaṭ



# ДИГ-БАНДХАНА



Ограждение десяти  
сторон света щелчком  
пальцев по кругу,  
начиная с Востока,  
заканчивая надиром  
с мантрой:

ॐ फट्  
hum phat̄



# ДХЬЯНА



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

karpūragauram̄ karuṇāvatāram  
saṁsārasāram̄ bhujagendrahāram̄ |  
sadā vasantam̄ hṛdayāravinde  
bhavaṁ bhavānīsahitaṁ namāmi ||

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



# МАНАСА-ПУДЖА

Выполняется медитация на внутренний Шивалингам  
с ментальным подношением пяти упачар.



Мы омываем водой всех океанов и рек свою душу в образе Господа Шивы,  
восседающего в лотосе нашего сердца.

Мы умащаем нашу душу всеми ароматами, рожденными Землей.

Мы осыпаем наше сердце самыми прекрасными цветами всего мира.

Мы окутываем нашу душу дымом ароматных благовоний.

Мы омываем наш внутренний Шивалингам огнем.



# АВАХАНА

После ментальной пуджи садхака сосредотачивается на присутствии Бога в себе, открывает глаза, и, первое что он видит – это Шивалингам, явленный образ Шивы. Практикующий как бы «выдыхает» божественное присутствие в цветок и возлагает его к основанию Шивалингама с мантрами:



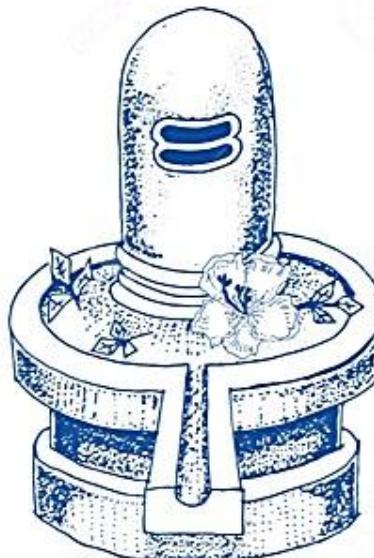
**ॐ नमः शिवाय| आवाहनं समर्पयामि|**

om namaḥ śivāya āvāhanam̄ samarpayāmi

*ОМ! почитание Шиве! Предлагаю приглашение (призыв)!*

**ॐ नमः शिवाय| आसनं समर्पयामि**

om namaḥ śivāya āsanam̄ samarpayāmi



*ОМ! Почитание Шиве! Предлагаю место (асану)!*



# ПРИВЕТСТВИЕ

Следует коснуться ладонями Шивалингама. Затем поклониться Богу с мантрами:



ॐ शक्तिशिव साक्षात् परब्रह्म तस्मै  
योनिलिङ्गाभ्यां नमः

om śaktiśiva sākṣat̄ parabrahma tasmai  
yoniliṅgābhyaṁ namaḥ

*ОМ! Йони и Лингаму — воистину вместилища  
божественной силы Шивы и образу высшего Брахмана —  
почитание!*

ॐ भवं भवानी सहितं नमामि

om bhavaṁ bhavānī sahitam̄ namāmi

*ОМ! Бхаве-Сущему и Бхавани-Сущей я поклоняюсь!*



# ПАНЧОПАЧАРА-ПУДЖА

Выполняется символическое подношение пяти элементов, составляющих основу этого мира, плюс подношение найведьи как совокупности этих элементов и воды для ачаманы как части ритуального этикета.

ВОДА

Возливается немного чистой воды на Шивалингам

ЗЕМЛЯ

Шивалингам умащается ароматным маслом

ЭФИР

Шивалингам украшается цветами

ВОЗДУХ

Шивалингам окуряется ароматным дымом благовоний

ОГОНЬ

Шивалингам омывается огнем

НАЙВЕДЬЯ И  
АЧАМАНА

Шивалингаму подносятся фрукты и небольшая емкость с водой

# ПАНЧОПАЧАРА-ПУДЖА

Вода

ॐ नमः शिवाय जलस्तानां समर्पयामि...om̄ namaḥ śivāya jalasnānāṁ samarpayāmi

Ароматное масло

ॐ नमः शिवाय गन्धं समर्पयामि.....om̄ namaḥ śivāya gandham̄ samarpayāmi

Цветы (цветок)

ॐ नमः शिवाय पुष्पाणि (पुष्पं) समर्पयामि...om̄ namaḥ śivāya puṣpāṇi (puṣpāṁ) samarpayāmi

Благовония

ॐ नमः शिवाय धूपं समर्पयामि.....om̄ namaḥ śivāya dhūpam̄ samarpayāmi

Дипа

ॐ नमः शिवाय दीपं समर्पयामि.....om̄ namaḥ śivāya dīpam̄ samarpayāmi

Найведья

ॐ नमः शिवाय नैवेद्यं समर्पयामि.....om̄ namaḥ śivāya naivēdyam̄ samarpayāmi

Ачамана

ॐ नमः शिवाय अचमनीयं समर्पयामि...om̄ namaḥ śivāya acamanīyam̄ samarpayāmi



# ПАНЧОПАЧАРА-ПУДЖА



## Вода

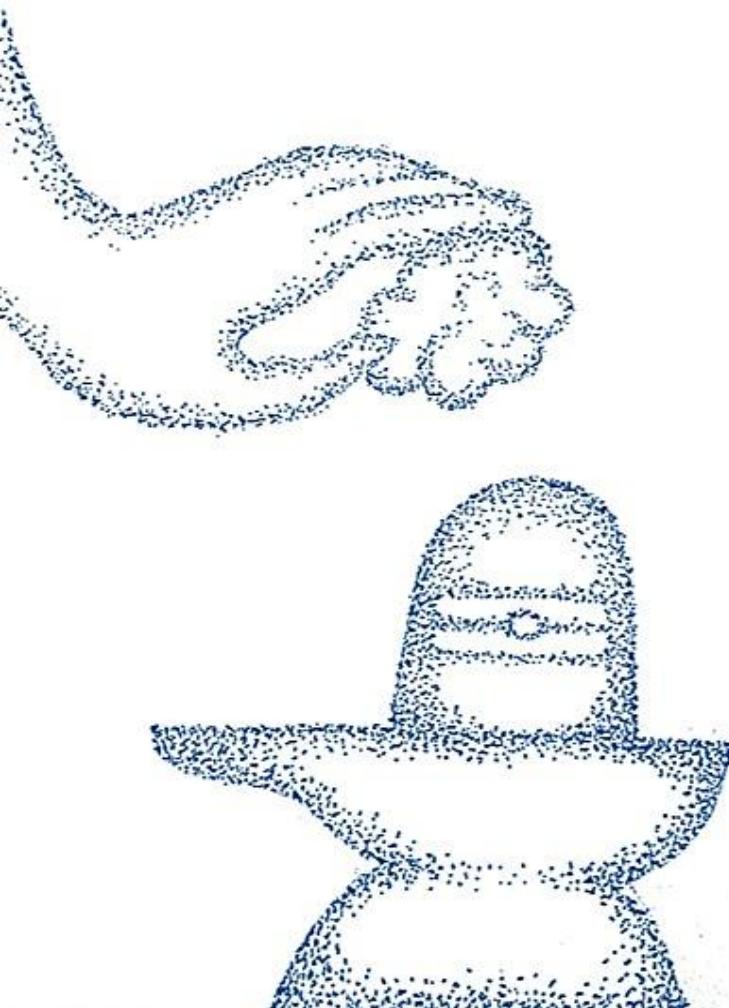
ॐ नमः शिवाय | जलस्नानं समर्पयामि |

om namaḥ śivāya  
**jalasnānāṁ** samarpayāmi

Возливается немного чистой воды на Шивалингам



# ПАНЧОПАЧАРА-ПУДЖА



## Ароматное масло

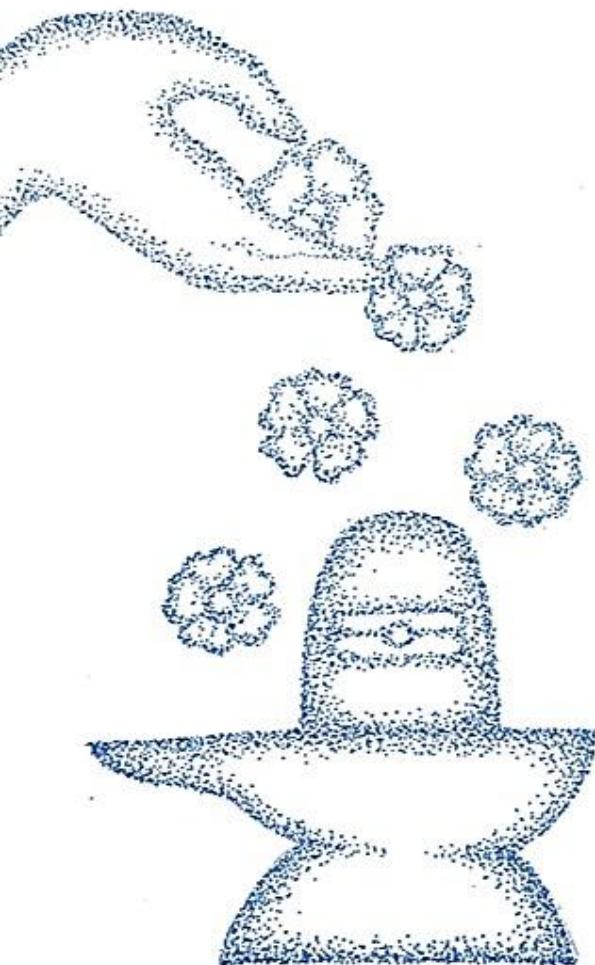
ॐ नमः शिवाय | गन्धं समर्पयामि|

om namaḥ śivāya  
**gandham** samarpayāmi

*Шивалингам умащается ароматным маслом*



# ПАНЧОПАЧАРА-ПУДЖА



## Цветы

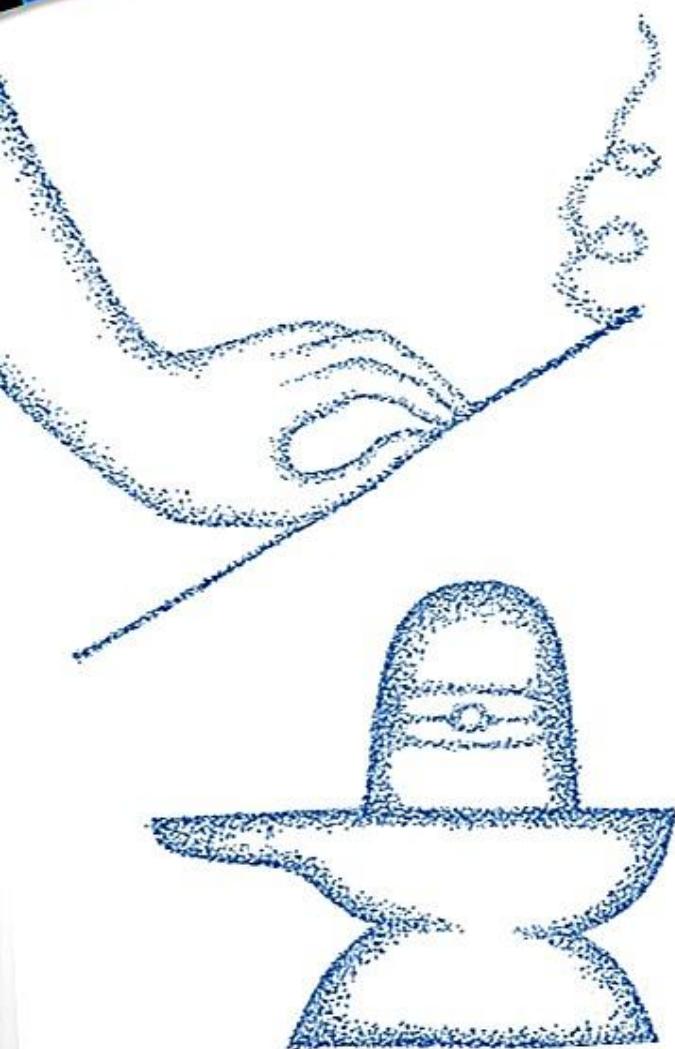
ॐ नमः शिवाय | पुष्पाणि (पुष्पं) समर्पयामि |

om namaḥ śivāya  
puṣpāṇī (puṣpāṁ) samarpayāmi

*Шивалингам украшается цветами*



# ПАНЧОПАЧАРА-ПУДЖА



## Благовония

ॐ नमः शिवाय | धूपं समर्पयामि|

om namaḥ śivāya **dhūpaṁ** samarpayāmi

*Шивалингам окуривается  
ароматным дымом благовоний*



# ПАНЧОПАЧАРА-ПУДЖА



Дипа

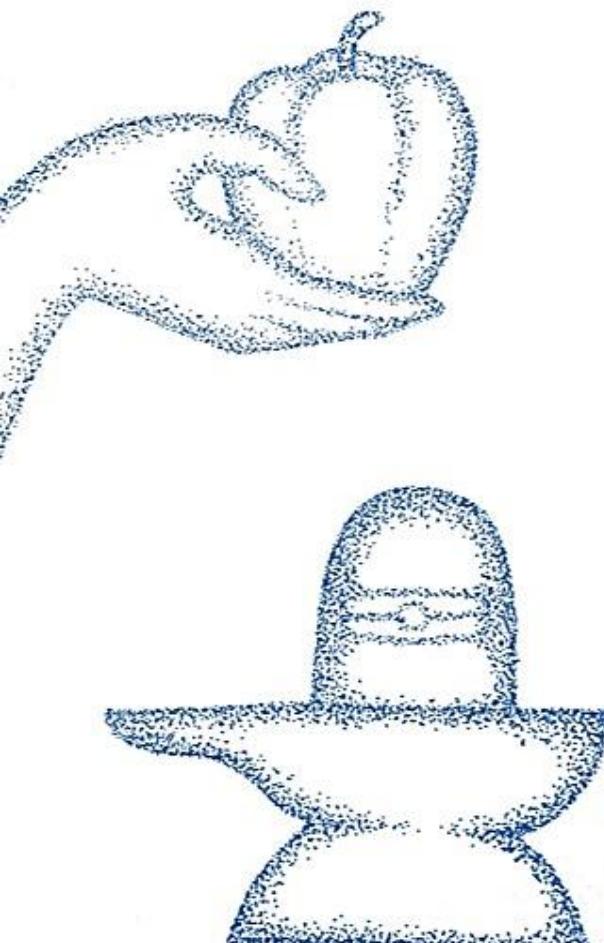
ॐ नमः शिवाय | दीपं समर्पयामि|

om namaḥ śivāya **dīpaṁ** samarpayāmi

Шивалингам омывается огнем



# ПАНЧОПАЧАРА-ПУДЖА



## Найведья

ॐ नमः शिवाय | नैवेद्यं समर्पयामि|

om namaḥ śivāya **naivēdyam** samarpayāmi

*Шивалингаму подносятся свежие фрукты*



# ПАНЧОПАЧАРА-ПУДЖА



## Ачамана

ॐ नमः शिवाय । अचमनीयं समर्पयामि ।

om namaḥ śivāya **acamanīyam** samarpayāmi

*Шивалингаму подносится сосуд с водой*



# МОЛИТВА



नमः शिवाय शान्ताय कारणत्रय हेतवे ।

निवेदयामि चात्मनं गतिस्त्वं परमेश्वर ॥

न जानामि योगं जपं नैव पूजां न तोऽहं सदा सर्वदा शम्भु तुभ्यम् ।

जरा जन्म दुःखौघतातप्यमानं प्रभो पाहि आपन्नमामीश शम्भो ॥

namah̄ śivāya śāntāya kāraṇatraya hetave nivedayāmi

cātmanam̄ gatistvam̄ parameśvara

na jānāmi yogam̄ japaṁ naiva pūjām̄ nato'ham̄ sadā sarvadā śambhu tubhyam

jarā janma duḥkhau-ghatā-tapyamānam̄ prabho pāhi āpannamām̄ īśa śambho

Я не знаю ни йоги, ни джапы, ни правил пуджи,  
но всегда стараюсь служить тебе, о Шамбху!

От всех страданий и бед рождения избавь, помилуй, о Господь!

Будь милостив ко мне, о Шамбху!



# МОЛИТВА ЧЕТКАМ



ॐ मां माले महामाये सर्वशक्तिस्वरूपिणि ।  
चतुर्वर्गस्त्वयि न्यस्तस्तस्मान्मे सिद्धिदा भव ॥

om mām mālē mahāmāyē sarva-śakti-svarūpiṇi ।  
catur-vargas-tvayi nyastas-tasmān-mē siddhidā bhava ॥

*О Мала, Ты - поистине воплощение Великой Майи! Ты являешь собой всю силу!  
Ты представляешь собой все четыре цели жизни (артиха, дхарма, кама, мокша)!  
Прошу тебя даровать мне совершенство.*

ॐ अविघ्नं कुरु माले त्वं गृह्णामि दक्षिणे करे ।  
जपकाले च सिद्ध्यर्थं प्रसीद मम सिद्धये ॥

om avighnam kuru māle tvam gr̄hṇāmi dakṣiṇe kare  
japakāle ca siddhyarthaṁ prasīda mama siddhaye

*ОМ! Пожалуйста, сделай мою джапу безупречной, устрани все препятствия во время чтения джапы и будь милостива ко мне, когда я держу тебя в правой руке!*



# ДЖАПА

ॐ अक्षमालाधिपतये सुसिद्धिं देहि देहि ।

सर्वमन्त्रार्थसाधिनि साधय साधय ।

सर्वसिद्धिं परिकल्पय परिकल्पय मे स्वाहा ।

om akṣamālādhipatayē susiddhim̄ dehi dehi sarvamantrārthaśādhini  
śādhaya śādhaya sarvasiddhim̄ parikalpaya parikalpaya me svāhā ||

*Прошу Тебя, повелительницы четок, даруй мне успех в практике, и пусть совершенство будет даровано мне. Я полностью полагаюсь на Тебя, полностью предлагаю себя!*

Выполняется джапа – минимум 108 раз (1 круг на четках-джапамала) мантры:

ॐ नमः शिवाय

om namaḥ śivāya



# МОЛИТВА ЧЕТКАМ



Предложение плода джапы Божеству:

ॐ गुह्यातिगुह्यगोप्ता त्वं गृहणास्मत्कृतं जपम् ।

सिद्धिर्भवतु मे देव त्वत्प्रसादान्महेश्वर ॥

om guhyāti-guhya-goptā tvam gr̥hāṇāsmat kṛtam jepam |

siddhir bhavatu me deva tvatprasādān-maheśvara ||

*Ом. О Господь! Ты хранитель самого сокровенного!*

*Пожалуйста, прими результат моей джапы.*

*Благодаря Твоей милости, да достигну я совершенства. Ом!*

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



# МАХАМРИТЬЮНДЖАЯ

त्यंबकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् ।

tryambakam yajāmahe sugandhim puṣṭivardhanam ।

उर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीय माऽमृतात्

urvārukamiva bandhanānmṛtyormukṣīya mā'mṛtāt ॥

*Почитаем Трехокого Господа, Благоухающего, Питающего благом всех!*

*Как созревший огурец от стебля, так и нас да избавит Он от уз смерти ради Бессмертия!*



# ШАНТИПАТХА

ॐ नमो भगवते रुद्राय विष्णवे मृत्युर्मे पाहि| सदाशिवोम्|

om namo bhagavate rudrāya viṣṇave mṛtyurme pāhi sadāśivom

*ОМ! Почитание владыке Рудре, Вездесущему! Спаси меня от смерти, о вечно Благой!*

ॐ सह नाववतु |सह नौ भुनक्तु |सह वीर्यं करवावहै ।  
तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ॥  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः

om .. saha nāvavatu saha nau bhunaktu saha vīryam karavāvahai .  
tejasvināvadhītamastu mā vidviṣāvahai ..  
om śāntih śāntih śāntih

*ОМ! Да будем мы все защищены! Да будем мы решительны!  
Да будем мы блестать знанием! Да не будем мы завидовать и враждовать!  
ОМ! мир, мир, мир!*



# ВИСАРДЖАНА

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

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.

Медитация заканчивается произнесением мантры:

ॐ शिवोऽहं

om śivo'haṁ

Я – ШИВА!



# ВКУШЕНИЕ ПРАСАДА

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

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

om brahmārpaṇam brahma havirbrahmāgnau brahmaṇā hutam ।

brahmaiva tena gantavyam 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*



# ВКУШЕНИЕ ПРАСАДА

ॐ अहं वैश्वानरो भूत्वा प्राणिनां देहं आश्रितः।  
प्राणापान समायुक्तः पचास्यन्नं चतुर्विधम् ॥

om aham vaiśvānaro bhūtvā prāṇināṁ dehaṁ āśritaḥ

prāṇāpāna samāyuktaḥ pacāmyannam caturvidham

*ОМ! Я — священный огонь Вайшванара, питаемый пранами (жизненными силами) и защищающий тело, соединяющий прану и апану, поглощающий пищу четырёх видов*



# МУДРЫ ПРАН

Выполняются над прасадом ладонью вниз:

ॐ प्राणाय स्वाहा | om̄ prāṇāya svāhā |



ॐ अपानाय स्वाहा | om̄ apānāya svāhā |



ॐ व्यानाय स्वाहा | om̄ vyānāya svāhā |



ॐ उदानाय स्वाहा | om̄ udānāya svāhā |



ॐ समानाय स्वाहा | om̄ samānāya svāhā |



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



# МАНТРА ПОЛНОТЫ



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

पूर्णतःहं

pūrṇataḥam

Далее читается мантра Полноты:

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते  
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ॥

om pūrṇamadaḥ pūrṇamidam pūrṇātpūrṇamudacyate  
pūrṇasya pūrṇamādāya pūrṇamevāvaśiṣyate ॥

*ОМ! Всё это — полнота, и то — полнота. Полнота этого произошла от полноты того и несёт в себе полноту полноты, и та полнота остаётся при этом полнотой*

Читается протяжно и нараспев три раза мантра





# МОЛИТВА АННАПУРНЕ

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

अन्नपूर्णे सदापूर्णे शङ्करप्राणवल्लभे ।  
 ज्ञानवैराग्यसिद्ध्यर्थं भिक्षां देहि च पार्वती ॥  
 माता च पार्वती देवी पिता देवो महेश्वरः ।  
 बान्धवाः शिवभक्ताश्च स्वदेशो भुवनतयम् ॥

annapūrṇe sadāpūrṇe śaṅkaraprāṇavallabhe ।  
 jñānavairāgyasiddhyartham bhikṣāṁ dehi ca pārvatī ॥  
 mātā ca pārvatī devī pitā devo maheśvaraḥ ।  
 bāndhavāḥ śivabhaktāśca svadeśo bhuvanatrayam ॥

*O, 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.*



# Натешвари-пантх Натха-сампрадайя

Для блага всех живых существ составили  
Каулачарья Абхинаванатх Агхор Пир и Ананди Шакти.



ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः

Озвучка мантр: Савитри Дэви  
Дизайн и верстка: Ананди

Сверка: Алина Горшкова, Елена Карпикова