

## САНСКРИТ В АШТАНГА-ЙОГЕ

Количественные числительные для счета виньяс,  
записанные буквами русского алфавита, международного алфавита транслитерации  
санскрита (IAST) и письмом деванагари

В каждой асане от трёх до 48 виньяс. Нет асан,  
в которых было бы меньше трёх виньяс.

*Т. Кришна.мачарья. Йога Макаранда 2.4*

1 э́кам	30 тримша́т [тримш'ат]
2 двé	31 э́катримшат
3 три́ни	32 два́тримшат
4 чатва́ри	33 тра́йастримшат
5 па́нча [пан'ча]	34 ча́тустримшат
6 шат	35 па́нчатримшат
7 сап্তá	36 ша́ттримшат
8 аш́та <i>и</i> аш́тоу	37 сап্তáтримшат
9 на́ва	38 аш́та́тримшат
10 да́ша [даш'а]	39 на́ватримшат <i>и</i>
11 э́кадаша	э́коначатва́римшат <i>и</i> у́начатва́римшат
12 два́даша	40 чатва́римша́т [чатваримш'ат]
13 тра́йодаша	41 э́качатва́римшат
14 ча́турдаша	42 двичатва́римшат <i>и</i> двачатва́римшат
15 па́нчадаша	43 три́чатва́римшат <i>и</i>
16 ш́одаша	тра́йашчатва́римшат [трайаш'чатваримш'ат]
17 сап্তáдаша	44 ча́тушчатва́римшат [чатуш'чатваримш'ат]
18 аш́тадаша	45 па́нчачатва́римшат
19 на́вадаша <i>и</i> э́конавимшати <i>и</i>	46 ша́тчатва́римшат
у́навимшати	47 сап্তáчатва́римшат
20 вимшати́хи [вимш'атиhi]	48 аш́та́чатва́римшат
21 э́кавимшатиhi	
22 два́вимшатиhi	
23 тра́йовимшатиhi	
24 ча́турвимшатиhi	
25 па́нчавимшатиhi	
26 ша́двимшатиhi	
27 сап্তáвимшатиhi	
28 аш́та́вимшатиhi	
29 на́вавимшатиhi <i>и</i> э́конатримшат <i>и</i>	
у́натримшат	

## Примечания

Числа даны в номинативе. *Эка* склоняется в ед. ч., *два* — в двойственном, числа от трёх до 19 — во мн., остальные — в ед. ч. Числа от одного до четырех склоняются в ср. роде; начиная с пяти род не различается: числа с окончанием на *-a* склоняются как сущ. ср. р., на *-i* и *-t* — как сущ. жен. р.

Упрощенная фонетическая транскрипция некоторых слов приведена в квадратных скобках.

Ударение расставлено по долготе гласных и, в некоторых случаях, согласно ведийскому тоновому ударению.

## Литература

1. Кнауэр Ф. И. Учебник санскритского языка. М.: Старклайт, 2011.
2. Зализняк А. А. Грамматический очерк санскрита // Санскрито-русский словарь / В. А. Кочергина. — М.: Академ. проект, 2005.
3. Desikachar T. K. V. Vedic Chant Companion. — Chennai: KYM, 2000.
4. Валгина Н. С. (ред.) Современный русский язык. — М.: Логос, 2003.

## VINYASA COUNTS

For each asana, there are 3 to 48 vinyasas. None has fewer than 3 vinyasas.

*Krishnamacharya, Yoga Makaranda 2.4*

1 ékam	30 trimśát
2 dvé	31 ékatrimśat
3 tríṇi	32 dvátrimśat
4 catvári	33 tráyastrimśat
5 páñca	34 cáustrimśat
6 ṣaṭ	35 páñcatrimśat
7 saptá	36 śáttrimśat
8 aṣṭá <i>and</i> aṣṭāu	37 saptátrimśat
9 náva	38 aṣṭátrimśat
10 dáśa	39 návatrimśat <i>and</i> ekonacatvārimśat <i>and</i> ūnacatvārimśat
11 ékādaśa	40 catvārimśát
12 dvádaśa	41 ékacatvārimśat
13 tráyođaśa	42 dvícacatvārimśat <i>and</i> dvācatvārimśat
14 cáturđaśa	43 trícacatvārimśat <i>and</i> tráyaścatvārimśat
15 páñcadaśa	44 cátuścatvārimśat
16 ṣoḍaśa	45 páñcacatvārimśat
17 saptádaśa	46 śátcatvārimśat
18 aṣṭádaśa	47 saptácatvārimśat
19 návadaśa <i>and</i> ekonavimśatiḥ <i>and</i> ūnavimśatiḥ	48 aṣṭácatvārimśat <i>and</i> aṣṭacatvārimśat
20 vimśatiḥ	
21 ékavimśatiḥ	
22 dvāvimśatiḥ	
23 tráyovimśatiḥ	
24 cáturvimśatiḥ	
25 páñcavimśatiḥ	
26 ṣaḍvimśatiḥ	
27 saptāvimśatiḥ	
28 aṣṭāvimśatiḥ	
29 návavimśatiḥ <i>and</i> ekonatrimśat <i>and</i> ūnatrimśat	

१ एकम्	३० त्रिंशत्
२ द्वे	३१ एकत्रिंशत्
३ त्रीणि	३२ द्वात्रिंशत्
४ चत्वारि	३३ त्रयस्त्रिंशत्
५ पञ्च	३४ चतुस्त्रिंशत्
६ षट्	३५ पञ्चत्रिंशत्
७ सप्त	३६ षड्त्रिंशत्
८ अष्ट। अष्टाउ	३७ सप्तत्रिंशत्
९ नव	३८ अष्टात्रिंशत्
१० दश	३९ नवत्रिंशत्। एकोनचत्वारिंशत्। ऊनचत्वारिंशत्
११ एकादश	४० चत्वारिंशत्
१२ द्वादश	४१ एकचत्वारिंशत्
१३ त्रयोदश	४२ द्विचत्वारिंशत्। द्वाचत्वारिंशत्
१४ चतुर्दश	४३ त्रिचत्वारिंशत्। त्रयश्चत्वारिंशत्
१५ पञ्चदश	४४ चतुश्चत्वारिंशत्
१६ षोडश	४५ पञ्चचत्वारिंशत्
१७ सप्तदश	४६ षड्चत्वारिंशत्
१८ अष्टादश	४७ सप्तचत्वारिंशत्
१९ नवदश। एकोनविंशतिः। ऊनविंशतिः	४८ अष्टचत्वारिंशत्। अष्टचत्वारिंशत्
२० विंशतिः	
२१ एकविंशतिः	
२२ द्वाविंशतिः	
२३ त्रयोविंशतिः	
२४ चतुर्विंशतिः	
२५ पञ्चविंशतिः	
२६ षड्विंशतिः	
२७ सप्तविंशतिः	
२८ अष्टाविंशतिः	
२९ नवविंशतिः। एकोनत्रिंशत्। ऊनत्रिंशत्	