

ВТОРОСТЕПЕННЫЕ КАНАЛЫ

«Остальные семь нади — это гандхари, хастиджихва, яшасвини, пуша, аламбуша, куху и шанкхини. Ида-нади находится в левой части, пингала — в правой, сушумна — в середине, а гандхари — в левом глазу. Хастиджихва находится в правом глазу, пуша — в правом ухе, яшасвини — в левом ухе, а аламбуша — во рту. Куху — там, где половой орган, в анусе — шанкхини. Таким образом, у всех основных отверстий тела находится одна из десяти нади».

«Шива Свародайя» (37 — 40)

Гандхари

Следует от уголка левого глаза до большого пальца левой ноги. Относится к категории манаваха-нади. Гандхари дублирует иду.

Хастиджихва

Двигается от уголка правого глаза до большого пальца левой ноги, дублирует иду.

Гандхари-нади и хастиджихва-нади ответственны за перенесение тонкой праны из нижней части тела в верхнюю.

Яшасвини

Тянется от большого пальца правой ноги до левого уха.

Пуша

Пуша идет от большого пальца левой ноги до правого уха. Пуша и яшасвини дополняют правый канал.

Аламбуша

Начинается в анусе и заканчивается точкой во рту.

Куху

Начинается в горле, заканчивается в половых органах.

В практике ваджроли канал куху используется для сублимации сексуальной энергии, направления энергии оргазма и сексуального блаженства вверх.

Шанкхини

Начинается в горле (по другим источникам — в верхней губе) и заканчивается в анусе, проходя у левой стороны сушумны, между сарасвати-нади и гандхари-нади. Басти активизируют шанкхини-нади.

Паясвини

Дополняет сушумну. Расположен справа от пуша-нади. Заканчивается в правом ухе. Ношение серьги в правом ухе йогом-канпхатом активизирует этот канал.

Варуни

Находится между яшасвини и куху, заканчивается в анусе, покрывает нижнюю часть тела. Относится к каналам энергетического тела (пранаваха-нади). Двигает апана-вайю в нижней части тела, способствует процессам выделения. Активизируется криями типа басти.

Вишвадхари

Проходит между хастиджихва и куху-нади в области пупа. Обеспечивает циркуляцию ветров надпочечников и поджелудочной железы. Распространяет тонкую прану мудрости по всему телу. Активизируется практикой наули и уддияна-бандхи.

Взаимодействие нади

Ветры в теле с нечистыми пранами двигаются в основном через иду и пингалу. Если у йогина чистые нади, ветер циркулирует по иде и сарасвати, пингале и лакшми, сушумне и медха-нади. Если нади нечисты, сушумна, лакшми, медха-нади бездействуют.

Сарасвати-нади работает как ида, параллельно с пингала-нади.

Когда работает пингала, ида уменьшает активность, и наоборот, когда работает сушумна, ида и пингала работают вместе, а в случае полного вхождения праны в центральный канал и подъема к верхним чакрам, обе прекращают активность.

Каждые два часа доминирует один канал: ида (вместе с сарасвати) или пингала. Соответственно меняется дыхание в ноздрах.

Сушумна активна в моменты перехода из одной ноздри в другую.