

# Tarpana pre Devov, Ṛṣiov a Pitřov

## Najjednoduchší postup

Viac manuálov nájdete na: <https://HolyFire.yoga>

### Úvod

Tarpana je jednoduchý rituál, v ktorom sa používa voda pre obetiny, aby uspokojili túžby božstiev, mudrcov, božských bytostí a predchodcov a ako výsledok toho, človek je oslobodený od rezonujúcich účinkov týchto túžob (kvôli karmickému dlhu). Tento obrad je dobrý pre odstránenie rôznych prekážok a záťaží vo svetskom aj spirituálnom živote a dáva mier, pokoj, stabilitu, rovnováhu a upriamenosť mysle.

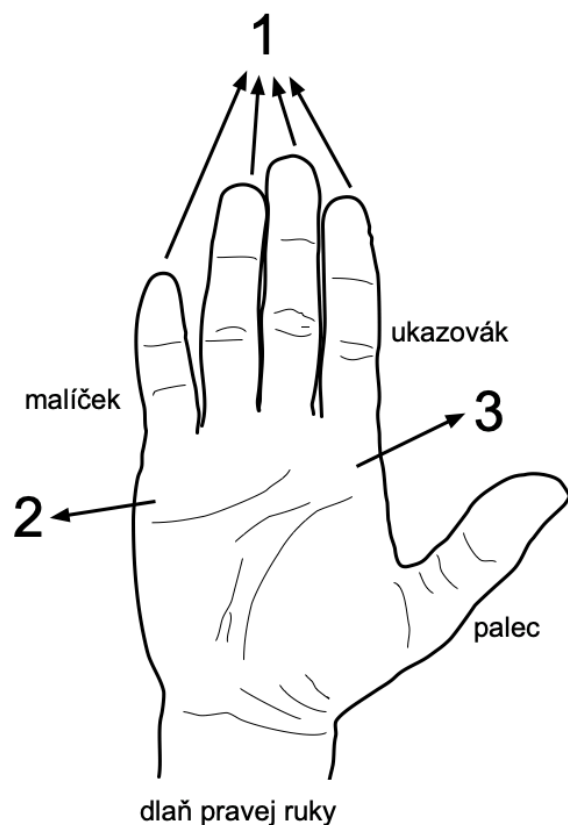
Širší úvod do problematiky celého rituálu nájdete na <https://HolyFire.yoga/tarpana>, kde sa dočítate o dôležitosti Tarpana obradu. Tiež sú tam uvedené najčastejšie kladené otázky.

### Potrebné materiály

Pre najjednoduchší postup potrebujeme len (1) malú nádobku na vodu, (2) vodu a (3) lyžičku.

### Sankalpam (predsavzatie)

Sedieť môžeme s prekríženými nohami, alebo ak to nie je možné, tak môžeme sedieť aj v kresle. Predstavujte si, že tento obrad vykonáte pre potešenie božstiev, mudrcov, božských bytostí a predkov. Nalejte do svojej dlane trochu vody, aby ste ju očistili.



## Postup

Držte svoju pravú dlaň otočenú smerom hore. Nalejte do dlane jednu lyžičku vody. Predstavujúc si, že tešíte rôzne božstvá, povedzte nasledovné a nechajte pretiecť vodu cez oblasť končekov prstov (oblasť 1 na obrázku).

om devāḥ ṛpyantām

Nalejte ďalšiu vodu do dlane pomocou lyžičky a predstavujúc si, že tešíte sedem mudrcov (Saptaṛṣiov), ktorý držia vesmír pohromade, povedzte nasledovné a nakloňte dlaň tak, aby voda pretiekla cez končeky prstov ako v predošlom prípade.

om saptaṛṣayaḥ ṛpyantām

Nalejte ďalšiu vodu do dlane s pomocou lyžičky a predstavte si, že nasledovnou tarpanou tešíte rôznych iných mudrcov a božské bytosti. Povedzte nasledovné a nakloňte dlaň tak, aby voda vytiekla cez oblasť pod malíčkom (oblasť 2 na obrázku). Urobte to dva krát, podľa mantry, ako je napísaná nižšie:

om ṛṣayo divya manuṣyāḥ ṛpyantām ||1|| om ṛṣayo divya manuṣyāḥ ṛpyantām ||2||

Nalejte lyžičkou do dlane ďalšiu vodu a predstavujte si, že tešíte rôznych predkov a odídených ľudí (ku ktorým máte karmický dlh), povedzte nasledovné a nakloňte dlaň tak, aby voda pretiekla cez oblasť medzi ukazovák a koreňom palca (oblasť 3 naznačená na obrázku). Opakujte to 3 krát, tak ako je naznačené v mantre.

om pitarāḥ ṛpyantām tebhyaḥ svadhā namaḥ ||1|| tebhyaḥ svadhā namaḥ ||2|| tebhyaḥ svadhā namaḥ ||3||

## Záver

Nalejte pomocou lyžičky trochu vody do dlane a opláchnite si ju.

Ostaňte chvíľu v tichosti, v úcte a vďake za to, čo dostávate od božstiev, mudrcov, božských bytostí a predkov.

Predstavujte si, že ste potešili božstvá, mudrcov, nebeské bytosti a predkov.