

Мой учитель говорил, что не важно знаешь ты значение мантры или нет, она работает. Не важно произносишь ли ты ее с совершенной точностью или допускаешь отклонение, она работает.

В священных писаниях сказано "Мантра – это Богиня. Понять силу мантры не могут даже небожители". Мантра – это самая мистическая часть йоги. Мантра воздействует на физическое тело через воду. Тело на человека на 70% состоит из жидкости. Вибрация мантры заряжает твоё тело той энергией, которая тебе нужна: Солнечной, лунной, энергией любви, покоем. Мантра – это метод.

Некоторые мантры я получила от учителя. Другие, как Гаятри, не нуждались в представлении. Есть универсальный ОМ, который я повторяю когда иду по улице. Есть мантры, которые я читаю только дома в определенное время. Есть мантры значения которых мне не известно. Есть ОМ – который был источником всех мантр.

Слово – самое тонкое из существующего. Звук символизирует наиболее высокий из 5ти первоэлементов – Акаши. Каждая религия пользуется звуком для духовного пробуждения, очищения и молитвы – разговора с Богом.

В йоге мы используем три способа чтения мантр. Чтение вслух, в полный голос. Чтение шепотом, когда двигается язык и губы, но звук еле слышен. Чтение мантры без движения языка.

Последний, третий способ, является наиболее сильным и сакральным. Это «аджапа» - чтение мантры без чтения... В этом случае мантра проникает глубже – в подсознание человека, воздействует на тонкие тела и ум. Такая мантра продолжает звучать сама по себе, когда мы общаемся с кем-то, читаем, едим или спим. Ты становишься слушателем. Ты становишься свидетелем этого звука. Когда это чтение случается, то тогда независимо от того ты спишь или пробужден, мантра длится. Мантра проникает в подсознательный ум. И тогда все твоё существо, вовлечённое в этот процесс трансформируется.

Мантры данные учителем были моим персональным лекарством, служили определённой цели, были важны в определенный момент времени. Другие пришли из-за их доступности. Ом, Гаятри, Махамритьюнджая. Мантры из Упанишад и тантрические мантры-семена. Какой бы природой не обладал человек, его душа и тело отзывается на мантру. И в этом мистерия духовных учений, а также религий и магии.

В суфийской традиции мир состоит из звуков, каждый человек это уникальная мелодия. В Кабале мир состоит из имен (также слов – вибраций). В тантре и кундалини-йоге каждая мысль имеет свою вибрацию.

В соответствии с учением йоги, существует несколько уровней звука. Грубый и тонкий - «подсознательный». "Подсознательный» звук мы начинаем слышать в глубоких медитациях.

В Кашмирском Шиваизме каждый звук санскритского алфавита (Матрика) имеет свою богиню. Мир создается этими богинями и человек погружается в майю. Богиня – есть Мантрика. Матрика (алфавит) – есть майя. И Матрикой – алфавитом – это майя создается и также разрушается.

Когда богиня преображается в мантру, то мантра начинает разрушать иллюзию, дарит освобождение. "Мантра не отлична от Богини" – так звучит моя любимейшая сутра. Мантра – есть Богиня, которая освобождает. Мы используем мантры для медитаций, мы используем мантры для того чтобы установить контроль над вритти - постоянным скоростным мышлением, (когда одна мысль сменяет другую не приводя ни к какому действию). Мы используем мантру, чтобы исцелять наше физическое тело. Мы используем мантры, чтобы исцелять других.

Мантры были услышаны отшельниками Гималаев - Риши во время их путешествий по обителям Богов, в глубоких медитациях. Мантры - есть самая мистическая часть йоги.

Йога – не область веры, не религия. Йога – это место, где наука соединяется с необъяснимым. Это можно проверить на собственном опыте, практикуя мантра-йогу. Сделав чтение мантр своим ежедневным занятием.

Мантра – требует не веры, не философских убеждений. Она требует постоянного внимания и повторения. Не важно известно ли вам значение мантры. Она работает независимо от того как точно вы ее произносите. Это самое мистическое проявление школы йоги... Даже небожители не в силах проникнуть в эту тайну.