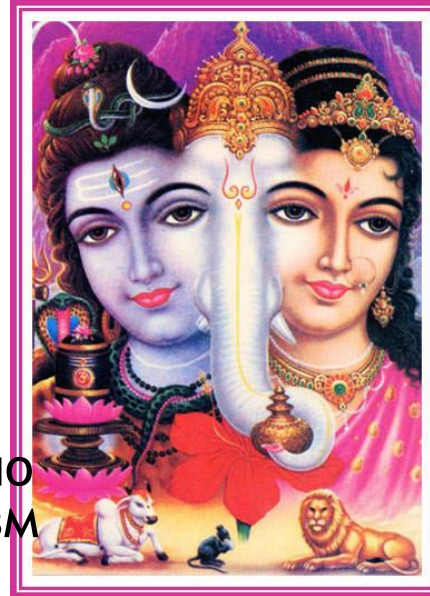


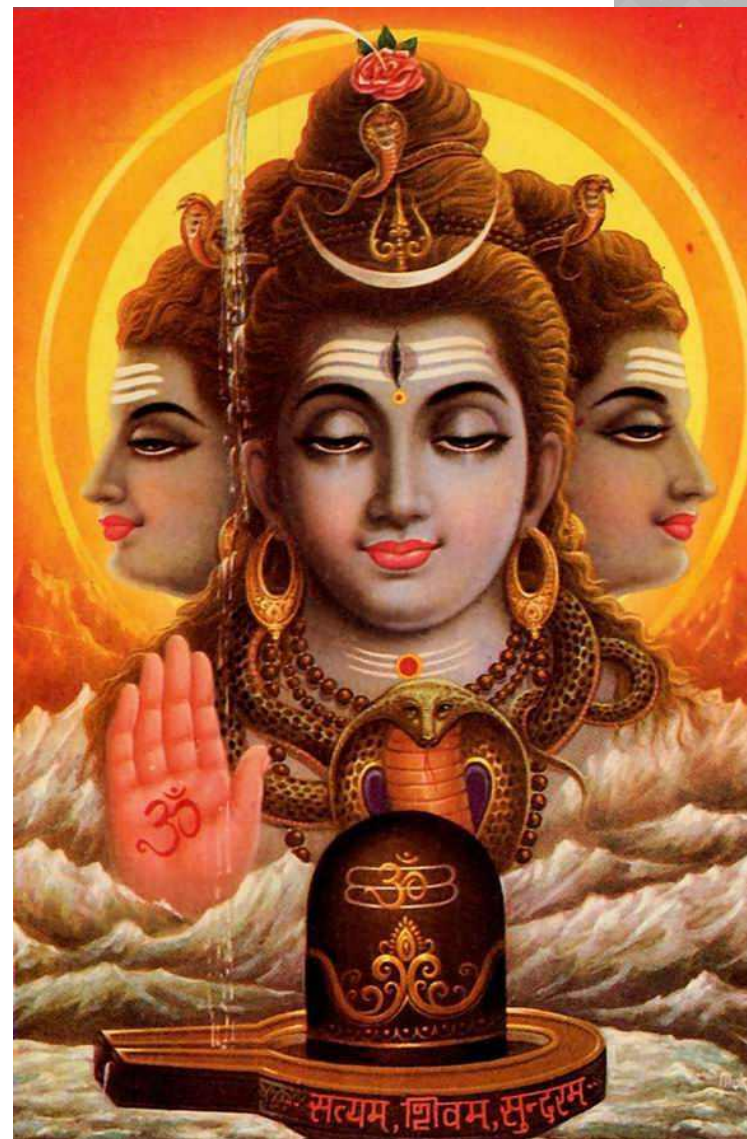


ИНДУИЗМ

- Индуизм - самая большая национальная религия в мире. По данным энциклопедии “Народы и религии мира”, всего в мире на 1996 год было около 800 миллионов сторонников этой религии, что составило 14% всего населения земного шара. Сегодня индуизм является доминирующей религией в Индии (индуистов более 80 процентов населения) и в Непале (индуистов около 80 процентов населения). Кроме того, индуисты есть во всех странах, где живут индусы.
- Наиболее крупные общины индуистов в 1996 году были в странах Азии: в Бангладеш (15 млн.), Индонезии (4 млн.) Шри-Ланка (2,5 млн.), Пакистане (1,3 млн.), Малайзии (1,1 млн.). Наиболее крупная община индуистов Африки была в ЮАР (700 тыс.), наиболее крупная община индуистов Америки - в США (575 тыс.), наиболее крупная община индуистов Европы - в Великобритании (500 тыс. последователей).



- Индуистские служители культа (их называют “брахманами”) говорят, что “индуистом нельзя стать - им надо родиться”. Имеется в виду, что сторонниками индуизма могут быть только индусы по национальности. Однако несмотря на утверждения служителей культа, что неиндусы не могут быть индуистами, в США, Канаде и Великобритании среди индуистов можно встретить и лиц другой национальности.



ИНДУИЗМ

- Индуизм возник в Индии в период времени между I и V вв. н.э. Предшественницей и главным идейным истоком индуизма была религия, которую называют брахманизмом (VII в до н.э. - V в.н.э.). В свою очередь брахманизму предшествовала так называемая ведическая религия (XVI в. до н.э. - VII в до н.э.).
- Служители культа во всех трёх религиях (в ведической религии, в брахманизме и в индуизме) призывали верующих молиться в основном одним и тем же богам. В ведической религии верховным богом признавался **Индра**, бог грома и молнии. В брахманизме как верховному богу поклонялись **Брахме**, творцу мира и покровителю служителей культа. В индуизме существуют разные конфессии и разные боги в них почитаются как верховные. Но ни в одной из них верховным богом не считается Брахма. Непризнание Брахмы верховным богом составляет главное отличие индуизма от брахманизма.

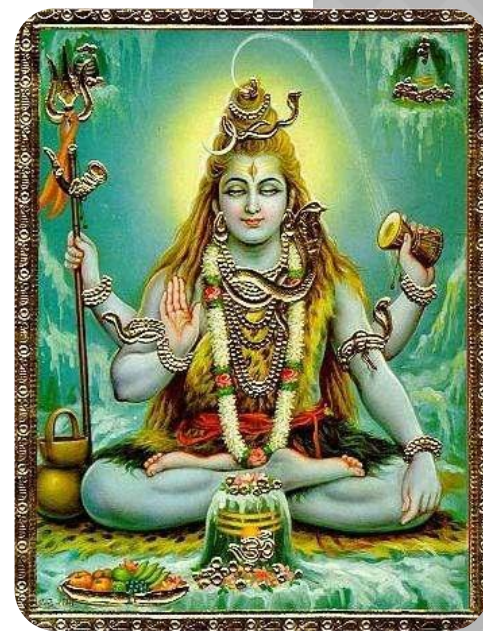


- Брахманы в древней Индии обладали большими преимуществами. Кроме монополии на профессиональную религиозную деятельность, они обладали ещё и монополией на педагогическую и научную деятельность. Но, кроме того, они имели ещё право на присвоение половины всех налогов, которые получали светские власти. Привилегированное положение брахманов в обществе отразилось и в религии того времени. Покровитель их касты и профессии служителей культа, которая монопольно принадлежала этой касте, бог Брахма, считался одновременно и верховным богом.
- Представители трех других основных каст (кшатрии, вайшьи и шудры), недовольные сложившейся ситуацией, совершили социальный переворот. Брахманов лишили права присваивать себе часть налогов, лишили их и монополии на педагогическую и научную деятельность. Все, что им оставили, - это право быть служителями культа.

- Индуисты верят в существование двух групп сверхъестественных существ: **богов и демонов.**
- Демоны. Демоны делятся на три вида:

асуры (“небоги”),
ракшасы (“те, кого сторонятся”),
пишачи

- Асуры - противники богов, а ракшасы и пишачи - противники людей. Ракшасы вредят людям всеми возможными способами, а пишачи - главным образом через болезни, которые они насылают на людей. Функции демонов: творить зло, быть противниками богов, быть противниками людей. Но среди демонов встречаются и такие, которые совершают отдельные добрые поступки.



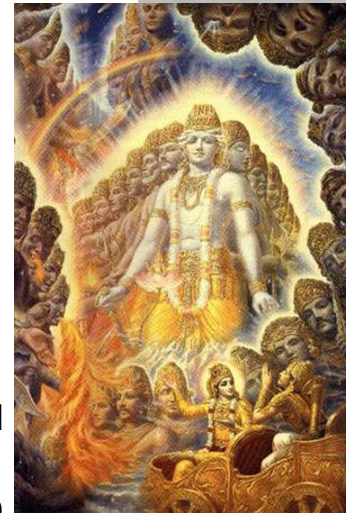
- ◉ Демонов много: их количество исчисляется миллионами. Демоны имеют плоть и пол. В обычном виде они выглядят уродливо, но для осуществления своих коварных планов могут приобретать облик мужчин и женщин. Демоны смертны: их тела погибают в сражениях с богами и людьми, а их души - вместе с гибелью Вселенной.
- ◉ Иногда люди воспринимают демонов органами чувств, иногда не воспринимают. Но если в иудаизме (а также в христианстве и исламе) делается акцент на то, что в подавляющем большинстве случаев люди демонов не видят и не слышат, то в индуизме такого акцента нет.
- ◉ Демоны делятся на старших и младших. Главного демона зовут **Бали**. Он вместе со многими другими демонами живёт в подземном царстве.



БОГИ



- ◉ В священной литературе в разных местах указывается разное количество богов: и 33, и 333, и 3306, и 3339. Практически наиболее почитаемыми во всех конфессиях являются 9 богов.
- ◉ Боги - это верховные сверхъестественные существа, управляющие миром. Как и в любой другой политеистической религии, каждый из богов имеет свои специфические функции. Одни боги выглядят как обычные люди, но, как правило, огромного роста, другие - в основном как люди, но с какими-то особенностями в строении организма (четыре руки, три глаза и др.), третьи - как животные (например, как обезьяны), четвёртые - как полулюди-полуживотные (например, царь птиц Гаруда изображается с головой и крыльями орла и с туловищем человека). Один из богов (Брахман) вообще не имеет видимого тела.
- ◉ Боги требуют поклонения, которое обозначается словом “пуджа”. Богам поклоняются в храмах и дома, перед семейным алтарём. Пуджа включает в себя пробуждение богов утром музыкальными звуками перед их изображениями (например, звоном колокольчиков), приношение изображениям богов цветов, воды и продуктов, молитвы и др.



БОГИ

- Согласно вероучению индуизма, боги бессмертны. Но есть два исключения. Первым исключением является Ганеша, а вторым - Кама. Кама умер, испепелённый огненным лучом разгневанного Шивы. Но потом по просьбе Парвати Шива сделал так, чтобы Кама родился второй раз.
- Загробная жизнь имеет два этапа. Первый этап называется сансарой. Второй - выходом из сансары. Буквальный перевод слова “сансара” с санскрита звучит как “странствование”. Наряду с санскритским термином “сансара” для обозначения первого этапа загробной жизни в литературе используются также французское слово “реинкарнация” и русское - “перерождение”. По своей сущности это переселение души из одного тела (после его смерти) в другое.



БОГИ

- ⦿ Механизмом сансары является карма (“поступок”, “деяние”). Карма - это закон перерождения, согласно которому при преобладании хороших поступков человек получает хорошее перерождение, при преобладании плохих - плохое перерождение. Индуисты в связи с этим говорят: какова карма - такова и сансара. Если у вас хорошая карма, то будет хорошая сансара. Хорошее перерождение - это тело здорового, богатого человека со счастливой судьбой. Плохое перерождение - это тело или растения, или животного, или человека больного, бедного и несчастного. По воззрениям индуистов преступник в одной из следующих жизней становится жертвой того преступления, какое он совершил.
- ⦿ Второй этап загробной жизни для особо заслуженных праведников обозначается термином “мокша” (“избавление” “освобождение”). Мокша по своему существу - это слияние душ особо заслуженных праведников с душой Брахмана. Это слияние означает выход из сансары и понимается как высшее и вечное блаженство.



БРАХМА

- **Бог Брахма** – в индуистской мифологии верховный бог главной триады богов наряду с Вишну и Шивой. Почитается как создатель Вселенной в отличие от Вишну, ее хранителя, и Шивы-разрушителя.
- Согласно сказаниям, Брахма рождается из яйца, плавающего в первобытном океане. Он делит яйцо на две половинки, из которых возникают небо и земля, а затем весь видимый мир и живые существа: боги, люди, животные и растения. Дни и ночи жизни Брахмы определяют ритм жизни всей Вселенной.
- Описывается, что цвет кожи Брахмы красноватый и одет он в красные одежды. Брахма имеет четыре головы, четыре лица и четыре руки.



ВИШНУ

- **Вишну** (санскр. «вездесущий», «предвечный») - один из высших богов индуистской мифологии, составляющей вместе с Брахмой и Шивой божественную триаду – тримурти. Вишну хранит мироздание, созданное Брахмой и обреченное на разрушение Шивой.

Вишну обычно изображают многоруким темнокожим божеством, восседающим на троне в свободной позе.

Его атрибуты – палица, чакра (индийское метательное оружие), раковина и лук. Вишну одет в желтые шелковые одежды и увенчан диадемой, на шее его благоуханные гирлянды а на руках – браслеты.



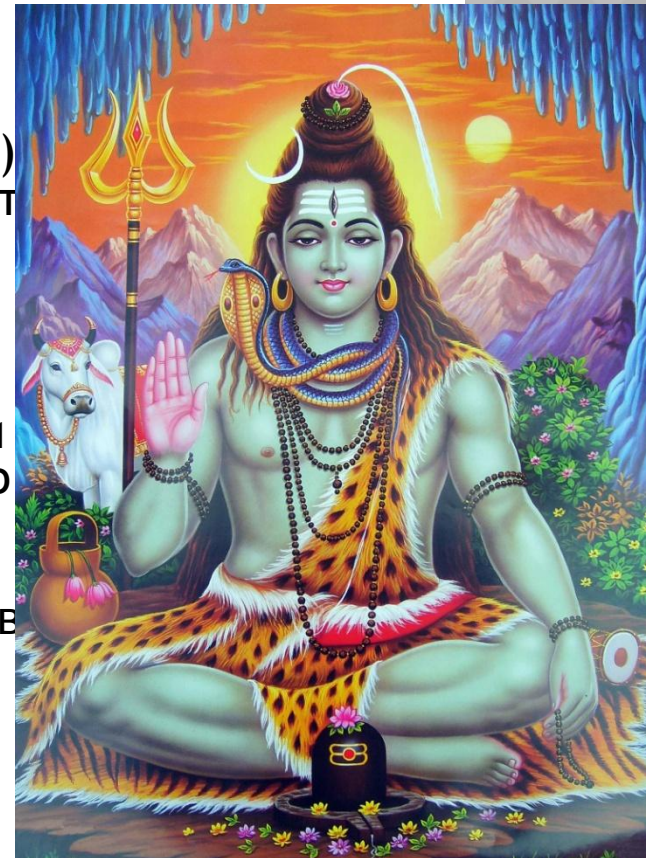
ЛАКШМИ

- **Лакшми**, супруга Вишну, почитается индусами как богиня изобилия и процветания. Лакшми изображается как красивая женщина с четырьмя руками, сидящая на лотосе, одетая в роскошные одеяния и украшенная драгоценностями. Выражение ее лица всегда умиротворенное и любящее. Самой главной отличительной чертой Лакшми является то, что она всегда восседает на лотосе. Лотос символизирует неразрывную связь Шри-Лакшми с чистотой и духовной силой.



ШИВА

- ◉ **Шива** –разрушитель вселенной, но он же воссоздаёт ее заново.
- ◉ Тришула (трезубец) в правой руке Шивы символизирует три гуны - саттву, раджас и тамас. Посредством этих трех гун Шива управляет миром. Дамара (священный барабан) который прикреплен к трезубцу, символизирует слог "ом", из которого состоят все языки. Из звуков дамару Шива сотворил санскрит. Горло Шивы характерного синего цвета. Согласно преданиям, Шива проглотил яд, предназначавшийся для гибели человечества и остановил его внутри своего горла и до сих пор держит его там, чтобы не допустить всеобщей гибели. Течение Ганги в волосах Шивы символизирует нектар бессмертия, полумесяц в волосах обозначает, что Шива полностью контролирует Свой ум.



ШИВА

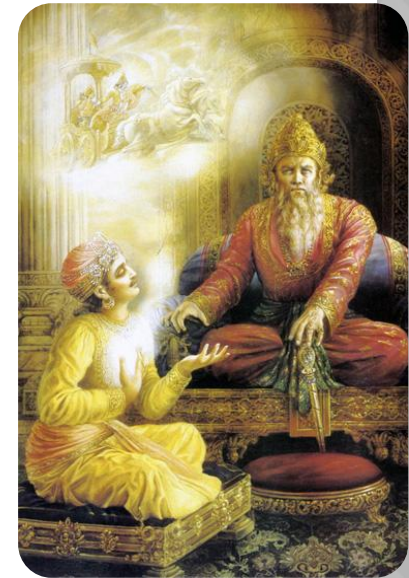
- Тело Шивы белого цвета - символ духовной чистоты. В середине Его лба находится третий глаз, - глаз мудрости способный видеть сквозь пространство и время. На лбу у Шивы – три полосы бхасмы - символ того, что Шива уничтожил три загрязнения: анаву (эгоизм), карму (последствия прошлых поступков) и майю (иллюзию).
- Змея на теле Шивы есть джива (личная душа), которая покоится на Шиве. Пять капюшонов обозначают пять чувств или пять таттв, а именно: землю, воду, огонь, воздух и эфир. Личная душа наслаждается существующими в мире объектами посредством этих пяти таттв. Когда джива (личная душа) путем контроля над чувствами и умом достигает знания, она находит свое вечное надежное прибежище в Шиве, Высшей Душе.



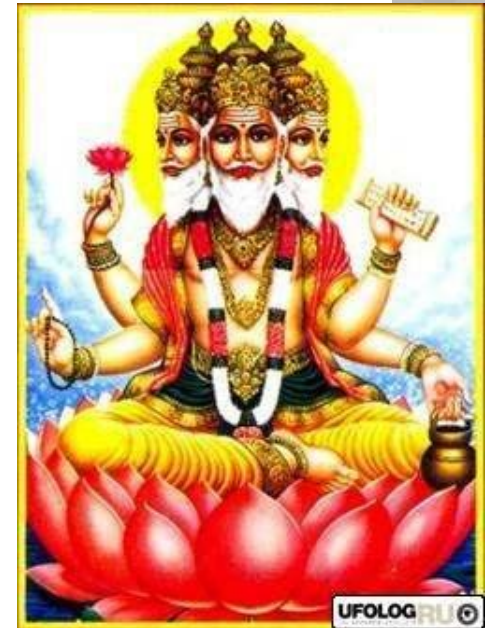
НАПРАВЛЕНИЯ

- В индуизме не существует общей, центральной доктрины, авторитетной для всех индуистских традиций, а многие индуисты вообще не считают, что принадлежат к какой-либо определённой традиции. Учёные, однако, выделяют в современном индуизме четыре основных направления:

- Шактизм
- Шиваизм
- Смартизм
- Вайшнавизм



- Основная разница между данными направлениями индуизма заключается в том, какой форме Бога оказывается поклонение как Всевышнему, и в традиции, связанной с этим поклонением. Последователи монотеистической традиции вайшнавизма поклоняются Вишну и его основным аватарам, таким как Кришна и Рама, как Богу в различных Его формах.
- Шиваиты поклоняются Шиве; Шакты – Шакти, олицетворённой в женском божестве или Богине-матери Девы, тогда как смарты верят в единство пяти божеств Шанмата, которые выступают как персонификация Всевышнего.
- Другие направления в индуизме, такие как ганапатья (культ поклонения Ганешу) и саура (поклонение богу Солнца Сурье), не имеют много последователей и не распространены так широко.



ВЕРОВАНИЯ

Существуют практики и верования, которые занимают в индуизме центральное место, и которые можно признать типичными для индуизма:

- Дхарма — морально-нравственный долг, этические обязательства.
- Сансара — круговорот рождения и смерти, вера в перевоплощение души после смерти в тела животных, людей, богов.
- Карма — вера в то, что порядок перерождений определяется совершёнными при жизни поступками и их последствиями.
- Мокша — освобождение из круговорота рождения и смерти сансары.
- Йога в различных её направлениях.



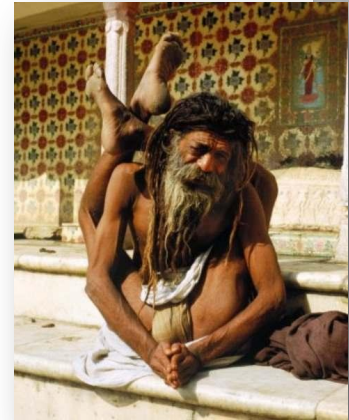
ЙОГА



- ◎ Йога — учение, дошедшее до нас из глубины веков и упомянутое в самых древних источниках, учение отголоски которого можно встретить практически во всех религиях, ритуальных практиках и эзотерических школах.

Как утверждают, родина йоги — древнейшая на Земле цивилизация — Арктида. Эта цивилизация процветала много тысяч лет назад на материке, соединяющим Америку и Евразию. После глобальной катастрофы, она исчезла в водах Северного Ледовитого океана. Уцелевшие жители Арктиды и донесли йогу до жрецов и посвященных Хиттиды, Пацифиды и Атлантиды, а уже затем йога попала в Индию и Египет.

- Археологические находки позволяют с определенностью утверждать, что учение йоги было известно уже 2,5 тыс. лет до н.э. Именно к этому периоду относят изображения йогов в характерных позах, найденные в раскопках древней культуры Мохенджо-Даро. Однако устная традиция говорит о гораздо более древнем происхождении йоги. При этом эзотерическую историю йоги, как было сказано выше, ведут от Индии вглубь веков к древнему Египту, а от него — к еще более отдаленным легендарным цивилизациям — Атлантиде, Арктиде и некоторым другим.

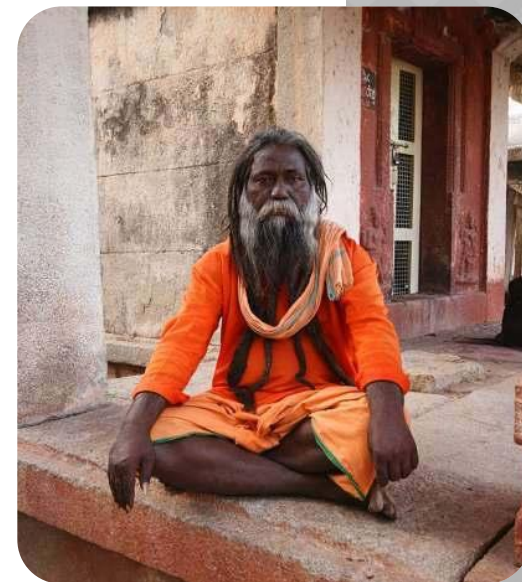




- Тысячу лет до нашей эры в долине реки Ганг появилась индо-арийская культура. В ведический период (с XV по VI в. до н.э.) в Индии появились Веды — священные книги индийских мудрецов, а затем комментарии к ним — Упанишады. Веды и Упанишады способствовали развитию философской мысли в Индии, создав целый ряд философских школ, к одной из которых относят и систему йоги. Шло время, и мысль облекалась в действие: так родились шесть брахманнческих даршан, шесть философских систем. Имена им Миманса, Веданта, Санкхья, Йога, Вайшешика и Ньяя. Однако йога, считаясь одной из шести традиционных систем индийской философии, признается всеми этими философскими системами как общий метод и практическое средство познания мира.
- Во II веке до н.э. легендарный индийский мудрец *Патанджали* в своем классическом труде "Йога-сутра" обобщил опыт прошлых поколений, собиравших и выверявших эти знания, и выпустил книжку в виде сутр - поучительных изречений, в чем его великая заслуга перед человечеством.

Средства йоги Патанджали представил в виде восьми ступеней поиска своей души, и называют ее восьмиступенной или восьмичастной йогой Патанджали:

- ◉ *яма* — ограничения во взаимоотношениях с людьми и с природой;
- ◉ *нияма* — предписания образа жизни;
- ◉ *асана* — разнообразные позы и положения тела;
- ◉ *пранаяма* — дыхательные упражнения, связанные с набором энергии;
- ◉ *пратьяхара* — контроль и ослабление потока восприятия, психическая релаксация;
- ◉ *дхарана* — концентрация мысли;
- ◉ *дхьяна* — медитация, регулируемый поток сознания;
- ◉ *самадхи* — измененное, экстатическое состояние сознания.



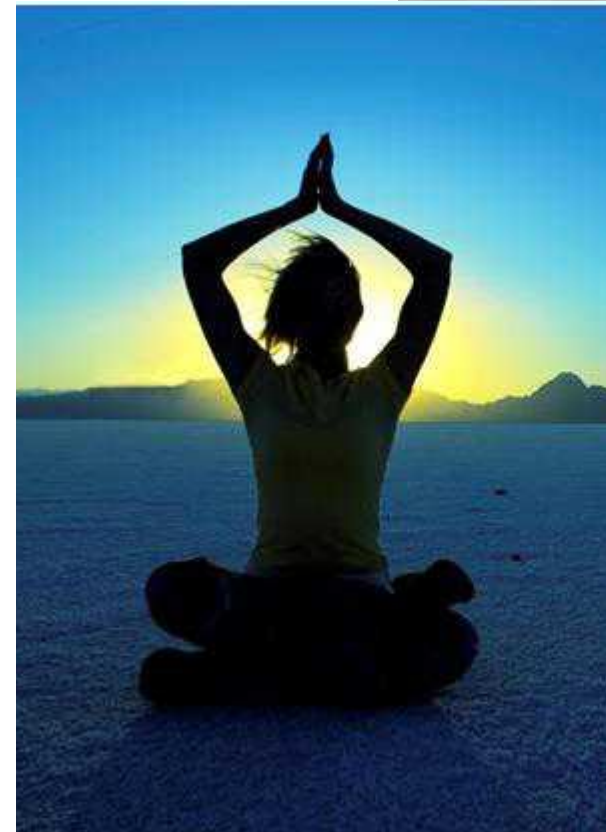
НАПРАВЛЕНИЯ ЙОГИ

Распространение йоги было связано с выделением из единой некогда системы йоги отдельных направлений, акцентирующих внимание на каком-либо частном звене этого учения. При этом ученик мог выбирать то или иное направление личного самосовершенствования в зависимости от своих индивидуальных особенностей и склонностей.

Среди таких частных направлений йоги можно отметить следующие:

- — *хатха-йога*, направленная в основном на развитие физических и физиологических функций организма, ее связывают обычно с четырьмя первыми ступенями Патанджали;
- — *раджа-йога*, рассматривающая развитие высших психических функций человека и охватывающая четыре последующие ступени восьмеричного пути;
- — *карма-йога*, связанная с гармоническим развитием социальных, общественных отношений личности;
- — *бхакти-йога*, связанная с совершенствованием человека в эмоциональной сфере, в любви к ближнему, к природе, к Богу;
- — *джнани-йога*, связанная с развитием мышления человека, расширяющая границы и возможности его познания.

- Зачастую люди ошибочно полагают, что йога — это религия. Это не так. Йога — это совокупность философии и физических упражнений, которые помогают человеку духовно и физически самореализоваться.
- Занятия йогой заостряют ум и помогают концентрации внимания.
- Универсальность йоги позволяет практиковать её практически любому человеку, нет ограничений ни по возрасту ни по полу, а для занятий йогой не нужно специальное оборудование и помещение.
- В йоге нет резких движений. Все упражнения выполняются просто и естественно, чтобы не доставлять своему телу неудобства.
- Занятия йогой помогают снизить массу тела на 20% в течении двух месяцев.
- Интересно то, что йога, это не просто набор упражнений, это мантры, питание, и гармоничное сосуществование с миром и с собой.
- Йогическая мудрость утверждает, что на достижение трудного могут уйти месяцы, а иногда годы. Для невозможного нужно просто немного больше времени.



योगः चित्त-वृत्ति निरोधः

yogaś citta-vṛtti-nirodhaḥ

Йога есть обуздание волнений, присущих уму.

