

## ЦЕНТРАЛЬНЫЙ КАНАЛ (СУШУМНА-НАДИ)

Каналы в тонком теле являются проводниками энергетических ветров. Для йогина наиболее важны три канала: сушумна, ида и пингала.

*«Из всех нади самая высочайшая — сушумна, и ее особенно любят йогины. Другие нади подчинены ей».*

*«Шива Самхита» (2.16)*

*«Ее тело простирается от середины канды до головы, а ваджра внутри нее простирается, сверкая, от полового органа до головы».*

Свами Пурнананда «Шат-чакра-нирупана» (1)

Сушумна — главный канал, которому подчинены все другие. Он начинается в муладхара-чакре в районе копчика, проходит вдоль позвоночного столба, пронизывает полость в основании черепа (талу) и заканчивается в сахасрара-чакре на макушке головы.

В районе сахасрары центральный канал разделяется на две ветви: переднюю, проходящую через аджна-чакру до брахмарандры, и заднюю, идущую через затылок к брахмарандре.

Этот участок именуют «пчелиная пещера» (бхрамари гуха) или «десятые врата». Область «пчелиная пещера» проецируется на макушку головы («родничок»). Йогин, покидающий тело через десятые врата, освобождается от новых рождений, поэтому для йогина в практике важна задняя ветвь сушумны.

• Правящее божество сушумны — огонь.

*«В полости сушумны обитает внутренняя сила Кундалини. Кроме того, в сушумне есть сила, называемая читра (читрини)».*



*Кто помнит об этом, тот постигает Брахмана, и у него больше нет ни грехов, ни рождений, ни самого человеческого существования».*

*«Шива Самхита» (5.124 – 125)*

*«В пространстве вне позвоночника справа и слева есть два канала — лунный и солнечный. В середине — канал сушумна, чья сущность — три гуны. Она имеет форму солнца, луны и огня. Ее тело, как вереница расцветающих белых цветов дурмана, простирается от середины канды до головы, и молния внутри нее идет от половых органов к голове».*

*Свами Пурнананда  
«Шат-чакра-нирупана» (1)*

Внутри сушумны по огненно-красному каналу движется грубая Кундалини тамасической природы.

### **Сушумна и брахмарандра**

*«Когда прана пронизывает центральную часть тела, а потоки иды и пингалы входят в сушумну, наступает высшая фаза понимания».*

*«Шива Свайодейя» (48)*

Оставаясь в месте для практики, узнав как направить ветер в сушумну и заставив прану течь, йогин удерживает ее в брахмарандре (самой верхней части макушки), центре высшего Просветления. Когда энергия Кундалини пробуждена, она, поднявшись по сушумне, пронизывает чакры, насыщая мозг. Конечная точка, где энергия должна останавливаться — это макушка головы (брахмарандра), в ней должна находиться энергия Кундалини. Истинный йогин должен поднять красную каплю до брахмарандры и опустить белую каплю до кончика полового органа. До тех пор, пока энергия Кундалини остается в брахмарандре, йогин находится в самадхи.

Брахмарандра называется «отверстием Брахмана» или «десятой дверью» (дашамдвара). Когда йогин оставляет тело, он выводит свои праны через брахмарандру, такой способ Освобождения называется «освобождение в одном черепе» (капала-мокша). Все другие нади

связаны с сердцем и выходят из центра груди, только сушумна-нади выходит наружу, пронизывая голову, поэтому, когда йогин оставляет тело через брахмарандру, он достигает бессмертия.

### Ваджра-нади

Внутри огненно-красного канала есть светящаяся ваджра-нади, по которой движется Кундалини тонкого тела. Она имеет качество элемента ветра. Ее природа — раджасическая, солнечная.

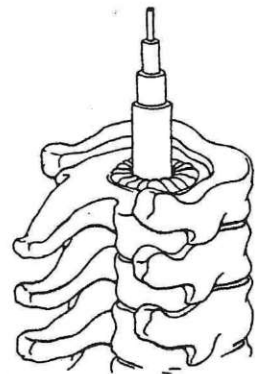
### Читрини-нади

«Внутри сушумны есть читрини-нади, в ней тончайший из всех проходов, называемый брахмарандра.

Сверкающая пятью цветами, движущаяся в центре сушумны, эта читрини — самая жизненная сердцевина и всего тела и сушумны».

«Шива Самхита» (2.18 — 19)

«Внутри нее — читрини-нади, светящаяся светом Пранавы (слог ОМ) и могущая быть достигнутой йогинами. Она тонка как паутина и пронизывает все лотосы, расположенные внутри нее. Ее природа — чистый разум. Она прекрасна от них (лотосов), нанизанных на нее. Внутри нее — брахма-нади, которая простирается от отверстия рта Хары (имя Шивы) до того места, за пределами которого пребывает Ади-дэва.



Она [читрини] прекрасна, как цепочка вспышек молний; тонкая и нежная как волокно лотоса, она сияет в умах мудрецов. Она, чья настоящая природа — чистое сознание, предельно тонка, и она воплощение всего [возможного] блаженства. Дверь в Брахман (брахмадвара) сияет в ее рту. Здесь, в этом месте — вход в область, орошаемый нектаром, и оно называется «узлом», а также «ртом» сушумны».

Свами Пурнананда  
«Шат-чакра-нирупана» (2 — 3)

Внутри ваджра-нади есть тонкий канал — читрини-нади, его природа — саттва. Он бледно-светлый, имеет природу Луны. По читрини стекает нектар. Помещая прану и ум в этот канал, йогин подчиняет сны, видит видения. Лотосы всех чакр подведены к читрини-нади. Чакры подобны утолщениям на нади, а читрини-нади в тысячу раз тоньше волоса. Читрини-нади напоминает тонкий стебель лотоса и сверкает подобно радуге пятью цветами. Читрини называют «путем небес». Она дарует йогину Освобождение и бессмертие. Когда йогин выполняет концентрацию на чакрах в читрини-нади, он достигает сиддхи. Точку, где читрини-нади оканчивается, именуют «брахмадвара», через нее ветер-прана входит в центр головы.

Читрини-нади и ваджра-нади являются лунным и солнечным потоками внутри сушумны. Они начинаются на два пальца выше от начала сушумны. Внутри сушумны эти каналы относятся к манаваха-нади. Когда ветры собираются в центральном канале, йогин способен переживать самые тонкие уровни Ясного Света.

### **Брахма-нади**

Внутри Читрини-нади есть самый тонкий канал, именуемый брахма-нади, по которому движется чистая восходящая энергия Кундалини, полная света. Она имеет природу чистого сознания.