

# КШУРИКА УПАНИШАДА

## СЕКИРА

*ОМ! Да защитит нас обоих (Могучий)!  
а наставит нас обоих! Да исполнятся оба силы!  
Да не будет ограничения той силе!  
Да не будем враждебны!  
ОМ! Шанти! Шанти! Шанти!*

1. Расскажу о секире – дхаране для достижения йоги, овладев которой, преданный йоге перевоплощения побеждает.
2. А (это) – сущность и цель Вед – так установлено словом Самосущего. В тихом месте устроившись, там в асане находящийся,
3. 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.
5. Пусть в этом (существе) собирает Праны, движущиеся внутри ноздрей, Направляя Праны внутрь, пусть затем удалит постепенно.
6. Утвердив постоянный ритм (дыхания) большим пальцем (и другими), практикует тройственное сосредоточение на двух лодыжках, а также голених.
7. Также тройственное – на двух коленях, бёдрах, анусе, пенисе и в области пупа, там, (где) местопребывание Вайю.
8. Ибо здесь – Сушумна-нади, окружённый многими нади: малым, бледно-красным, жёлтым, чёрным, медно-красным и ярко-красным.
9. Малейшему, тонкому, белому нади пусть будет привержен: здесь пусть поднимается по пранам, словно паук по нити.
10. Там, кроваво-красным лотосом явленное, местопребывание великого Пуруши, маленьким белым лотосом в ведантах он назван.
11. Пронзив его, достигает горла. Этот нади старательно пусть наполняет. Ум пусть станет бритвой острейшей, и ручным – беспокойный разум.
12. Верхнюю часть стопы, в середине которой – форма и имя, следует отделить пребывающему в йоге всегда отточенным остриём ума (как) ваджрой Индры – так сказано.
13. (Также) известно марма на голени, посредством силы созерцания пусть её отсекает.
14. А посередине бедра должна находиться марма, освобождающее от дыхания; посредством четырёх повторений пусть (её) отсечёт безбоязненный и бесстрашный.
15. Потом йогин внутри горла вместе нади собирает. самая важная между сотней этих нади, избранная, по преданию –
16. сушумна, ибо она – чистое воплощение Брахмана, к (неё), высшей, примыкающие – ида – (что) находится слева, и пингала – справа,

17. между ними – самое лучшее место. Сведущий в этом – знает Веду. Из 72 тысяч противотоков (главный) – тайтила.

18. Другие же отсекаются посредством йоги незапятнанного созерцания – (как) огненно сияющим лезвием ножа.

19. Пусть отсечёт сотню нади с (его) помощью в этом рождении мудрый. Будто собранные цветки жасмина, благоухает тайтила.

20. Так пусть он нади воспримет приятные и неприятные состояниями. (Те, кто высшего) того состояния достигнут, сказано, новых рождений избегнут.

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

22. Будто лебедь разрывая сети, без помех в пространство воспаряет, так живая душа, разорвавшая сети, навеки Сансару 15 одолевает.

23. Будто затухающий светильник, в конце сжегши (масло), исчезнет, так все дела сжегши, исчезнет йогин.

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

25. Сущностью бессмертной он обладает, когда от желания избавляется, отсеки все шесть (пороков), избавившийся (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 Атхарваеды.