

## ДУБЛИРУЮЩИЕ КАНАЛЫ

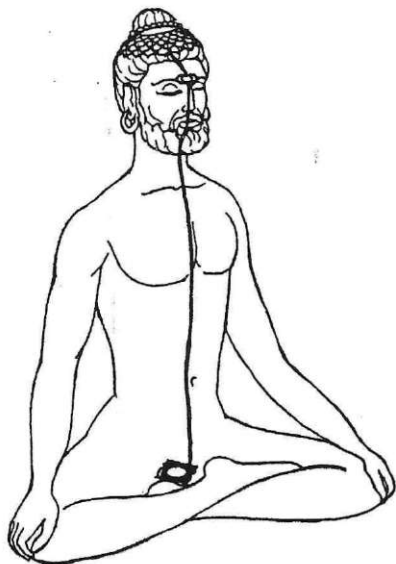
Три нади в передней части тела (медха-нади, сарасвати-нади и лакшми-нади) раскрываются только у опытных йогов. Обычным людям они недоступны.

### Медха-нади (канал осознания)

Медха-нади — второй по значимости канал после сушумны, поскольку остальные нади управляются этими двумя. Сушумна и медха-нади являются самыми тонкими. С их открытием йогин обретает интуитивную мудрость.

Медха-нади находится на передней стороне тела, параллельно сушумне.

Открытие медха-нади зависит от соблюдения брахмачарьи. Йогин, открывший медха-нади, способен к сублимации сексуальной энергии. У такого йогина исключены любые утечки энергии или семени даже во сне. Сексуальная энергия трансмутирует, превращаясь в оджас. Та энергия, которая должна вырабатывать семя, становится праной.



С открытием медха-нади человек овладевает ясновидением и открывает недвойственную Природу Ума. У обычного человека медха-нади не работает. Считается, что благодаря открытию медха-нади йогин достигает непоколебимой устойчивой погруженности в естественное присутствие (сахаджа-самадхи) и не теряет его при взаимодействии с любыми объектами.

Медха-нади начинается в муладхаре, идет по передней стороне тела и головы, соединяясь с сахасрарой.

## Сарасвати-нади (канал мудрости)

Вспомогательный канал слева от сушумны. Сарасвати-нади соответствует проекции иды на переднюю часть тела. Начинается в муладхаре, идет вдоль центрального канала слева до яичек, проходит через свадхистана-чакру, проходит место яичек. Слева от основания полового органа идет вверх и проходит на один дюйм с четвертью левее пупка. Оттуда он идет вверх до физического сердца. Из сердца он идет вверх на один дюйм справа от левого соска, проходит по левой стороне шеи, около левого края челюсти, по задней стороне левого уха (на дюйм от его внутреннего края) и входит в аджна-чакру. Там он соединяется с ида-, пингала-, сушумна-, медха-, лакшми-нади и входит в мозг. Цвет канала — белая камфара.



Посредством сарасвати-нади происходят процессы мышления в теле. Если этот канал чист, исполняется все, что говорит йогин. Благодаря циркуляции праны по сарасвати-нади у йогина возникает ясность, утонченный ум. Прана мудрости, связанная с мыслями, течет через сарасвати-нади. Сарасвати-нади соединяет мозг (как центр мышления) с читтой (энергией мышления) в муладхаре. Благодаря работе сарасвати человек воспринимает из сознания информацию об объекте, т.е. мозг соединяется с более тонким сознанием астрального тела (читтой — субстанцией ума).



## Лакшми-нади

Лакшми-нади относится к правому каналу пингала и является его дублером. Он проходит по передней части тела и идет вверх параллельно сарасвати-нади.

Начало лакшми-нади — в муладхаре, затем он идет вдоль правой стороны мочеиспускательного канала до яичек, касается свадхистаны, пересекает область яичек. От правой стороны основания полового органа он идет вверх и проходит правее от пупка на расстоянии около 3 см. Затем он идет вверх до духовного сердца и далее на один дюйм левее правого соска, поднимается по правой стороне шеи через правый участок челюсти, идет в аджна-чакру по задней стороне правого уха примерно на один дюйм от его внутреннего края и соединяется с аджной. В аджне он соединяется с остальными нади.

Когда активно работает пингала, тогда работает и лакшми-нади, а когда активность пингалы прекращается, лакшми-нади тоже перестает работать.

Энергия движется в теле, протекая по каналам. Общее число каналов составляет семьдесят две тысячи. Грубые каналы — это кровеносные сосуды, вены, артерии, капилляры и нервы, лимфатические протоки. Они очищаются физическими кривьями.

Тонкие каналы (пранаваха-нади) — каналы энергетического тела (пранамайя-коша), по которым циркулирует грубая прана. Они очищаются пранаямами, асанами, мудрами.

Сверхтонкие каналы (манаваха-нади) — находятся в астральном теле (маномайя-коша). Очищаются визуализациями, ритуалами и медитациями. Эти каналы доступны лишь тем, кто может проникать в астральное тело. Каналы можно уподобить сети световодов, по которым распространяется энергия света, присущая сознанию. Если сеть повреждена или закупорена, то свет не проникает.

В йоге особенно важны три канала: ида, пингала и сушумна. Обычно сушумна у людей не пробуждена, а прана активно течет по боковым каналам. В центральном канале содержится тончайшая прана недвойственного света. Первоначальной задачей практика в Кундалини-йоге является очищение сети каналов, открытие чакр, развязывание узлов и перенаправление энергии из боковых каналов в центральный канал. Когда ветры собираются в центральном канале, ум йогина полностью освобождается от иллюзии двойственности и становится неподвластным рождению и смерти.

При рождении человека первым появляется центральный канал, затем, выйдя из него, праны образуют зачатки элементов физического тела. При введении ветров в сушумну происходит возврат энергий нашего «я», увязших в сансаре. Когда ветры поступают в центральный канал, йогин автоматически входит в естественное состояние, открывает Природу Ума.

Прана всегда следует за умом. Если йогин концентрирует ум на точке в теле или чакре, то прана собирается там. Практикуя Шат-чакра-йогу, йогин тренируется силой воли собирать прану в энергетических центрах с целью развязывания узлов в нади и выплавления сущностных капель (бинду), находящихся в теле. Развязывание узлов в нади и расплавление капель вводит энергию в центральный канал и освобождает сознание йогина от влияния прошлых карм, даруя Освобождение.