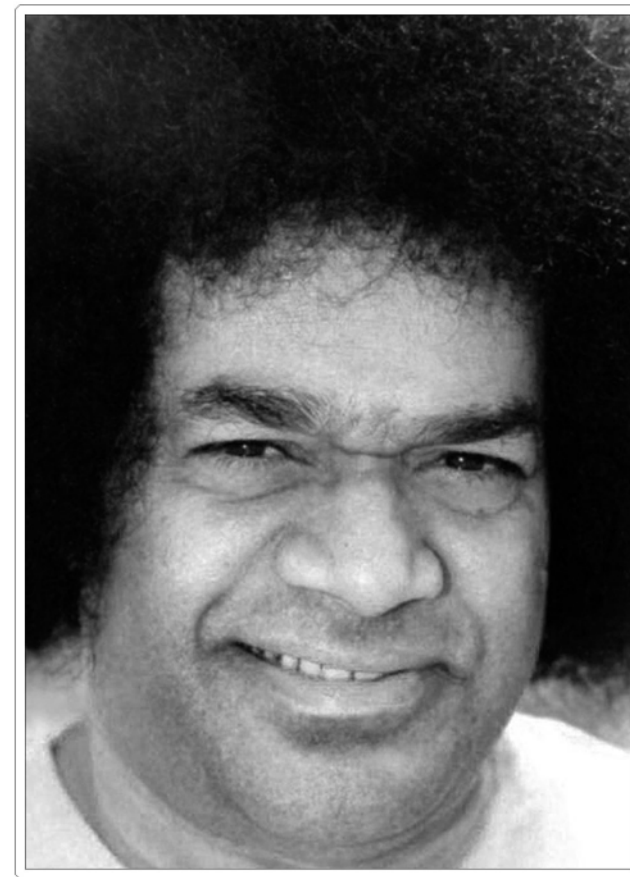


она будет чистой, свежей, освящённой и *сатвической*. (Из выступления Бхагавана, «Мои дорогие студенты», том 2, глава 2)

31.01.2014

Каждый из вас должен спросить себя: «Для чего я нахожусь здесь?» Если для того, чтобы учиться, то идёте ли вы по этому пути и учитесь ли искренне и усердно? Никогда не забывайте о цели своего существования. Скромность - это суть образования и его самый важный аспект. Ишвар Чандра Видьясагар, известный педагог Индии, вырос в очень трудных условиях. Он потерял отца, и мать воспитывала его сама, преодолевая многочисленные трудности. Она преподавала сыну очень важные уроки. Она обычно говорила: «Дитя моё, образование не так важно, как добродетели. Ради того, чтобы получить образование, не пренебрегай добродетелями. В трудных ситуациях лучше отказаться от получения образования, если из-за него нужно пренебречь добродетелями. Любому человеку важнее всего иметь добродетельные качества. Скромность - это истинное украшение образованного человека». (Из выступления Бхагавана, «Мои дорогие студенты», том 2, глава 1)

Бхагаван Шри Сатъя Саи Баба



Мысли на день

(январь 2014)

1.01.2014

Бог не ожидает от вас того, что вы будете проводить ритуалы или изучать священные тексты. Он хочет, чтобы вы преподнесли Ему только восемь «цветов». Вы сможете порадовать Бога, и Он дарует вам заслуги только тогда, когда вы принесёте Ему эти восемь дорогих для Него «цветов». Вы не сможете обрести заслуги, если будете преподносить увядающие цветы. Принесите Ему восемь цветов ненасилия, контроля чувств, сострадания, терпимости, покоя, аскезы, медитации и истины (*ахимсы, индрия, ниграхи, даи, кшамы, шанти, тапаса, дхьяны и сатьи*). Ваша жизнь обретёт завершённость, когда вы преподнесёте Богу эти «цветы» и таким образом порадуете Его. Любовь является основой всех этих проявлений. Поэтому наполните свою жизнь любовью. (Из выступления Бхагавана 22 августа 2000 года)

2.01.2014

Ваша жизнь - это длительное путешествие. В этом путешествии у вас должно быть немного багажа (желаний). Вот почему говорят: «Чем меньше багаж, тем комфортнее путешествие, тем больше оно доставит вам удовольствий». Поэтому вы должны научиться контролировать свои желания. С каждым днём вы должны уменьшать количество желаний. Вы ошибочно думаете, что счастье заключается в исполнении желаний. Но на самом деле, вы начинаете чувствовать себя счастливыми, когда полностью избавляетесь от желаний. Когда вы уменьшаете количество желаний, вы приближаетесь к состоянию отречённости. У вас много желаний. Что вы получаете благодаря им? Если вы считаете, что что-то принадлежит вам, то вы должны будете пережить последствия действий, совершаемых в соответствии с

различению, вытеснит человеческие качества и превратит в демона. Сомнение, зависть, эгоизм и отсутствие веры - это четыре очень сильных плохих качества. Если какое-либо из этих качеств присутствует в человеке, то, несомненно, через некоторое время оно разрушит его. Развивайте хорошее поведение и совершайте искренние и хорошие поступки настолько это возможно. Тогда со временем вы обретёте статус благородного человека. Никогда не выполняйте работу с желанием получить деньги или извлечь какую-либо другую пользу. Стремление получить результаты труда - это жадность. Плод действия зависит от самого действия. Можете ли вы ожидать получить высшую оценку в начале обучения? Вместо того чтобы учиться ради оценок, вы должны учиться, потому что это ваш долг. И вы должны учиться с абсолютной преданностью. (Из выступления Бхагавана, «Мои дорогие студенты», том 2, глава 1)

30.01.2014

Считается, что пища - это Бог, так как она является источником жизни человека, его тела, ума и характера. Ешьте только то, что вам нужно. Не будьте жадными, не ешьте больше, чем вы можете съесть, и не растрачивайте понапрасну еду. Растрачивание пищи - это великий грех. Излишками вашей еды можно накормить ещё одного человека. Большая часть пищи, которую вы употребляете, удаляется из организма. Только небольшая часть пищи, её тонкая эссенция, усваивается телом и поступает в кровь. И эта небольшая часть формирует ваш ум. Поэтому ум - это отражение той пищи, которую вы едите. Если в ваших умах появляются демонические мысли, знайте, что они возникают из пищи, которую вы употребляете. Для того чтобы действительно питать тело, уделяйте внимание качеству пищи: пусть

правильно приготовлена, перед употреблением её также нужно преподнести Богу. Только тогда в человеке появятся *сатвические* чувства. Если пища заработана несправедливыми средствами, то она будет развивать в человеке плохие чувства. (Из выступления Бхагавана, «Мои дорогие студенты», том 2, глава 2)

28.01.2014

Безграничные желания вводят человека в заблуждение. Люди живут в мире фантазий, забывая о Высшем Сознании. Очень важно контролировать свои желания и не умножать их. Вместо того чтобы тратить деньги на собственные удовольствия, вам следует использовать деньги для помощи бедным и нуждающимся людям. Не заблуждайтесь и не думайте, что отдать деньги на хорошие и добрые дела, это всё, что нужно для того, чтобы следовать на практике программе «Потолок для желаний». Помощь нуждающимся - это хороший поступок, но также важно, чтобы вы не позволяли своим желаниям умножаться. Вы должны уменьшить количество желаний, так как материалистические желания рожают беспокойство и приводят к катастрофе. Желания - это тюрьма. Вы сможете стать свободными только тогда, когда будете обуздывать свои желания. Желайте только то, что вам действительно нужно для жизни. Это истинный смысл программы «Потолок для желаний». (Из выступления Бхагавана 21 ноября 1988 года)

29.01.2014

Зависть заставляет человека видеть плохое даже в хорошем! Она различными способами разрушает вас. Устраните её как можно раньше. Если вы этого не сделаете, то дальше разовьётся эгоизм, который уничтожит в вас способность к

этим представлением. Вы будете пребывать в блаженстве тогда, когда избавитесь от эгоизма и привязанности. (Из выступления Бхагавана 14 марта 1999 года)

3.01.2014

Вам всегда следует говорить хорошие слова. Никогда не произносите грубые слова. Говорите спокойно и вежливо. Вот почему Я часто говорю вам: «Вы не можете всегда благодарить людей, но вы можете всегда говорить с благодарностью». Говорите то, что вы должны сказать, не употребляя грубые слова. Говорите спокойно, чтобы ваши слова мог слышать только тот человек, которому они предназначены. Вам следует учиться такой спокойной и вежливой речи. Если вы будете смотреть на хорошее, слушать хорошее и говорить хорошие слова, это поможет вам развить хорошие мысли. «Какие мысли, такой и результат». Верные мысли ведут к верным действиям. Без хороших мыслей невозможно совершить хорошие действия. Хорошие мысли нельзя обрести, читая священные тексты или слушая советы учителя. Прилагая собственные усилия, вам следует научиться верно использовать свои чувства - слух, зрение, осязание, вкус и обоняние. Только приложив собственные усилия, вы можете правильно заниматься духовной практикой. (Из выступления Бхагавана 28 апреля 1999 года)

4.01.2014

Программа «Потолок для желаний» состоит из четырёх разделов: сокращение количества ненужных разговоров, уменьшение количества желаний и расходов, контроль употребляемой пищи и расходуемой энергии. Для жизни вам нужны несколько основных вещей, и вам не следует стремиться иметь больше. Вы чувствуете себя хорошо,

когда у вас достаточно воздуха. Если воздуха больше или свирепствует буря, то вы чувствуете себя некомфортно. Если вы испытываете жажду, то вы выпьете только такое количество воды, которое необходимо телу. Вы не сможете выпить всю воду Ганги. Вы произвольно закрываете глаза, когда неожиданно видите вспышку молнии, так как глаза не могут выносить такой яркий свет. Таким образом, для всего должны быть ограничения, включая желания. (Из выступления Бхагавана 19 января 1983 года)

5.01.2014

Если вы встретите злого человека, не думайте сразу, что это плохой человек. Его плохие поступки обусловлены телом, но внутри него находится тот же *Атман*, что и в вас. Вы должны концентрироваться на единстве, на этом *Атмическом* принципе. Общайтесь с этим человеком с таким чувством, что Истинное Я, находящееся в вас, присутствует также и в других людях. Это путь к развитию любви ко всем существам. Не относитесь плохо и к любой другой стране, относитесь ко всем странам одинаково. Не критикуйте культуры других стран. Любите культуру своей страны как свою мать, также как люди из других стран любят культуры своих стран. Если вы будете жить так, то, несомненно, станете идеальным человеком. Вы должны возвысить свои представления, склонности и мысли. (Из выступления Бхагавана 30 мая 2000 года)

6.01.2014

Господу очень дорог цветок терпимости (*кшамы*). Пандавы много страдали из-за поступков Кауравов, и именно терпимость защитила Пандавов и сделала их идеалом для всего мира. Другой цветок, который вы должны преподнести Богу, это *шанти* (покой). Человеку следует пребывать в покое,

которому Дурьодхана доверял. Эгоизм Дурьодханы достиг предела, когда Дурьодхана последовал совету Шакуни. У эгоистического человека нет силы различения. Дурьодхана совершал плохие поступки и следовал плохим советам. Шакуни известен плохими поступками, Дурьодхана - эгоизмом, а Душасана - плохим поведением. Карна был благородным человеком, но он находился в обществе плохих людей, и поэтому совершал плохие поступки. Вот почему в былые времена говорили: «Общение с плохими людьми приводит к плохим поступкам». У Карны была дурная слава, потому что он общался с плохими людьми. Такие уроки преподаёт нам «Махабхарата». Вы должны помнить о них и поступать в соответствии с этими наставлениями. (Из выступления Бхагавана, “Мои дорогие студенты”, том 2, глава 1)

27.01.2014

Сатвическая пища должна быть менее острая и менее солёная, в ней должно быть меньше тамаринда (кислоты). И не только это. В ней не должно быть много масла, она должна быть свежей (приготовленная утром пища не должна употребляться вечером). Такой должна быть *сатвическая* еда. Некоторые люди думают, что молоко - это *сатвическая* пища. Несомненно, молоко, простокваша и фрукты *сатвические* по своей природе, но, если эти продукты употреблять в избыточном количестве, то они становятся *тамасическими* и делают человека вялым и сонливым. Если вы будете употреблять слишком много простокваши, то можете стать *тамасическими*. Поэтому не употребляйте чрезмерное количество молока и простокваши. Полезно смешивать одну часть воды с одной частью молока. Пища, которую вы употребляете, должна быть заработана вами и

предписания великих святых или своим родителям. Эти люди не верят словам даже тех, кто любит и заботится о них. Помните об этих заблуждениях и развивайте праведное поведение. Для такого поведения первостепенное значение имеют истина и праведность. Совершайте достойные одобрения поступки с благородными побуждениями и погрузитесь в любовь. (Из выступления Бхагавана, «Мои дорогие студенты», том 2, глава 1)

25.01.2014

Для того чтобы человек мог помнить о Душе (*Атмане*), ему необходима пища. Из Божественной Души (*Брахмана*) появился Эфир, из Эфира - Воздух, из Воздуха - Огонь, из Огня - Вода, из Воды - Земля, а из Земли - различные растения и пища. В конечном итоге, появился человек. Для того чтобы обрести единство с Божественностью, человек должен пройти все эти стадии развития и отправиться в обратный путь. Жизненный принцип, находящийся внутри плотного тела, называется *Прана*. Внутри оболочки *Праны* (*Пранамая Коши*) находится оболочка ума (*Маномая Коша*), а внутри неё - более тонкая оболочка интеллекта (*Виджнянаямая Коша*). Внутри *Виджнянамай Коши* находится оболочка блаженства (*Анандамая Коша*). Многие люди прекращают путь после того, как достигли оболочки ума. Для того чтобы обрести блаженство, вы должны идти дальше, за пределы пищи, ума и интеллекта. (Из выступления Бхагавана, «Мои дорогие студенты», том 2, глава 2)

26.01.2014

Шакуни в «Махабхарате» - это классический пример для исследования плохой компании и плохих мыслей. Он был не только дядей Дурьодханы, но и человеком,

несмотря ни на какие превратности судьбы. Только тогда он сможет обрести Божественную милость. Покой необходим на физическом, ментальном и духовном уровнях. Покой находится не снаружи, а внутри. Вы являетесь воплощением покоя. В мирской жизни вы сталкиваетесь со множеством трудностей, но вам не нужно беспокоиться. Человеку следует переживать все страдания стойко и терпеливо. Жизнь дана человеку не только для того, чтобы наслаждаться мирскими удовольствиями. Жизнь обретает смысл только тогда, когда человек переживает покой, исходящий из его сердца. (Из выступления Бхагавана 22 августа 2000 года)

7.01.2014

Язык защищает сердце, он охраняет даже вашу жизнь. Громкие, длительные, слишком эмоциональные, гневные и наполненные ненавистью разговоры оказывают воздействие на ваше здоровье. Такие разговоры рождают в других людях гнев и ненависть. Они причиняют боль, волнуют чувства, рождают ярость и отдаляют людей друг от друга. Почему говорят, что тишина - это золото? У человека, пребывающего в тишине, нет врагов, хотя у него может не быть друзей. Когда у него есть свободное время, он погружается в себя и исследует свои недостатки и плохие качества. У такого человека больше нет стремления искать их в других людях. Если вы поскользнетесь, то будете страдать от перелома. Если «поскользнётся» ваш язык, вы сломаете чью-то веру или лишите человека радости. Такой перелом вылечить невозможно, и рана будет мучить человека всю жизнь. Поэтому используйте язык очень осторожно. Чем спокойнее вы будете говорить, чем меньше будете участвовать в разговорах, чем приятнее будут ваши слова, тем больше пользы вы принесёте себе и всему миру. (Из выступления Бхагавана 29 марта 1965 года)

8.01.2014

С древних времён люди концентрировали внимание на трёх аспектах: работе, поклонении и мудрости. Что такое мудрость? Всё, что относится к нашим чувствам - преходящие предметы материального мира и наши действия, свидетельствует о нашем невежестве. Мудрость появляется в тот момент, когда исчезает ум. Духовная мудрость (*Брахма Джняна*) - это состояние отсутствия мыслей между двумя мыслями. Люди не могут пережить это состояние и увлекаются преходящими, эфемерными и временными вещами. Вся знания, которые получает человек, не являются истинными. Истинное знание - это знание о Духе (*Атмане*). Истинная мудрость развивается тогда, когда устранены все мысли. Тем не менее, занимаясь служением можно постичь суть всех трёх аспектов - работы, поклонения и мудрости. Любое служение превращается в *упасану* (поклонение), если оно выполнено с любовью и божественными чувствами. (Из выступления Бхагавана 14 марта 1999 года)

9.01.2014

Божественность - это проявление *премы* и *кшамы*. *Кшама* (терпимость, безграничное терпение и способность прощать и забывать) обретается не благодаря чтению книг или обучению у преподавателя. Вы не можете получить её в качестве подарка. Эту главную добродетель можно обрести только с помощью собственных усилий, смело решая различные проблемы, переживая трудности, беспокойства, страдания и печали. Без *кшамы* вы станете восприимчивыми ко всем плохим склонностям. Ненависть и зависть легко укореняются в том человеке, у которого нет этой добродетели. *Кшама* надёжно защищает того, кто обладает ею. Поэтому *кшама* - это бесценное приобретение, это самая великая,

23.01.2014

Контролируйте свой язык, так как он всегда жаждет различных деликатесов. Задайте вопрос: «О, язык, сколько мешков риса, муки, овощей и деликатесов ты попробовал?» - и скажите: «Позор тебе, если ты всё ещё не удовлетворён!» Ешьте столько, сколько нужно для удовлетворения голода и поддержания жизни тела, не придавая слишком большого значения вкусу. Подобно этому ваши глаза должны быть устремлены к Богу, а не смотреть несвященные телевизионные программы и видеофильмы. Пусть ваши уши слушают не сплетни, а истории о Господе. Всё, что вы видите и слышите, оставляет след в вашем сердце, а всё несвященное загрязняет его. Когда ваше сердце становится нечистым, жизнь утрачивает свой смысл. Сердце человека подобно ручке для письма. Цвет слов, которые вы пишете, будут такого же цвета, что и цвет чернил внутри неё. Бог ожидает от вас того, чтобы вы наполнили своё сердце любовью. Тогда все ваши мысли, слова и дела будут пропитаны любовью, и ваша жизнь станет священной. (Из выступления Бхагавана 22 августа 2000 года)

24.01.2014

В этом мире вы должны заниматься великими и праведными делами. Причудливая современная жизнь непостижима и находится за пределами понимания. Её называют *душта чатушта* или *акара чатушта* (четыре плохих качества): отсутствие веры (*авишвасам*), сомнения (*ануманам*), зависть (*асуя*) и эгоизм (*ахамкарам*). Так как у человека не развит добродетельный характер, то у него развиваются плохие мысли. Отсутствие веры порождает сомнение. Сегодня многие люди готовы верить незнакомому человеку на улице, но отказываются верить в священные тексты и возвышенные

с Богом, невозможно отделить от Него. Точно так же ваша любовь должна соединиться с Божественной любовью. Некоторые люди размышляют о Боге утром и вечером в течение некоторого времени. Это нельзя назвать медитацией. Вы должны размышлять о Боге постоянно, повсюду и при любых обстоятельствах. Выполняйте все задания с полной концентрацией на Боге. Это истинная медитация. Думать о Боге в течение ограниченного промежутка времени - это неполная преданность. Такая преданность дарует вам только часть милости Бога. Вам следует развить абсолютную преданность для того, чтобы обрести всю полноту Его милости. (Из выступления Бхагавана 22 августа 2000 года)

22.01.2014

Всё творение основано на истине. Там, где истина, там и зобилие и процветание. Жизнь человека предназначена не для того, чтобы наслаждаться комфортом и преходящими мирскими удовольствиями, а для того, чтобы продемонстрировать идеал всему миру. Спросите себя: «Прожив все эти годы, какому идеалу я следовал и чего достиг?» Возможно, в жизни вы совершили несколько хороших поступков, но, может быть, количество плохих поступков превосходит их. Такое поведение не свойственно человеку. Развивайте хорошие мысли, говорите хорошие слова и совершайте хорошие поступки. В этом заключается истинная человечность. Сегодня вы помните мудрецов и провидцев былых времён, потому что они совершали добродетельные поступки. Поступайте с другими людьми так, как вы бы хотели, чтобы они поступали с вами. Не следуйте за умом, не проводя различия, так как ум подобен бешеной обезьяне. Следуйте за сознанием. Любовь является основой всего. Поэтому живите жизнью, наполненной любовью. (Из выступления Бхагавана 22 августа 2000 года)

величественная и возвышенная добродетель. *Кшама* заключает в себе всё. (Из выступления Бхагавана 25 мая 2000 года)

10.01.2014

Трудности и боль помогают человеку воспитать и развить в себе терпение и терпеливость. Тем не менее, из-за ментальной слабости и невежества люди всегда уклоняются от болезненного опыта и физической боли. Не будьте слабыми, будьте смелыми и приветствуйте трудности. Пусть они появляются, и чем больше, тем лучше. Только с таким смелым отношением вы сможете развить *кшаму* (терпение), находящуюся в вас. Можете ли вы перейти в следующий класс, если вы не сдали экзамен? Только тогда, когда вы получите соответствующие оценки и сдадите экзамен, вы сможете перейти в следующий класс. Во время подготовки к экзамену вы переживаете сильное напряжение и множество трудностей, но какое сладостное вы получаете вознаграждение! Поэтому приветствуйте трудности как тесты, подготавливающие вас к более возвышенным ступеням, и радуйтесь, когда к вам приходят трудности, потому что именно в это время *кшама* поистине расцветает. (Из выступления Бхагавана 25 мая 2000 года)

11.01.2014

Несмотря на то, что между народами существуют большие отличия в привычках питания и склонностях, дух гармонии и единства, демонстрируемый в спортивных играх, доставляет удовольствие всем. Во время спортивных игр люди забывают об отличиях и играют в Божественном духе братства. Это отличительная особенность спортивных игр. Они помогают игрокам не только улучшить своё здоровье, но и пережить

радость. Тем не менее, вам не следует останавливаться только на осознании этой пользы. Помимо физического тела у вас есть ещё тонкое тело, которое называется умом. Очень важно также развивать чистоту ума и широту сердца. Истинная человечность расцветает только тогда, когда гармонично развиваются тело, ум и дух. Переживаемое вдохновение и усилия, которые вы прилагаете, занимаясь спортом, вам следует также проявить в сфере нравственности и духовности. (Из выступления Бхагавана 14 января 1990 года)

12.01.2014

Следование нравственным правилам в повседневной жизни, возвышение поступков и мыслей, приверженность идеалам - всё это составляющие элементы культуры. Культура освящает мир, наделяет величием и славой страну, помогает человеку и обществу подняться на более высокий уровень бытия. Процесс очищения или трансформации необходим для использования любого предмета и образа жизни. Например, для того чтобы необрушённый рис можно было использовать для приготовления пищи, его необходимо обмолотить и очистить от шелухи. Этот процесс называется *самскрити* или трансформация и означает устранение нежелательных и развитие нужных элементов. В отношении людей *самскрити* (культура) означает избавление от плохих качеств и развитие добродетелей. Культурным можно назвать такого человека, который развил хорошие мысли и совершает добродетельные поступки. (Из выступления Бхагавана 14 января 1990 года)

13.01.2014

Жизнь на Земле существует только благодаря тому, что светит Солнце. Для человечества, живущего бесцельной жизнью и погружённого в бесконечный круговорот бессмысленной

желания получить вознаграждение. Такое равное отношение ко всему и отсутствие желаний - это истинная аскеза. (Из выступления Бхагавана 22 августа 2000 года)

20.01.2014

Осознайте Божественность, находящуюся внутри вас. Откройте врата своего сердца. Всё больше и больше развивайте любовь. Поймите Истину. Ощутите Божественность. В этом заключается блаженство. Приложите все усилия для того, чтобы понять присущую вам Божественность. Божественность, находящуюся в вас, скрывают эгоизм и гнев. Поэтому истинное знание обретается тогда, когда уничтожается привязанность (*Мохам хитхва пунар видья*). Откуда появляется привязанность? Избыточные желания рожают привязанности. Вы можете обрести временный покой, повторяя Божественное Имя (занимаясь *джапой*), через медитацию (*дхьяну*) и *йогу*. Для обретения постоянного покоя вы должны развить внутри себя любовь. Любовь может превратить землю в небо, а небо в землю. Эта священная любовь находится внутри вас, но вы направляете её по неверному пути, и поэтому она искажается. Для того чтобы осознать свою внутреннюю Божественность, развивайте внутри себя священную любовь. (Из выступления Бхагавана 14 марта 1999 года)

21.01.2014

Медитация не означает того, что вам нужно сидеть со скрещенными ногами (в *падмасане*) с закрытыми глазами и размышлять о Боге. Это физическая, мирская деятельность. Несомненно, всё это необходимо, но истинная медитация заключается в единении ума с Богом. Воду невозможно отделить от молока. Подобно этому ум, однажды слившийся

чтобы спрашивать других людей: «Кто вы?» - спросите себя: «Кто я?» Вы говорите: «Это моя книга, это мой стакан». Тогда, кто этот я? Чувство «моё» - это иллюзия (*майя*). Все представления о «моём» - это материя, негативная по своей природе. Вы думаете, что являетесь повелителями материального мира. Научитесь управлять умом и станьте повелителями ума! Приложите усилие для того, чтобы познать своё истинное тождество. Для этого вам, прежде всего, нужно избавиться от привязанности к телу. Когда Я говорю: «Это Мой платок», - Я отделён от платка. Подобно этому, если Я говорю: «Это Моё тело», - Я отделён от тела. Когда Я говорю: «Мой ум», - это означает, что Я отделён от своего ума. Тогда, кто Я? Постоянное исследование этих вопросов, приведёт вас к осознанию своего истинного тождества. (Из выступления Бхагавана 14 марта 1999 года)

19.01.2014

Аскеза не требует от вас того, чтобы вы уходили в лес и жили, питаясь фруктами и клубнями. На самом деле, такую жизнь можно назвать глупостью (*тамасом*), а не аскезой (*танасом*). Истинная аскеза заключается в умении контролировать свои эмоции, мысли, слова и поступки, появляющиеся из *сатвических*, *раджасических* и *тамасических* качеств. Вам следует постоянно размышлять о Боге и обрести гармонию между мыслями, словами и делами. Великий человек - это такой человек, чьи мысли слова и дела находятся в совершенной гармонии (*Манасьекам Вачасьекам Карманьекам Махатманам*). Не поддавайтесь влиянию боли или удовольствий. «Бхагавад Гита» учит тому, что вам следует одинаково относиться к счастью и печали, выигрышу и утрате, победе и поражению. Вам нужно с абсолютной искренностью выполнять свой долг и служить обществу без

деятельности, бог Солнца является примером неустанного и бескорыстного служения. Он не наслаждается отдыхом от работы. На него не воздействуют похвала и осуждение. Он выполняет свои обязанности с равным отношением ко всему. Бог Солнца делает всё только для блага всего мира, а не для того, чтобы причинить вред. Таким образом, он служит высшим примером скромной преданности долгу, но он не тщеславен. Каждый человек подобно Солнцу должен научиться преданно и самоотверженно выполнять свои обязанности. Кришна в «Бхагавад Гите» подчеркнул, что выполнение своего долга - это наивысшая *йога* (духовный путь). Поэтому совершайте добродетельные поступки и думайте хорошие мысли. Тогда вы переживёте Божественное блаженство. (Из выступления Бхагавана 15 января 1992 года)

14.01.2014

Жизнь человека можно сравнить с твёрдым стеблем сахарного тростника с множеством узлов. Подобно этим узлам жизнь человека наполнена трудностями. Но трудности необходимо преодолеть для того, чтобы наслаждаться блаженством Божественности, подобно тому, как стебель сахарного тростника необходимо раздробить, чтобы сок можно было превратить в сахар и наслаждаться его неизменной сладостью. Постоянное блаженство можно обрести, только преодолевая трудности и переживая несчастья. Из золота невозможно сделать красивое ювелирное украшение, пока вы не расплавите его в тигле и с помощью молота не придадите ему необходимую форму. Когда Бхагаван обращается к преданным, называя их *Бангару* (золотые), Он придаёт им большую ценность. Терпеливо переживайте превратности жизни и станьте красивыми драгоценными украшениями.

Не позволяйте обстоятельствам управлять вами. Живите идеальной жизнью с верой в себя и твёрдой верой в Бога. (Из выступления Бхагавана 15 января 1992 года)

15.01.2014

Истинная и бескорыстная любовь проявляется в способности жертвовать собой. Такая любовь не знает ненависти. Она охватывает всю Вселенную и может приблизиться даже к тем людям, которые, как может казаться, находятся далеко от неё. В проявленном мире вы можете встретить множество отражений этой изначальной любви. Вы любите своего отца, мать, брата, сестру, супруга или супругу, друзей и т.д. В такой любви всегда присутствует оттенок эгоизма. С другой стороны, Божественная любовь абсолютно свободна от любого проявления эгоизма. Вы должны предаться такой любви, полностью погрузиться в неё и переживать блаженство, которое она дарует. Истинная и бескорыстная любовь проявляется в способности жертвовать собой. Для того чтобы обрести Божественную любовь, необходимо развить *кшаму* (терпеливость и терпение). Каждый человек должен развивать это возвышенное качество. (Из выступления Бхагавана 25 мая 2000 года)

16.01.2014

Люди увлекаются телом и забывают Божественность, находящуюся внутри него. Твёрдо верьте в Бога. Не верьте во временное тело. Тело подобно пузырьку на поверхности воды, ум - бешеной обезьяне. Не следуйте за телом, не следуйте за умом. Следуйте за сознанием. Это принцип Божественного Я (*Атмана*). Вы сможете пережить Божественность только тогда, когда будете следовать за сознанием. Любите всех, но не доверяйте никому. Вы должны доверять только Богу. В чём причина? Почему вам не следует доверять никому?

Потому что человек непостоянен. Бог ожидает от вас только любви. Вы можете легко развить любовь. Любовь находится внутри вас, развивайте её. Вы должны делиться этой любовью со всеми. Любите даже тех, кто ненавидит вас. Нет ничего великого в том, чтобы причинять вред тому человеку, который причинил вам вред. Истинное величие заключается в том, чтобы любить даже того, кто навредил вам. (Из выступления Бхагавана 14 марта 1999 года)

17.01.2014

Пища - это жизненно важная необходимость. Человек не может жить без еды. Поэтому жизнь называют *Аннамайя* (состоящая из еды). Но человек не чувствует удовлетворённости, если живёт только ради пищи. Его ум не удовлетворяется, когда наполняется желудок. Хотя для жизни тела нужна пища, ум жаждет *Ананды* (блаженства). Жизнь человека обретает завершённость только тогда, когда переживается *Ананда*. Поэтому вы не чувствуете удовлетворение только потому, что живёте. Вы должны быть всегда активными и деятельными. Человек должен задать себе вопросы: «Почему я действую? Почему я активен? Что я делаю для того, чтобы совершать действия? Почему я выполняю эти действия? Как я это делаю?» Человек может осознать истинную цель и значение действий только тогда, когда исследует эти вопросы. Такое исследование должно быть проведено верным образом. Как только вы решите, что определённое действие правильное, вам следует выполнять его с серьёзным отношением. (Из выступления Бхагавана 23 апреля 1988 года)

18.01.2014

Любые духовные практики (*садхана*) не принесут пользу, если вы не знаете своё истинное тождество. Вместо того