

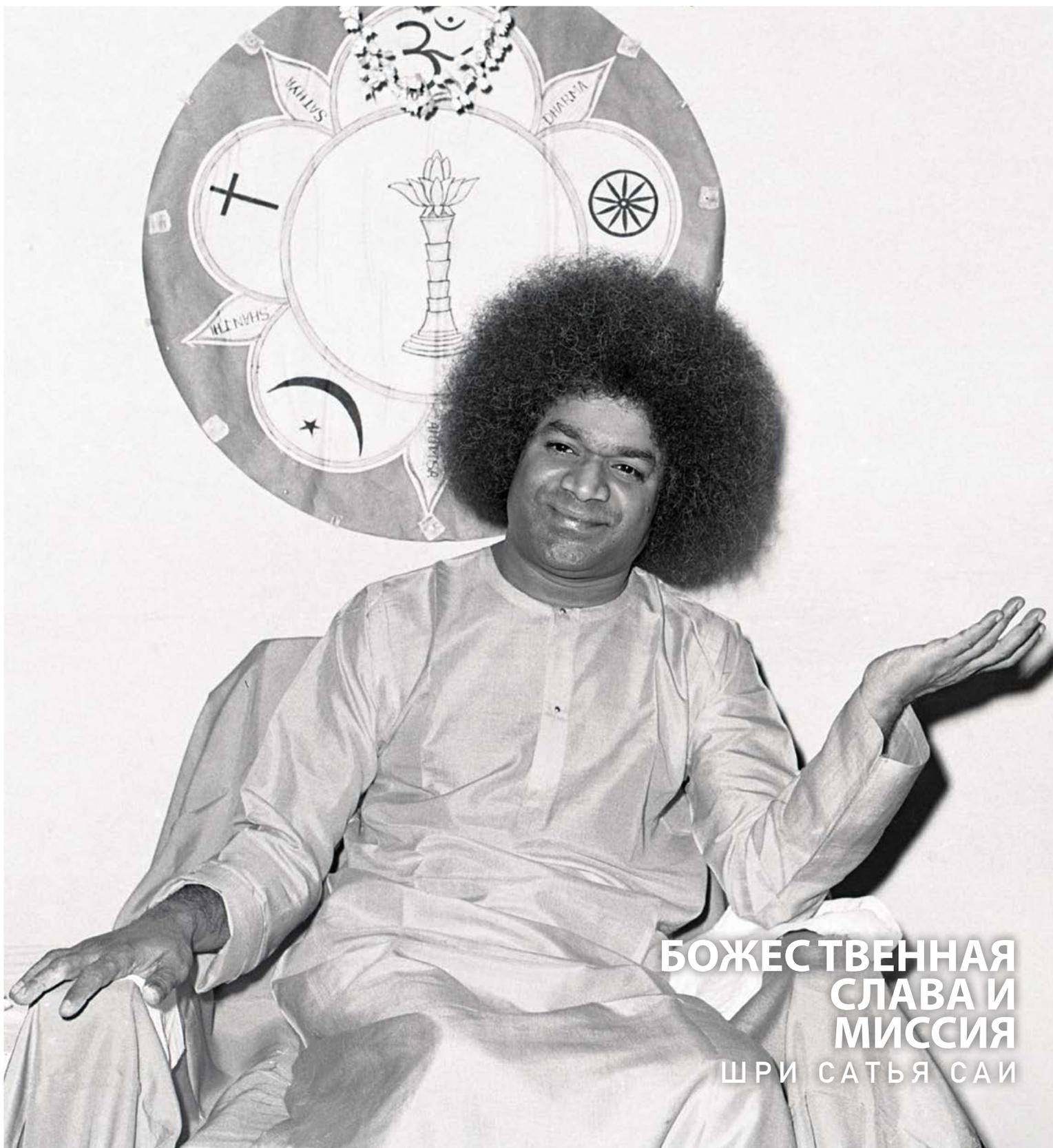
САТЯ САИ

# ВЕЧНЫЙ

СПУТНИК



ТОМ 3, ВЫПУСК 2  
ФЕВРАЛЬ 2024



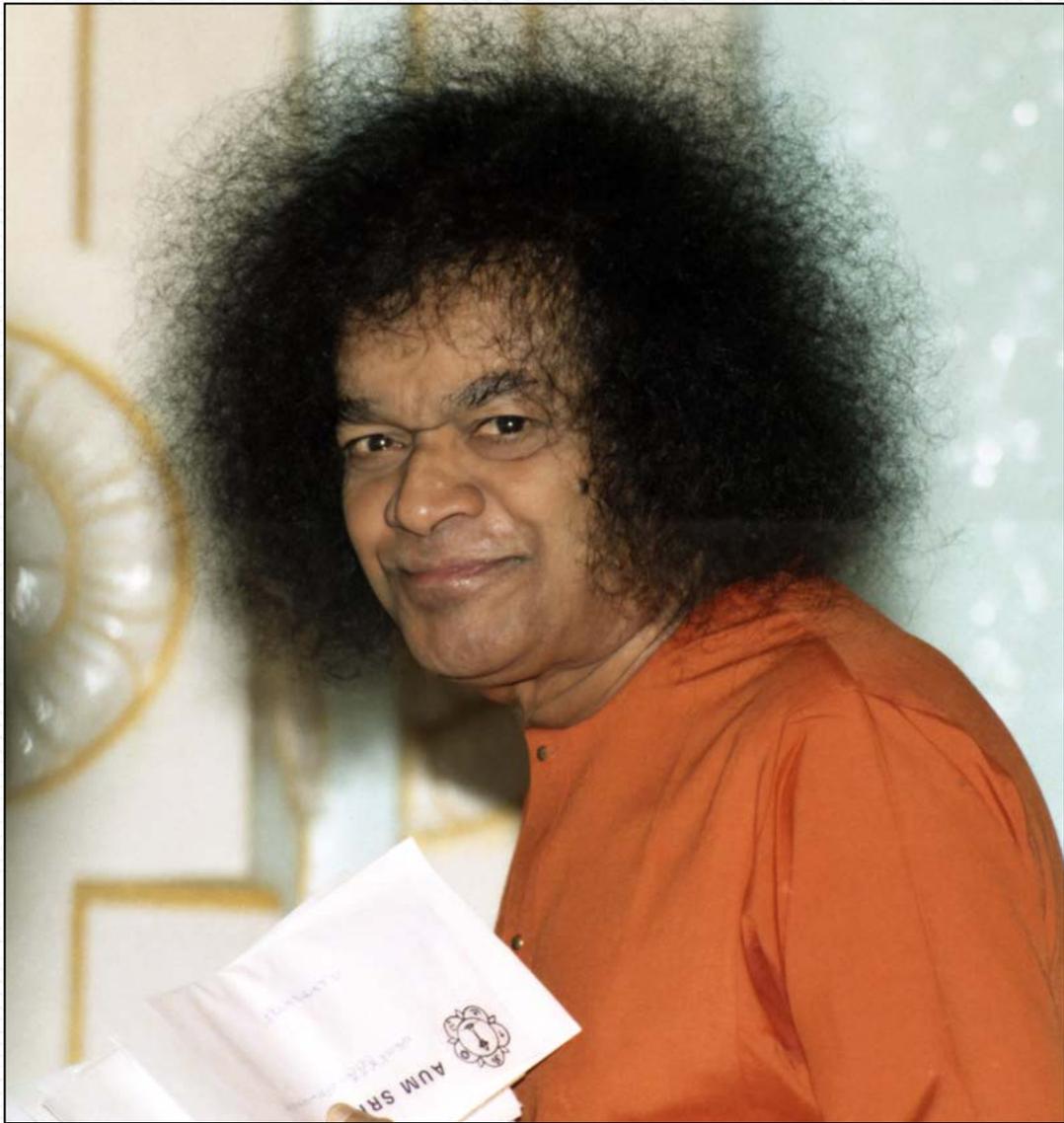
БОЖЕСТВЕННАЯ  
СЛАВА И  
МИССИЯ  
ШРИ САТЯ САИ



Молодежь должна отвратить свой ум от развлечений и сосредоточиться на практике общечеловеческих ценностей. Я всегда советую людям избегать напрасной траты времени, энергии, еды и денег. Молодым людям нужно устраиваться на работу и начинать зарабатывать деньги, и они должны знать, как расходовать их правильно. Пища - это Бог, время - это Бог, поэтому вам необходимо беречь их и не расходовать зря. Нужно быть хорошими, видеть хорошее, слышать хорошее, говорить хорошее и делать хорошее. Основой этих добродетелей являются хорошие мысли, что влечет за собой контроль ума и органов чувств. Все поступки совершайте как подношения Богу. Медитация на Бога - один из шагов для достижения твердости ума.

**Шри Сатья Саи Баба**  
18 июля 1997 года

---



С ЛЮБОВЬЮ И БЛАГОДАРНОСТЬЮ ПОСВЯЩАЕТСЯ  
**БХАГАВАНУ ШРИ САТЬЯ САИ БАБЕ**





Том 3 • Выпуск 2 • Февраль 2024

ISSN 2831-6908 (Онлайн)  
ISSN 2831-6916 (Печать)

Авторские права © 2024 Всемирный Фонд Шри Сатья Саи  
Аркадия, Калифорния, США

Взгляды и мнения, выраженные в статьях данной публикации, принадлежат исключительно авторам и никаким образом не отражают мнения редактора или издателя.

Все права защищены. Никакая часть данной публикации не может воспроизводиться или использоваться каким-либо образом без предварительного письменного разрешения правообладателя.

Для получения разрешения, обращайтесь к  
издателю по адресу: [info@sathyasai.org](mailto:info@sathyasai.org)

Главный редактор: Д-р Нарендранатх Редди  
Международная Организация Шри Сатья Саи

[sathyasai.org](http://sathyasai.org)

- 2 От редактора**  
Всё есть Брахман  
Бхаджа Говиндам - Часть 2
  
- 8 Божественное выступление**  
Всегда будьте счастливы и умиротворёнными, 28 июля 2007 года
  
- 16 Опыт преданных**  
Воспоминания о летнем курсе, г-жа Фейт Брейверман Холландер  
Сосредоточь свой ум на Свами, г-жа Эллеша Ванигасекера
  
- 24 Из-под Божественного пера - Письма Шри Сатья Саи Бабы**  
Будьте тверды в своей садхане
  
- 26 Гуманитарная помощь**  
Любовь в действии - Австралия, Гонконг, Шри Ланка, США
  
- 28 История МОШСС**  
1 Миллион шагов к Свами–Австралия  
История МОШСС-Уругвай
  
- 34 Величие Женщины**  
Когда Сатья Саи позовет... г-жа Линда Фонсека
  
- 38 Идеальная Саи-молодёжь**  
Международный молодёжный ретрит по лидерству  
Цикл «Гита Вахини», США  
«Правильно ли осуждать других, чтобы избежать плохой компании?»–Подкаст
  
- 41 Образование Сатья Саи**  
При участии Аарадхья, Дхрув, Джианна, Махалакшми, Пиюш,  
Сахана, Саишрути, Шриника, Ставья, Суба, Вайшави и Вихаан
  
- 44 Предстоящие онлайн-мероприятия МОШСС**

# Всё есть Брахман

«БХАДЖА ГОВИНДАМ», ЧАСТЬ 2

В Священных Писаниях говорится, что духовную практику следует начинать в раннем возрасте, чтобы можно было использовать тело (которое особенно сильно в молодости) для служения Богу, а чувства — для созерцания Бога, чтобы достичь Бога. *«Отправляйтесь рано, продвигайтесь медленно, добирайтесь благополучно»*, - говорит Бхагаван Шри Сатья Саи Баба, подчёркивая необходимость сосредотачиваться на Боге в раннем возрасте. **Он говорит, что молодёжь – это будущее Организаций Саи и будущие граждане мира.** Поэтому они должны быть мужчинами и женщинами с хорошим характером. Они должны заявлять о себе, подобно львам, утверждая свою Божественность.

## Сосредоточение ума на Свами

В этом номере помещена прекрасная Божественная беседа, произнесённая Свами 28 июля 2007 года, в которой Он подчёркивает, что всё Божественно и что путь к осознанию этой Истины лежит через практику пяти общечеловеческих ценностей – *Сатьи* (Истины), *Дхармы* (Правильного поведения), *Шанти* (Мира), *Премы* (Любви) и *Ахимсы* (Ненасилия). Он говорит, что именно ум ответственен за наше рабство или освобождение, в зависимости от того, обращаем мы его к миру или к Богу. **Свами далее уверяет, что**

**если человек остаётся устойчивым и удерживает ум неподвижным даже в течение короткого периода в 11 секунд, он может достичь Самореализации!**

Свами также учит нас, как быть счастливыми и умиротворёнными: *«Склоните тело, исправьте чувства и уничтожьте ум»*. Хорошая компания – вот что помогает в этом процессе, как подробно было описано в редакционной статье «Лестница к освобождению» в номере за прошлый месяц. Свами обещает, что если мы найдём время и подумаем о Нём, Он появится перед нами и заговорит с нами.

Далее в этом номере, данная Истина разъясняется в письме Бхагавана Чарльзу Пенну, где Он утверждает, что человек ощущает присутствие Бога, когда вспоминает Его имя и форму. Имя и форма Бога неразделимы, и нужно быть устойчивым в этой *садхане* созерцания, чтобы обрести покой в жизни.

В этом номере также содержится искренний рассказ г-жи Эллеси Ванигасекары из США о том, как она преодолела все свои проблемы, используя имя и форму Свами, как меч и щит, «имея за собой армию Бога»

## Сделав один шаг к Свами

Вдохновлённые обещанием Свами отвечать на каждый шаг,

сделанный по направлению к Нему, преданные из Австралии приступили к замечательной инициативе под названием «1 миллион шагов к Свами» (1MSTS). Она была запущена 24 апреля 2023 года и завершится 23 ноября 2025 года, в знаменательный 100-летний юбилей Свами. **Свами говорит, что нужно думать о Боге в любое время, всегда и везде** (*Сарвада Сарвакалешу Сарватра Хари Чинтана*). Участники этой инициативы, или садхаки, делают более 1000 сознательных шагов ежедневно, думая о Свами, исполняя бхаджаны, *намасмарану* (повторение имени Бога), слушая беседы и т. д., в течение почти 1000 дней, чтобы в общей сложности сделать миллион шагов к Свами. Можно также слушать подкасты или сатсанг «Гита Вахини», в котором активно участвуют наши молодые люди, во время ходьбы, пробежки или бега. Шагами к цели также могут быть засчитаны шаги, предпринятые для проведения деятельности по служению, такой как оказание помощи жертвам наводнения, раздача одеял и т. д.

Г-жа Линда Фонсека, которая начала свою духовную жизнь, будучи ученицей ДОСС в Венесуэле, также представила свой материал в этом номере. Она подчёркивает, как ощущала присутствие Свами везде и всегда. «Бог слушает и проявляет Своё присутствие, когда мы

практикуем терпение и настойчивость», — заключает она.

Аналогичным образом, статья г-жи Фейт Холландер Браверман иллюстрирует, как стремление сердца всегда привлекает Божественную Милость. Она рассказывает о своём уникальном, запоминающемся опыте в первые годы своего посещения Свами в 1970-х годах, когда она сделала один шаг навстречу Свами, а Свами сделал сто шагов навстречу ей.

**Конечной целью всей садханы и сатсанга, конечно же, является осознание человеком присущей ему Божественности и Божественности всего сущего.** Следует помнить учение великого мастера *адвайты* Ади Шанкарачарьи, который суммировал все писания и Веданту в содержательной фразе: «*Брахма Сатьям Джаганмитхья, Дживо Брахмайва На Параха*» (*Брахман — единственная Истина; видимый внешний мир иллюзорен; в конечном итоге, нет разницы между Брахманом и индивидуальным Я (Атмой).*

### Объяснение одного и того же Вечного Послания разными способами

Свами объясняет это послание в книге «Летние ливни в Бриндаване 1973 года», с помощью шлоки «Бхаджа Говиндам»:

Бхагаван пишет оригинальную санскритскую шлоку на языке телугу, а также сочиняет шлоку на телугу с тем же значением. Обе они представлены здесь, написанные Его Божественным почерком.

త్వం మయి సర్వత్రైకా విష్ణుః  
కర్మం కుష్పసి మయి సహిష్ణుః  
భక్త సమిపత్య స్వకృత త్వం  
గాంభ స్వరూపా ద్భవ విష్ణుత్వం.

Твайи майи чаньятраико Вишнух,  
Вьяртам купьяси майясахишнух  
Бхава самачиттах сарватра твам,  
Ванчасьячирадьяди Вишнутвам

నీలో నాలో ఏ బిరూక విష్ణువే  
శుపికతొ నాకోపము వ్యక్తిము  
ఎల్లద సమిపై ఉల్లం ముంకు  
ఓపుకే రూపకేమ సు విష్ణుత్వము.

Ниило Наало ниджамока Вишнuve  
Опикалени нии копаму вьяртахаму  
Эллада самамай улламбунте  
Апуде анубхавамагу Вишнутвamu

В тебе, во Мне, а также повсюду, существует только Одна всепроникающая Реальность. Будучи нетерпеливым, ты становишься излишне сердит на Меня. Если ты хочешь достичь просветления (*Вишнутвам*), будь невозмутим при любых обстоятельствах. Ищи Господа Говинду!



## *Верховный Господь обитает в сердцах всех живых существ.*

Здесь важно осознать, что существует только одна Реальность, и это Вишну – в нас, во всех остальных, во всём и повсюду. Здесь Вишну является не божеством с четырьмя руками, а вечной, всепроникающей Реальностью, называемой многочисленными именами, такими как Вишну, Шива, Брахма, Мать, Иисус, Аллах, Будда и так далее. Мы также называем его *Брахманом* или *Атманом*, Высшим сознанием или Я.

Люди пытаются искать Бога в храмах и отдалённых местах. Священные Писания советуют нам не «искать» Бога, а «видеть» Бога во всём. В священном тексте «Вишну Сахасранама» (1008 имен поклонения Господу Вишну) **чётко говорится, что вся Вселенная есть ни что иное, как проявление вездесущего Брахмана. Искать Бога где-то снаружи — просто невежество.** «Бхагавад-гита» (глава 18:61) описывает правильный адрес Бога:

*ишварах сарва-бхутанам хрид-деше  
арджуна тиштхати  
бхрамаян сарва-бхутани  
янtrarудхани майай*

*Верховный Господь обитает в  
сердцах всех живых существ, о  
Арджуна.*

*В зависимости от их кармы, Он  
направляет странствующие души,  
которые пребывают в средствах*

*передвижения, состоящих из  
материальной энергии.*

Свами дал мне тот же ответ, когда я спросил Его об адресе Бога, сказав, что сердце – это место обитания Бога. Он управляет всем с помощью Своей силы. Мы все — марионетки, а Он кукловод. Свами иллюстрирует это, приводя случай с царицей Драупади в «Махабхарате». Драупади обратилась к Господу Кришне за помощью, когда её публично позорили, но Шри Кришна пришёл ей на помощь с некоторой задержкой. Причина была в том, что она назвала Кришну Дваракаваси (жителем Двараки), вместо того, чтобы назвать Его Хридаяваси (обитателем сердца). Отсюда и задержка с ответом.

Каждый атом и каждое мгновение пронизаны только *Брахманом* или *Атманом*. Свами говорит в стихотворении на телугу:

*Йедди Каладанучунтимо Адди Ледху  
Йедди Ледханучунтимо Адхи Каладху  
Уннадхи Оккате Дайвамбу  
Йеннатикини Ленидайяну  
Вишвамбу Канарайя*

*То, что мы считаем существующим,  
не существует. То, что мы считаем  
несуществующим, существует.  
Осознайте только Одного, который  
всегда существует – это Бог  
Осознайте, что несуществующая  
вселенная кажется реальной, и всё  
это — всего лишь иллюзия.*

Свами также говорит, что если мы хотим познать Истину о том, что существует только Брахман и ничего больше, нам нужно неустанно путешествовать с Ним, с энтузиазмом, энергией, терпением и настойчивостью.

### Два препятствия

Два существенных препятствия мешают нам осознать эту Высшую Истину – гнев и нетерпение. Ширди Саи Баба часто подчёркивал важность *Шраддхи* (веры) и *Сабури* (терпения) для духовного искателя. Свами также превозносит долготерпение и выдержку как великие добродетели.

Когда у человека есть терпение, он не злится. Гнев приводит к заблуждению и утрате различения, что в конечном итоге приводит к полному падению. Таким образом, преодоление одного препятствия (нетерпение) и обретение одного хорошего качества (терпение) помогает нам также преодолеть и другое препятствие (гнев)!

Следует помнить, что природа гнева может быть *тамасической*, *раджасической* или *саттвической*. Например, гнев мудрецов является *саттвическим*, поскольку его намерение состоит исключительно в том, чтобы вызвать трансформацию субъекта. Это происходит на благо человечества, и их гнев не затрагивает их самих. Это подобно тому, когда мы пишем на воде. В ту минуту, когда палец вынимают из воды, надпись исчезает. Страстный гнев амбициозного мирского человека, окрашенный эгоизмом, является *раджасическим*. Этот гнев вызван эгоизмом, напыщенностью и показухой. Это подобно написанному на песке, которое остаётся до тех пор, пока ветер Божественной Милости не подует и не сотрёт его. Демонический гнев злого человека, целью которого является причинение вреда другим, *тамасичен*. Этот гнев несёт в себе месть и ненависть, которые причиняют вред не только отдельному человеку, но также его семье и обществу. Это как выгравированное на камне письмо, которое остаётся навсегда. Такой гнев можно преодолеть только интенсивными усилиями и Божественной Милостью Свами. Вот почему одно из 108 имён в «Сатья Саи Аштотарам» — «Ом Шри Саи

*Кама Кродха Дхвамсине Намаха*». (Я склоняюсь перед Господом Шри Саи, разрушителем желаний и гнева).

Если мы будем искренне молиться Богу, Он уничтожит наш гнев, который вреден для нашего духовного прогресса. Свами учит нас многим методам преодоления гнева и нетерпения, которые необходимы для осознания высшей Истины. *Сатсанг* (компания) хороших людей, мест, вещей и мыслей помогает. Помимо этого, нужно проводить Самоисследование лежащей в основе всего, неизменной реальности. Мы все проходим через состояния бодрствования, сна и глубокого сна (*джаграт, свапна, сушупти*). То, что мы испытываем в одном состоянии, мы не переживаем в другом. Однако для всех трёх состояний существует основное поддерживающее состояние, и это четвёртое состояние называется *Турия*. Следует стараться отождествлять себя с этим основным состоянием *Турии*, которое есть *Брахман*. Тогда мы получим опыт единства в многообразии.

Господь Кришна говорит, что истинная *джняна* (мудрость) состоит в том, чтобы видеть неизменное в изменяющемся, Единого в множественности и единство в многообразии.



*Если мы будем искренне молиться Богу, Он уничтожит наш гнев, который вреден для нашего духовного прогресса.*

## Развитие равного отношения и невозмутимости – путь к просветлению

Достижение равного отношения подчеркивается как Свами, так и Шри Кришной. Высказывания «Саматвам Йогам Учьяте» (истинная Йога — это равное отношение) и «Пандитах Сама Даршинах» (мудрый человек — это тот, кто обладает невозмутимостью) также отражают то же самое. Такие люди видят одну и ту же Божественность в собаке, слоне, мудреце и невеже. Они видят за пределами тела, ума и интеллекта, и видят Самосияющую Атму.

Этот аспект равного отношения подчёркивается в «Бхагавад-гите» в нескольких местах. В главе 2, говоря о качествах *стхитапраджни* (человека устойчивой мудрости), Кришна объясняет, как просветлённый человек видит все пары противоположностей как одно и то же. Также в главе 12, говоря о качествах преданного, Кришна подчёркивает, что преданный относится к теплу и холоду, хвале и порицанию, прибыли и убытку, успеху и неудаче, победе и поражению с одинаковой невозмутимостью.

В эпохальном письме Своему «брату» в 1947 году Свами даёт определение преданности: **«Те, кто предан Мне, относятся к добру и злу, а также ко всем парам противоположностей, одинаково».**

Как только мы осознаем, что один и тот же *Брахман* существует повсюду и во всём, не возникнет вопроса о гневе или нетерпении. В знаменитом «Ишавасья-упанишаде» сказано:

*Ясмин сарвани бхутани атмаива бхут  
виджанатаха*

*татра ко мохаха ках шока*

*экатвамупашьятах*

*Тот, в ком Само-Бытие существует*

*как Становление, ибо он имеет*

*совершенное знание, зачем*

*заблуждаться, когда ему испытывать*

*горе, тому, кто повсюду видит*

*Единство?*

Глубокое послание этого стиха состоит в том, чтобы осознать всепроникающего *Брахмана* через развитие равного отношения, и увидеть единство в многообразии. Для этого необходимо преодолеть препятствия гнева и нетерпения.

«Като Упанишад» провозглашает: «Восстань, пробудись и не останавливайся, пока цель не будет достигнута» (*Утиштата, Джаграта, Прапьяваранибодхата*). **Цель**

**жизни — осознать Брахмана, также называемого Атманом и Богом. Эта цель может быть достигнута уже в этой жизни посредством чистой Любви, интенсивных и искренних духовных практик, и безграничной Милости Бога.** Это благо обещано каждому из нас нашим любящим Господом Сатья Саи.

Джай Сай Рам.



*Цель жизни -*  
осознание Брахмана

Эта цель может быть достигнута уже в этой жизни посредством чистой Любви, интенсивных и искренних духовных практик, и безграничной Милости Бога. Это благо обещано каждому из нас нашим любящим Господом Сатья Саи.

# Всегда будьте счастливы и умиротворённые



*Сатьямбунандхунди сарвам  
шруштинче  
Сатьяманданегену  
сарва шрушти  
Сатья махима лени  
стхаламеди канугона  
Шудда сатва мидийе  
чударйа  
(Стихотворение на телугу)*

*Мироздание происходит из  
Истины, с Истиной оно и  
сливается.  
Есть ли место во всей  
Вселенной, где не было бы  
Истины?  
Постигайте и наслаждайтесь  
чистотой безупречной  
Истины.*

*(Бхагаван материализовал  
лингам и показал его всем  
присутствующим).*

Все существа в этом мире, включая насекомых, птиц и зверей, – произошли из Истины! Всё зиждется на этом принципе Истины. Она принадлежит Единому и воплощена в этом «Сатьям» (Бхагаване), Кто является самим олицетворением Истины. Может ли кто-то материализовать или проявить принцип Истины, являющейся самой её сутью (Шуддха Сатвам)? **Следовательно, Истина присутствует повсюду. Когда вы созерцаете Истину и думаете о Ней, вы также проявляете эту Истину.** Поэтому постоянно помните эту Истину и размышляйте о Ней.

**Почему это тело названо Сатья Саи? Потому что Истина (Сатья) происходит из Саи (Бхагавана).** Сатьям (Бхагаван/Бог) присутствует там, где созерцают Истину на алтаре своего сердца. Человек никогда не должен забывать об этой Истине. Дхарма (праведность) – звук, реакция и отражение Сатьи (Истины). **Не существует Истины превыше дхармы (Сатьянасти паро дхарма).**

Сегодня в мирском образовании существует много различных областей знаний. Это не истинное образование. Настоящее образование связано с истиной, которая происходит из сердца. У неё нет имени и формы. Какова форма Сатьи, Дхармы и Шанти? Необходимо раскрыть эти бесформенные и имманентные качества, скрытые в человеческом сердце.

### **Всё в этом мире Божественно**

Такой божественной энергии, которая заключена в человеке, нет больше ни в одном существе. Человек поистине является Богом. Человек – это Бог в человеческой форме. Следовательно, человек – это Бог. Бог движется по Земле в человеческом облике (*дайвам мануша рупена*). Поэтому человек должен считать себя божественным. Вы все считаете, что человек – это просто человек, и поэтому совершаете так много ошибок. Вы не просто человек, вы поистине являетесь Богом. **Думайте, что вы - это Бог, и вы станете Богом. О**

**чём думаешь, тем и становишься (Иад бхавам тад бхавати)...**

Мы должны с любовью относиться ко всем людям. «Люби всех, служи всем». Бог присутствует во всех людях. **Нет места, где бы не присутствовал Бог. Бог присутствует в небе, воде, звуке и свете. Всё есть Бог.**

Мы забываем об этой вездесущей божественности и поклоняемся Богу в форме изваяний в храме. Вы, конечно, можете почитать изваяния, в этом нет ничего неправильного. Но вы должны также видеть, что Бог присутствует в каждом человеке, в каждом существе. Я не утверждаю, что неправильно поклоняться изваяниям. Но будучи Богом, постарайтесь увидеть его в каждом существе.

Моё тело – храм, в нём заключена безграничная божественная энергия. Однако в этом контексте следует проявлять некоторое различие. Вы должны задаться вопросом, является ли эта энергия Богом или телом, наполненным божественной энергией. Тело – это проявление Бога. Бог имманентно присутствует в каждом атоме и в каждой клетке тела. Нет места, где не было бы Бога. Не сомневайтесь в Его существовании. Не забывайте о Нём ни на минуту. Когда вы забываете Бога – вы забываете себя.

Вот почему человеку советуют: «Будь всегда внимателен». Вы должны постоянно спрашивать себя: «Помню ли я о Боге?». Вы всегда должны осознавать свою Истинную природу и напоминать себе о том, что «Я есть Я». Когда вы утвердитесь в этом – у вас не будет разногласий с другими. Невежественные люди не осознают свою истинную природу и поэтому не видят единства.

Бог присутствует во всех людях. В этой Вселенной нет места, где бы не присутствовал Бог. Эти тысячи голов (*Сахасра Ширша*) (имеются в виду все, кто собрались на большом собрании)

представляют божественное, Бога. Бог — это космическая форма. Всё это собрание людей также представляет собой космическую форму. Каждая форма имеет свои специфические особенности. В каждой форме есть искра Моей Вечной Божественности (*Мамаивамсо Дживалоке Дживабхута Санатана*).

Я присутствую во всех вас. Ты ничем не отличен от Меня. «Бхагаван не отличен от тебя». Я - это ты; Ты – это Я. Не сомневайтесь в этом. Укрепляйте свою любовь. Когда в вашем сердце созреет любовь - делитесь её нектаром со всеми и каждым. Позвольте плоду созреть в вашем сердце. Наполните сердце чистой любовью и делитесь ею со всеми. Тогда вы увидите, что все люди являются воплощениями Любви. В мире исчезнет ненависть и насилие.

Сегодня, куда бы вы ни посмотрели, среди людей существуют разногласия и ненависть. Подобного рода разногласия свойственны лишь мирскому уровню пониманию, но с духовной точки зрения всё едино. Эти различия возникают тогда, когда мы смотрим на мир не как на единое целое. Только Бог Един (*Экам*). Все остальные — нули, которые добавляются к этой единице. Эти нули приобретают ценность благодаря единице, стоящей перед ними. Если Единый (Бог) исчезнет, то все станут нулями. Следовательно, Бог является единственной важной сущностью для каждого.

### **Относитесь к уму как к божественному инструменту**

Ум является причиной как печали, так и радости. Некоторые люди критикуют ум и называют его «обезьяньим». По Моему мнению, у человека ум человеческий – не обезьяний (игра слов monkey mind и mankind). Поскольку он человеческий, он всегда добрый. Именно ум дарует всё блаженство. Ум также является причиной грусти и печали. **Если ум находится в правильном состоянии, он**

**не причинит вреда. Считайте ум также божественным. Тогда вы всегда будете счастливы.**

*Нитьянандам, Парамасукхадам,  
Кевалам, Джнянамуртим,  
Экам, Нитьям, Вималам, Ачалам,  
Сарвадхи Сакшибхутам,*

(Стихотворение на санскрите)

*Атма – воплощение вечного  
блаженства, абсолютная  
мудрость. Она за пределами  
противоположностей,  
всеобъемлющая,  
всепроникающая.*

Это истинная Атма. Вы называете это Атмой, умом или совестью. Мы приписываем одному и тому же принципу разные названия. Мы даем названия для своего удобства, а не ради истины. Например, этому телу дали имя «Сатьям». Имя дано было телу, а не Мне. Я – не тело, не интеллект, не воображение. Бхагаван – это Бхагаван (Вечный). Вам следует развивать твёрдую веру в это.

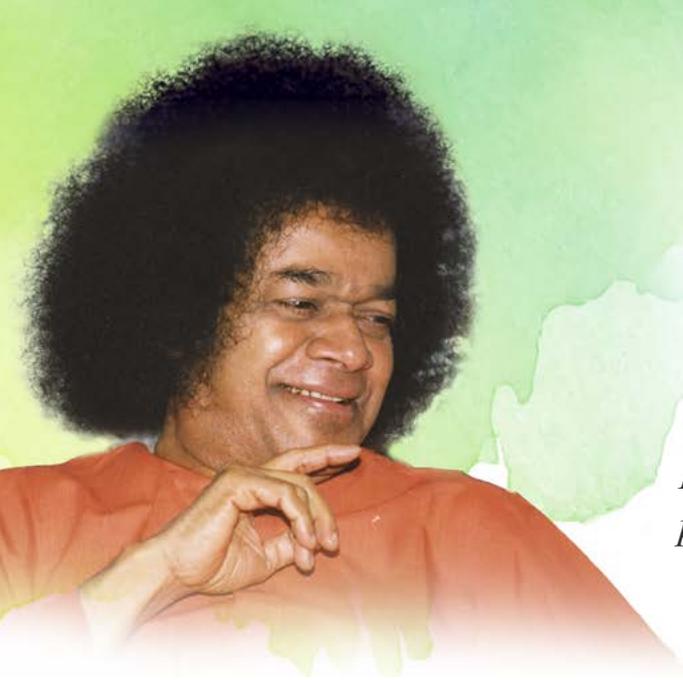
Умы некоторых людей могут становиться беспокойными из-за изменений в привычках питания и отдыха. Это также может происходить под влиянием друзей. Я часто говорю: «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу – кто ты». **Поэтому, Я советую вам пребывать в обществе праведных людей.**

*Сатсангатве ниссагатвам,  
Ниссангатве нирмохатвам,  
Нирмохатве нишлататтвам,  
Нишлататтве дживанмукти.*

(стихотворение на санскрите)

*Общество хороших людей помогает  
развить непривязанность,  
Непривязанность рассеивает  
иллюзию,  
Свобода от иллюзии ведёт к  
устойчивости ума,  
Устойчивый ум дарует  
Освобождение.*

**Каждый человек может достичь Освобождения (Муक्ति). Но когда?**



# ЛЮБОВЬ - ЭТО БОГ, ЖИВИТЕ В ЛЮБВИ.

*Всё для вас будет хорошим, если вы будете развивать Добрые и Благородные мысли.*

**Вы достигнете Освобождения в тот момент, когда утвердитесь в Истине “Я есть Атма”.** Всегда думайте так: “Свами находится во мне, а я - в Свами”. Но это не принесёт пользы, если вы будете только повторять это с беспокойным умом. Развивайте твердую Веру в то, что “Я – Свами”, “Я – Бог”. Только когда вы разовьёте твёрдую Веру в это, вы достигнете Божественности. У Бога нет качеств. Он Незапятнан, Вечен, Чист, Просветлён, Свободен, является Последней Обителью и Воплощением Святости (*Ниргунам, Ниранджанам, Санатана никетанам, Нитья, Шуддха, Буддха, Мукта, Нирмала сварупинам*).

Если ваш ум загрязнён, то всё для вас будет казаться плохим. Сегодня загрязнена даже вода. Из-за загрязнения воды тело человека подвержено болезням. Поэтому физическому телу в определенной степени нужна защита. **Как вы думаете, для чего Бог даровал вам тело? Только для того, чтобы вы осознали своё Истинное Я.** Но вы забываете об этой цели и сосредоточиваясь на физическом теле. В конце концов, что такое физическое тело?

Тело подобно пузырьку на поверхности воды. Ум подобен бешеной обезьяне. Не слушайте тело. Не слушайте ум. Слушайте Совесть. Ваша жизнь освятится только

тогда, когда вы поймёте этот простой принцип. Не нужно обращать внимания на то, что могут сказать другие. Венец знания - это Чистота Сознания. Только когда ваше сознание Очистится, вы сможете обрести Мудрость (*Джняна*).

## **Чистота ума**

Важнее всего обрести Чистоту ума. Содержите свой ум в Чистоте, ограждайте его от любого загрязнения. Когда в уме появляются плохие мысли, напоминайте себе: “Это нехорошо, они не мои”, и не впускайте эти плохие мысли. Говорите себе: “У меня нет плохих мыслей. У меня только хорошие мысли и идеи”. **Любовь, Любовь, Любовь, Любовь, Любовь, Любовь! Постоянно помните о том, что Любовь – это Бог. Живите в Любви. Всё для вас будет хорошим, если вы будете развивать Добрые и Благородные мысли.**

Многих из присутствующих здесь вводят в заблуждение преходящие вещи. Несомненно, сердца ваши чисты. У вас должны рождаться только чистые мысли. Но время от времени возникает некоторое загрязнение. Вы должны следить за тем, чтобы этого не происходило. В этом заключается ваша *Садхана*.

Что такое *Садхана*? Означает ли это сидение в медитации и занятие Повторением Имени Бога (*Джапой*)?

Нет. Это не Садхана. Как вы думаете, что такое Медитация? Вы думаете, что это сидение в уединённом месте и размышление об Имени Господа. Совсем нет! **Размышляйте о чистых мыслях, которые появляются в вашем уме. Размышляйте об Истине, которая находится в вас.**

Если вы действительно хотите познать секрет Садханы, то его можно объяснить с помощью очень простых методов. Например, **удерживая свой ум в покое в течение одиннадцати секунд, вы можете достичь Реализации даже за такой короткий период.**

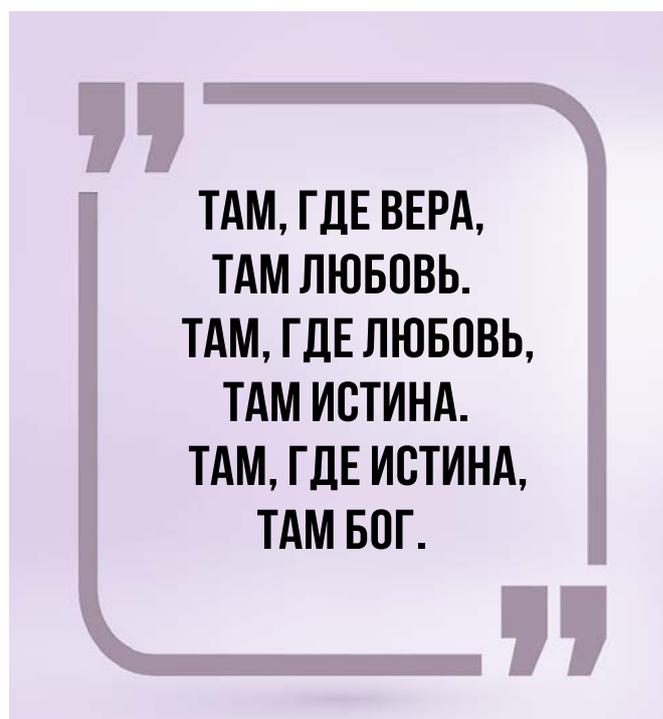
Реализацию невозможно обрести, если ваш ум будет таким же беспокойным, как часы. Достаточно успокоить ум на одиннадцать секунд. Но вы не делаете даже этого. Вы можете достичь многого за этот короткий промежуток времени. Поэтому излишне не утруждайте себя. В настоящее время вы причиняете своему телу много беспокойств. Вы также попусту расходуете много денег. Потерянное время – это потерянная жизнь. Растрата денег – это зло. Поэтому не тратьте зря время и деньги. Время – это Бог, а Бог – это Время. **Поэтому, когда у вас есть свободное время, думайте о Свами. Я, несомненно, предстану перед вами.** Я даже буду говорить с вами. Я получаю много писем, в которых рассказывается о том, как Свами явился вам и говорил с вами. Вы тоже можете заниматься такой Садханой. Развивайте непоколебимую Веру в Свами. Тогда вы достигнете успеха в Садхане!

### **Имейте веру**

Некоторые люди, приехавшие сюда, называют себя преданными. Несомненно, они обладают глубокой преданностью к Свами. Но что такое Преданность? Каковы отличительные признаки Преданного? Вот что необходимо проанализировать. Прежде всего, вы должны развить веру.

Истина – это Бог. Вам нет необходимости прилагать особые усилия для того, чтобы

познать Истину. На самом деле, для того чтобы осознать Истину, достаточно одиннадцати секунд. Размышляя об Истине в течение одиннадцати секунд, вы сможете получить Даршан Бога. Вы излишне напрягаете своё тело, сидя часами в медитации. В конечном итоге вы начинаете страдать от боли в руках, ногах и спине. Не допускайте появления болей в суставах. В конце концов, вы окажетесь на приёме у доктора, который поставит вам диагноз



- ревматизм. Но эти боли не являются следствием ревматизма, они – результат неправильного занятия *Садханой*. Ограничьте занятия Садханой одиннадцатью секундами и вы не будете страдать от боли.

В дополнение к этому, своевременно принимайте пищу. В отношении пищи вы должны знать определенные тонкости и соблюдать некоторые ограничения. Вы не должны принимать невегетарианскую пищу, такую как мясо и рыба. Иностранцы привыкли употреблять только невегетарианскую пищу. Такая пища становится причиной развития заболеваний, таких как рак. Поэтому полностью откажитесь от такой пищи. Кроме того, иностранцы также

“*Как вы думаете, для чего Бог даровал вам тело?  
Только для того, чтобы вы осознали своё Истинное Я.*”

очень любят сыр. Чем больше сыра вы едите, тем слабее становитесь. Вам также не нужно пить слишком много молока. Слишком большое количество молока вредит здоровью. Нужно ограничить его количество. Молоко нужно разбавлять водой в равном количестве. То же самое можно сказать и о йогурте. Он не должен быть слишком густым, он должен быть полужидким.

Так вы должны ежедневно контролировать своё питание. Правильное и регулярное питание очень важно для размышления о Боге. **Если вы будете принимать правильную пищу и соблюдать дисциплину в своих привычках, вы непременно обретёте Даршан Бога.** Нет необходимости заниматься суровой Садханой в течение долгих месяцев и лет. Вы всегда можете испытывать Блаженство. Блаженство – это форма Бога.

Это счастье:

*Нитьянандам, Парама Сукхадам,  
Кевалам Джнянамуртим,  
Двандватитам, Гагана  
Садришам,  
Таттвамасьядилакшьям,  
Экам, Нитьям, Вималам, Ачалам,  
Сарвадхи Сакшибхутам,  
Бхаватитам, Тригунарахитам*

(стихотворение на санскрите)

*Бог — воплощение вечного  
блаженства,  
Он — абсолютная мудрость,  
находящийся за пределами  
двойственности,  
бесконечно расширяющийся и  
всеобъемлющий как небо,  
Вечный, незапятнанный,  
неизменный,*

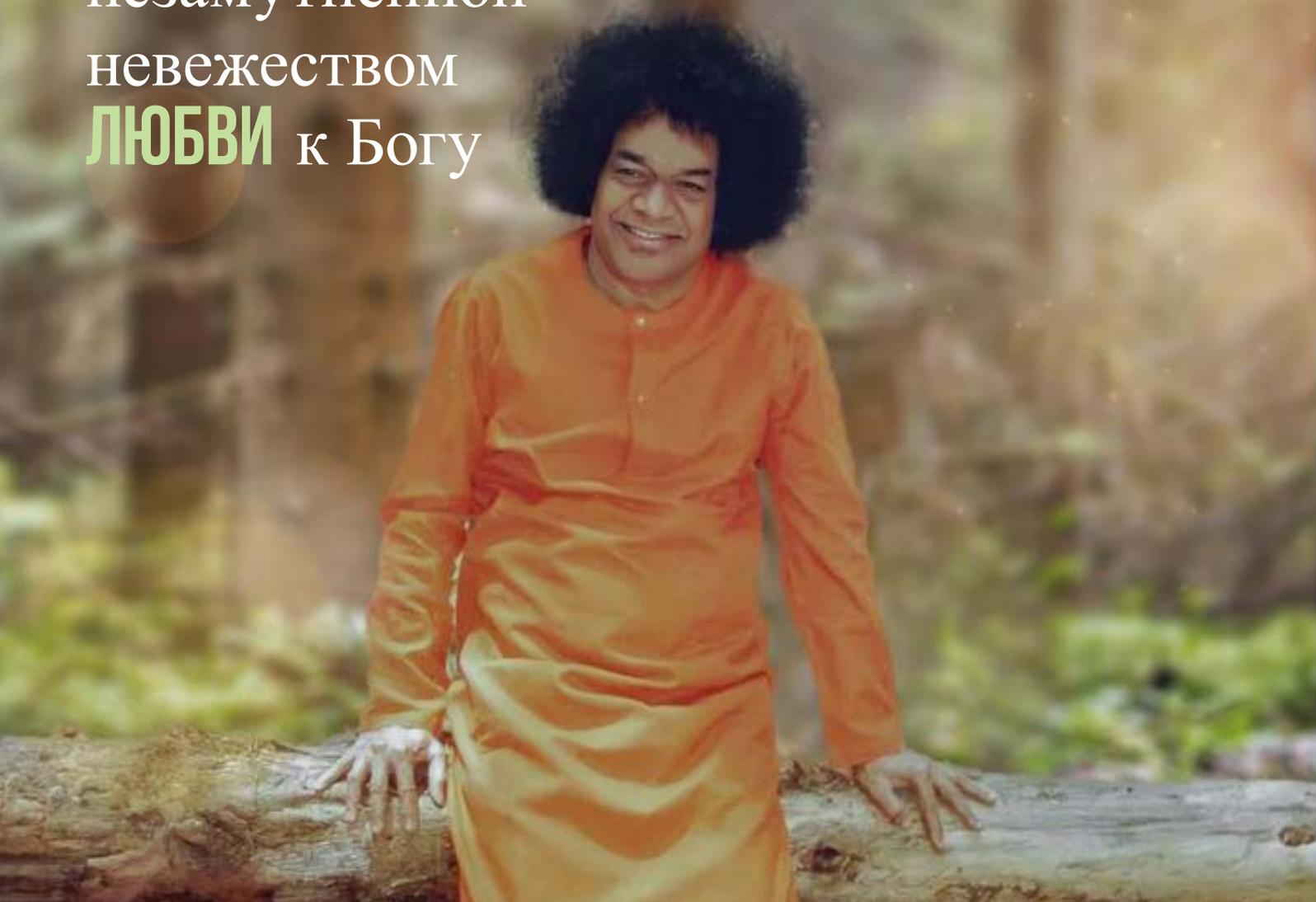
*Свидетель всех наших  
мыслительных процессов,  
находящийся за пределами  
состояний нашего ума и трёх гун.*

Вы хотите испытать Блаженство. Но откуда оно берётся? Из магазина на рынке? Из роскошного обеда в кафе? Нет, совсем нет! Блаженство должно возникать изнутри. На самом деле вы являетесь Воплощением Блаженства. В момент рождения вы пребывали в блаженстве. Но, как только у вас начала развиваться привязанность к миру, вы заплакали. Поэтому вы должны уменьшить привязанность к миру. В настоящий момент вы сильно привязаны к миру. Этим вы ослабляете своё тело. В конечном итоге вы придёте к печали. Беспокойство - это очень плохая привычка. Беспокойство, торопливость и острая пища ослабляют сердце. Поэтому держитесь от них подальше.



# ИСТИННАЯ ПРЕДАННОСТЬ

заключается в  
Непоколебимой и  
незамутнённой  
невежеством  
**ЛЮБВИ** к Богу



Когда вы попадаете в трудные ситуации, убеждайте себя в том, что они являются проплывающими облаками, которые вскоре исчезнут. И поэтому вам не о чём беспокоиться. Всё, что появляется, должно исчезнуть. Всё - преходяще. То же можно сказать и о теле человека. Поэтому вы должны заботиться о теле лишь в пределах необходимости. В отношении тела необходимо соблюдать определённые ограничения. Иначе оно зачахнет. Вы должны быть очень

осторожны. Тот, кто хочет обрести *Даршан* (видение Божественной личности), *Спаршан* (Божественное прикосновение) и *Самбхашан* (беседа с Богом), должны следовать Моему совету. Вы, несомненно, сможете получить Его Даршан и даже поговорить с Ним.

Преданность - это не просто проведение определенных ритуалов, принятие религиозных обетов и памятование Имени Бога (*Джапа*).

**Истинная Преданность заключается в непоколебимой и незамутнённой невежеством Любви к Богу.** Эта любовь должна быть непоколебимой. Любовь к Богу должна быть неизменной и только ради самой любви. Любовь должна быть постоянной и неизменной. **Нет ничего выше любви. С телом может случиться что угодно, но ничто не может повлиять на Любовь.** Поэтому Любовь остаётся такой, какая есть. Она неизменна, вечна и непоколебима. Вам следует беречь такую Любовь. Тогда вы непременно достигнете Божественности.

Так как сегодня люди привязаны к миру, в них развиваются демонические качества. Желание (кама) и гнев (кродха) – это злейшие враги человека. Вы всегда должны быть счастливыми, улыбающимися и полными Любви. Когда вы будете улыбаться, в вас естественным образом разовьётся Любовь. Но лица у некоторых такие серьезные, как будто они приняли касторовое масло. **Вы всегда должны быть радостными и приветливыми. Бог всегда пребывает в Блаженстве.** Он ни о чём не беспокоится. Печаль и беспокойство не могут приблизиться к Нему. Посмотрите на Меня. Я всегда улыбаюсь. Я не испытываю боли и страданий. Никто не

должен беспокоиться о Моём здоровье. Я всегда счастлив.

Когда вы смотрите на Свами со стороны, вам может показаться, что Он страдает от сильной боли. Ничего подобного! Я не чувствую никакой боли. Если и возникает некоторая боль, то ваша Любовь к Свами устраняет её. Вы заставляете боль уходить, а не врачи. Вы пришли сюда и Я получил любовь от всех вас. Это доставляет Мне столько счастья. Будьте счастливы. Я всегда счастлив. Видеть вас доставляет мне огромное блаженство. Это ваша удача.

Все собравшиеся здесь обладают большой преданностью и любовью. **Не существует более эффективного лекарства, чем Любовь. Ваша Любовь - это Моё лекарство. Это самое сильное лекарство.** Будьте всегда счастливы и миролюбивы. Живите, как члены одной семьи, любя и заботясь друг о друге. Не придавайте значения мелким трудностям и страданиям. Не беспокойтесь ни о чём. Не тревожьтесь даже тогда, когда страдают от болезни ваша жена или дети. Возвращайтесь домой с твёрдой Верой в то, что всё будет хорошо. Живите мирно и счастливо.

**Шри Сатъя Саи Баба**

28 июля 2007 года





# Воспоминания о летнем курсе

БРАХМАН И БХАРАТА (И ПРАЗДНИЧНЫЙ ТОРТ!)

**НОВАЯ ЖИЗНЬ НАЧАЛАСЬ ДЛЯ МЕНЯ В МАЕ 1973 ГОДА, КОГДА Я ПОЕХАЛА** из Нью-Йорка в Индию, чтобы побыть какое-то время в Божественном присутствии Бхагавана Шри Сатья Саи Бабы. Во время моего первого *даршана* в Бриндаване Баба оказал мне милость, посмотрев в глаза, и я почувствовала, что знала Его всегда. Поездка, запланированная на один месяц, длилась 2 года 8 месяцев по прямому указанию Бабы, полученному во время интервью, и при терпеливой, любящей поддержке моей замечательной матери. Это было время истинного исцеления и радости для меня.

В начале мая 1974 года Свами переезжал из Прашанти Нилаяма в Бриндаван для проведения Летнего курса по индийской культуре и духовности, который должен был начаться несколько позже. Несколько женщин из других стран обсуждали свои надежды и просьбы относительно участия в нём. Однажды на *даршане* Свами остановился передо мной, давая мне возможность задать вопрос “Свами, можно ли нам посетить Летний курс?” С легкой улыбкой Он ответил: “20 мая, не сейчас”.

Несколько дней я размышляла над Его ответом и обдумывала, не слишком ли смелым был мой вопрос! **Кажущаяся неопределённость**

**Свами заставляет нас отдаться Его Воле и всегда быть с Ним в настоящем моменте.**

На *даршане* несколько дней спустя Баба подошёл ко мне вместе с доктором В.К. Гокаком и спросил: “Сколько нужно пропусков?” Я назвала число, и доктор Гокак выдал мне пропуски для группы, по которым мы могли посещать вечерние беседы Бабы, а также лекции в классе. Мы видели заботливое внимание Бабы к каждой детали и чувствовали себя счастливыми и очень благодарными!

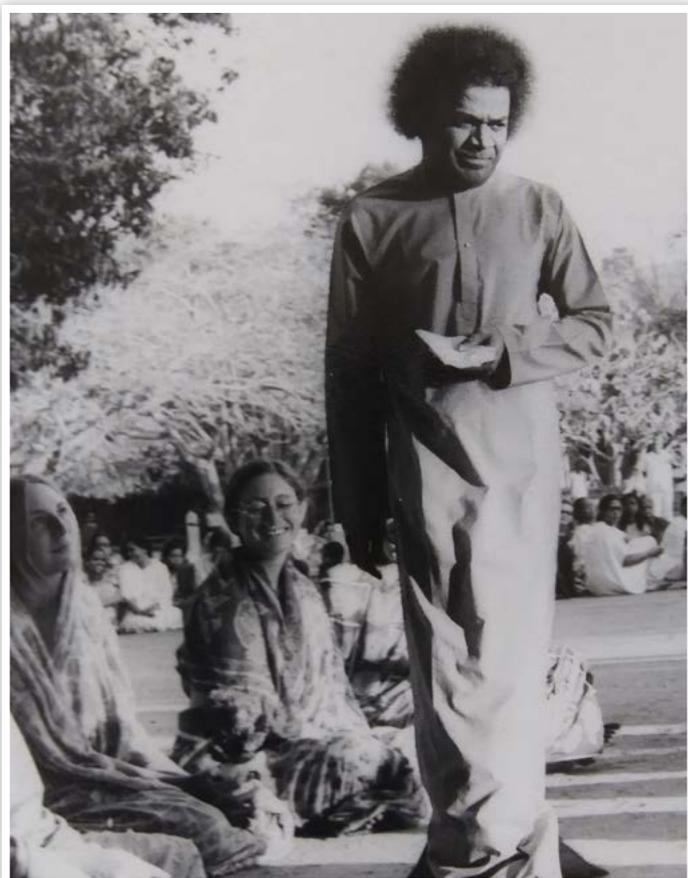
В том году лекции Летнего курса раскрывали темы “Брахман” и “Бхарата”. В первой серии лекций о Брахмане (Высшем сознании) Свами сделал упор на единстве вездесущего Бога и божественности внутри каждого. Из серии лекций о Бхарате (Индии) мы узнали об универсальных аспектах Священных Писаний и священных традициях Индии. Свами говорил о непреходящей мудрости Вед. Он раскрыл их внутренний смысл и объяснил, как мы можем применять эти знания в нашей повседневной жизни. Эти драгоценные беседы опубликованы в сборнике “Летние ливни в Бриндаване” 1974 г. и доступны на сайте МОШСС.

Наше утро начиналось с духовных песнопений во время прогулок по окрестным деревьям (*Нагар Санкиртан*). Песнопения завершались церемонией *арати*, которую мы преподносили Бабе на рассвете, когда Он стоял на балконе Своей резиденции в Бриндаване. Солнце восходило в наших сердцах, когда мы пели нашему Господу в начале каждого дня. Ежедневная программа занятий заканчивалась вечерними лекциями Свами, иногда культурными представлениями и заключительной церемонией *арати*.

### **Нежданное благословение**

В то свежее солнечное утро в середине июня после *даршана* я вместе с подругой отправилась в Бангалор, чтобы заняться делами и подготовиться к нашему предстоящему возвращению в Прашанти Нилаям. Когда мы встретились за обедом, моя подруга удивила меня небольшим

тортом, украшенным символом “Ом”. Это был мой 26-й день рождения. Мы решили угостить тортом и других преданных после вечернего выступления Бабы. В голову пришла робкая мысль, что я могу



На фото запечатлена г-жа Фейт, сидящая в Бриндаване и взирающая на Свами.

получить благословение Бабы во время дневного *даршана*!

В ашраме в Бриндаване мы выбрали не приметное место в конце очереди на *даршан*. Я сидела, держа на коленях торт и новую фотографию Бабы в рамке. Баба медленно шёл вдоль всей линии *даршана*, улыбаясь и наполняя сердца радостью. Когда Он приблизился, я робко подняла в одной руке торт, а в другой – фотографию! Баба коснулся их и осыпал материализованным вибхути. Пройдя несколько шагов, Он обернулся и спросил: “День рождения?” Я ответила: “Да, Свами”. Тогда Он спросил: “Твой день рождения?” Я прошептала: “Да”. Баба обернулся и снова даровал благословение, сказав: “Хорошо. Съешьте его!” День закончился божественной речью Бабы. После этого

*Сейчас, когда ваши “машины-тела” обновлены, доверьтесь Саи как опытному водителю, и Он будет управлять вашей машиной до конца ваших дней!*



мы собрались под навесом “ОМ САИ РАМ”, расположенным среди деревьев. Под лунным светом Бриндавана мы разделили благословлённый Бабой торт.

Воспоминания о тех простодушных временах приводят меня в восторг. Даже сейчас, спустя десятилетия, они наполняют меня благодарностью и благоговением. **В жизни бывают трудные времена, когда мы сталкиваемся с проблемами и чувствуем себя одинокими; тогда нас поддерживает Любовь нашего Господа Саи. Наши воспоминания помогают поддерживать свежесть и живость этой Любви.**

### **Необычное выступление**

За день до завершения курса Баба выступил с лекцией “Кто такой Сатья Саи Баба?”. Мы ощущали всеобъемлющую Любовь Свами, когда Он говорил настойчиво, словно призывая осознать безмерную милость, которая изливается на нас. **В этом выступлении Свами рассказал о Своём воплощении, затронул темы единства верований и единой религии Любви, которую Он определил таким образом:**

*“Она является общей, роднящей их сутью всех религий в мире. Подобно тому, как одинаковая здоровая кровь циркулирует по всему телу, Према, или Любовь, объединяет все религии мира. По сути, существует только одна религия, и это религия Любви. Любовь течёт как поток через все религии, и в ней заключается их общая суть”*

– Летние ливни в Бриндаване

1974 г., с. 279

Свами завершил эту особую беседу посланием:

*“Храните Саи в своём сердце. Я хотел донести до вас некоторые аспекты Саи, которые многие хотят знать, хотя никому не дано понять или постичь всей глубины Саи. Именно этим объясняется Моё желание рассказать о Себе. Я хотел донести до вас то, что не могут передать другие. Не откладывая на потом, соедините Мои слова со своей жизнью, насладитесь Божественной Милостью и слейтесь с Богом. Не заполняйте голову просто информацией и знанием. Наполните сердце Премой. Я надеюсь, что в ваших сердцах запечатлеется суть наших бесед, и вы будете готовы начать новую жизнь”*

– Летние ливни в Бриндаване

1974 г., с. 290

### **Грандиозный выпускной**

Когда процессия вышла из резиденции Бабы, пошёл дождь. Над Бабой держали зонтик, но, когда Он вышел на платформу, Его волосы и мантия были мокрыми. Он сидел на стуле под навесом из гирлянд, а мы пели бхаджаны. Вскоре Он дал команду для начала выступлений и вручения студенческих наград. Он вручал их и фотографировался с награждёнными. Когда слепой студент поднялся для выступления, Баба помог

ему подняться на сцену и направил его руки для *паднамаскара* (прикосновения к Божественным Стопам).

На нас обрушился ливень, а затем подул прохладный ветерок. Со стороны статуи Кришны сквозь деревья пробивался луч полуденного солнца, создавая вокруг Бабы круг золотистого неземного света. Казалось, что распространяющийся от Него свет преумножается и согревает всех нас. **Я почувствовала, что нахожусь в самом священном месте на земле. Наверняка боги и ангелы с обожанием наблюдали за изысканной игрой Господа, за Его изливанием благодати.**

Несколько наград получили студенты колледжа из Бриндавана. Один мальчик сказал, что дождь похож на слёзы, которыми обливается его сердце от мысли о необходимости покинуть Бабу, эти слёзы могут вызвать потоп. В заключении он добавил: “Если эта жизнь – всего лишь игра, то я оставляю своё сердце здесь, а тело уношу с собой”. Когда Баба сидел в своём кресле, солнечный свет высушил Его одеяние и заставил капли дождя на Его волосах сверкать, как крошечные бриллианты. Над нами образовались две полные радуги.

В Своей речи на выпускном вечере Баба говорил о практике *Дхармы* и дал глубокие, любящие, материнские наставления студентам, возвращающимся домой. **Он осыпал их благословениями и заверениями в Своём постоянном присутствии и руководстве.** Баба

завершил выступление следующим посланием:

*“Студенты! Сейчас механизмы ваших тел восстановлены, но вы должны уметь ими управлять. Поскольку вы ещё не стали опытными водителями, ваши “машины-тела” могут часто ломаться. Чтобы машина была в порядке, нужен хороший водитель. Сейчас, когда ваши “машины-тела” обновлены, доверьтесь Саи как опытному водителю, и Он будет управлять вашей машиной до конца ваших дней. Тогда ваша машина никогда не сломается. Вы услышали за эти дни немало полезного. Мне не нужно лишний раз повторять это вам. Я надеюсь, что вы всё время будете думать о том, что узнали здесь и всё, что вы узнали, станет частью вашей жизни”.*

– Летние ливни в Бриндаване

1974 г., с. 296

В заключении Баба играючи стал солировать “Любовь – моя форма”. Затем он пропел мантру “Асатома Сат Гамая” и бхаджаны “Говинда Кришна Джей” и “Субраманьям”. Во время заключительной церемонии арати Он позволил надеть на Себя несколько огромных гирлянд.

Мы вернулись в Прашанти Нилаям через несколько дней, бережно храня подарок Бабы – этот месяц, наполненный знанием и светом.

Г-жа Фейт Брейверман Холландер

США



*Г-жа Фейт Брейверман Холландер является искренней преданной Бхагавана Шри Сатья Саи Бабы на протяжении пяти десятилетий. В 1975 году, во время Своего 50-летия и Второй всемирной конференции МОШСС, Свами сказал ей вернуться в Нью-Йорк и основать центр, известный как Центр Шри Сатья Саи на Манхэттене. Фейт занимала различные должности в центре, в том числе руководителя и учителя ДОСС. В 1976 году Свами назначил её сопредседателем Национального комитета по бхаджанам. На протяжении многих лет Свами отвечал на её молитвы о служении многими чудесными и удивительными способами как в США, так и в Прашанти Нилаяме, включая благословение на служение в качестве севадала в Прашанти Нилаяме с 1975 по 1985 год!*

# Сосредоточь СВОЙ УМ на Свами



## **ЭТО БЫЛО В ТОРОНТО, КАНАДЕ, В КОНЦЕ ДЕВЯНОСТЫХ.**

Это было время гранжа, фланелевых рубашек, потрясающей танцевальной музыки, хип-хопа соперничества между Восточным и Западным побережьями, мальчиков-скейтеров и всеобщей неуверенности. Мы слушали Пёрл Джем, Нирвану, Снуп Догг, Бисти Бойз и Трайб колд Квест.

Я была отчислена из средней школы с кризисом самоидентификации, употребляла алкоголь, сигареты и психоделики, чтобы справиться со своим замешательством и разочарованием в жизни. Я искала способ преодолеть свою боль и не могла его найти. У меня были нездоровые отношения, я страдала от сильной бессонницы и депрессии, а также не контролировала свой гнев. Мои отношения с родителями были, мягко говоря, натянутыми.

Несмотря на то, что моё детство прошло в Организации Сатья Саи, я покинула её, когда мне было около 13 лет. Так что, я бросила не только среднюю школу, также Бал Викас (Духовное образование Саи). На самом деле, если бы я могла полностью отдалиться от организации, то непременно сделала бы это. Только по настоянию моей матери я держала фотографию Свами в своей спальне и поклялась, что никогда не вернусь к прежней жизни.

**“Я также поняла, что трансформация - это не какие-то яркие моменты, а поэтапное развитие, когда нужно смотреть себе в лицо день за днём, неделя за неделей, месяц за месяцем”**

### **Будущее с непрочной дружбой**

Как-то на Хэллоуин, примерно за месяц до моего восемнадцатилетия, мы с друзьями стояли в центре Торонто в очереди на фильм “Рокки Хоррор”. Мы тайком принесли алкоголь в кинотеатр. Я наконец-то разорвала свои порочные отношения, и в преддверии совершеннолетия начала серьезно задумываться о своей жизни. Стоя в своём костюме трансвестита и туфлях на платформе, с бутылкой в одной руке и сигаретой в другой, решила, что с меня хватит. С того дня я больше не пила.

Самое забавное в трезвом образе жизни было то, что у меня внезапно сократился круг общения. Я больше не была такой “веселой”. Тогда у меня был странный переходный период, так как я знала, что не смогу вернуться к своей прежней жизни и не знала, что меня ждёт впереди. Это была уже моя третья школа. Я пропускала занятия, отставала в учёбе и была на грани исключения. Возможно, это был мой последний шанс..

**Я знала, что нужно исправиться, но не знала как..**

### **Ночной кошмар превращается в сон**

Мои родители предложили мне выбрать *Ишта-Девату (личное божество)*, образ Бога, на котором можно сосредоточиться. Это показалось мне не самой плохой идеей. Итак, я начала думать о Кришне, Дурге или Лакшми как о трёх главных кандидатах на роль моего Ишта-Деваты. Я не торопилась выбирать кого-то одного. Куда спешить?

Однажды ночью, примерно весной 1999 года, я крепко спала (в кои-то веки), и мне

снилось, как мы с друзьями гуляем в парке. Внезапно мой сон прервала вспышка света. **Все, что было видно, - это фигура в оранжевом балахоне, щеголяющая с прической в стиле афро, с поднятой левой рукой. Эта фигура передала мне телепатическое сообщение и удалилась.**

Я проснулась в испуге. Было около трёх часов ночи. Будучи одна в комнате, я громко сказала: “Кажется, мне только что приснился Свами!”

Это было в среду утром. Следующие два дня я пребывала в состоянии шока. Посещала занятия и возвращалась домой, ни с кем не делаясь. К утру пятницы я достаточно успокоилась для того, чтобы это сообщение дошло до моего сознания и **рассказала родителям, что Свами явился мне во сне и сказал: “Сосредоточь свой ум на Мне. Я позабочусь об остальном”.**

В этом непосредственном переживании была милость и сострадание Бога! Как только я сделала один шаг по направлению к храму, Сам Господь вышел встретить меня на улице, где я стояла..

### **Путешествие длиной в тысячу миль начинается с одного шага**

Так началась история великой любви в моей жизни. У меня всё начало меняться к лучшему. Я стала посещать места, где было легко думать о Боге, начала петь бхаджаны и участвовала (даже возглавляла!) проекты служения, выступала в некоммерческой музыкальной группе. Наконец-то у меня появились новые друзья, отношения с которыми были свободны от алкоголя.

Я окончила среднюю школу с отличием и поступила в университет по своему выбору. У меня началась новая жизнь с

моими любящими, поддерживающими на каждом шагу, родителями.

Я бы очень хотела сказать, что с тех пор я стала образцовой преданной, что всё шло гладко и прекрасно. Но, к своему великому удивлению, я поняла, что быть преданной - не означает быть свободной от жизненных испытаний и невзгод.

**Я также поняла, что трансформация - это не какие-то яркие моменты, а поэтапное развитие, когда нужно смотреть себе в лицо день за днём, неделя за неделей, месяц за месяцем.** Два шага вперёд, один шаг назад.

Раньше мне было так стыдно за своё прошлое. Я часто задавалась вопросом, какой была бы моя жизнь, если бы я так рано не оступилась. Но мне пришлось пережить тот духовный упадок, чтобы обрести искупление..

Свами Вивекананда говорит: “Жизнь - это раскрытие и развитие существа в обстоятельствах, которые стремятся подавить его”.

С тех пор у меня было много тёмных периодов, последний из которых пришёлся на прошлый 2023 год. Но разница в том, что теперь у меня есть мужество встретиться лицом к лицу со своими демонами. **За мной стоит армия Бога. Его имя и форма - это мой меч и щит.**

Мне не нужно прятаться от реальности, употребляя алкоголь, запрещённые вещества и ввязываясь в несерьёзные отношения. Я могу сразиться со своими внутренними врагами и выиграть войну.

### Чудо преображения

Оглядываясь в прошлое, я не могу поверить, как далеко я ушла от того человека, которым была 20 лет назад или даже год назад. **Каждому из нас Богом обещано: «У всех есть шанс жить в соответствии со своей божественной природой».**

*“Человек (манавы) должен стать Богом (Мадхавой); в этом его предназначение, план и цель того, чтобы он был вооружён в отличие от животных, мечом различия и щитом отречения”.*

–Шри Сатья Саи Баба

25 января 1963 года

Наконец, я хотела бы сказать, что если бы вы сказали моему измученному подростковому “я”, что однажды смогу поделится с вами своей историей подобным образом, я бы рассмеялась вам в лицо. И все же мы здесь. Для меня это величайшее чудо.

Г-жа Элиша Ванигасекера

США



**Г-жа Элиша Ванигасекера** родилась в Торонто, Канада, но раннее детство провела в Тринидаде и Тобаго, где её семья впервые познакомилась со Свами через книгу Говарда Мёрфета “Саи Баба Аватар”. Она выросла в трепетно преданной Саи семье, прежде чем вернуться в Торонто и обрести там свою веру. Элиша переехала в район Сан-Франциско, США, в 2018 году. Впоследствии она работала на центральном, региональном, национальном и международном уровнях МОШСС, в основном в качестве писателя и редактора. Имеет степень бакалавра по английскому языку, но является дипломированным бухгалтером и работает в сфере государственного учёта.



# Будьте тверды в своей Сагхане

Прашанти Нилаям

16.07.65

Дорогой Чарльз!

Твоё письмо, благие мысли и дела всегда приносят добрые плоды. Молитва никогда не остаётся без ответа – таково правило. Твоё стремление помочь всем, кто встречается тебе на пути, твоя деятельность, твой интерес к медитации и к практике контроля над умом принесли свои плоды. Нынешний контакт тому подтверждение.

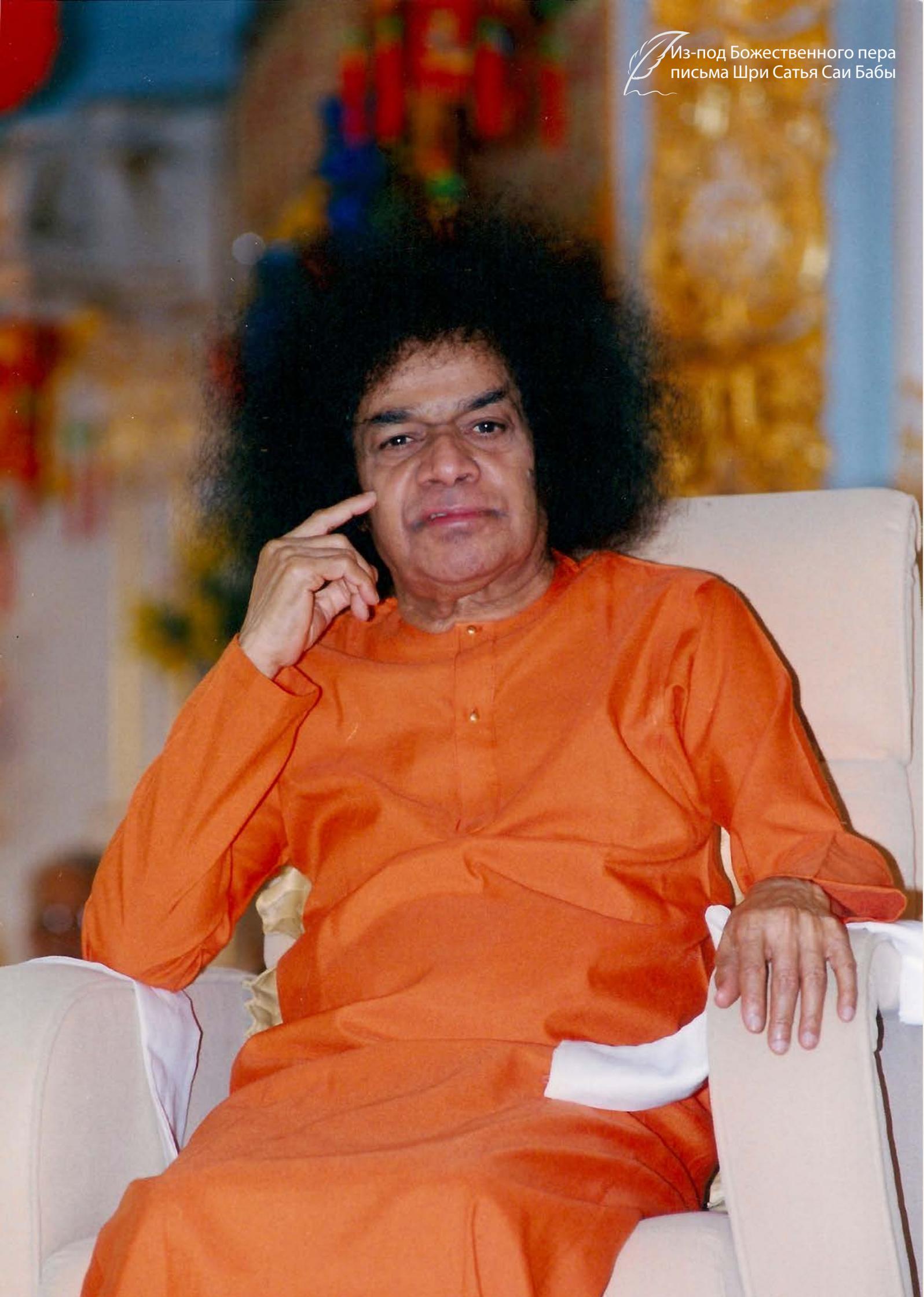
Гуру не обязательно всегда приходит в конкретной форме. Он может вызвать высшие импульсы и побуждения через друга, книгу или событие, которые мгновенно раскрывают Реальность. После этого остальное находится в руках духовного искателя. Гуру может, в лучшем случае, наблюдать и направлять. Не беспокойся и не предавайся унынию. Ты будешь находиться под водительством Гуру. Как бы далеко ты ни находился географически, Я настолько же близок к тебе, как и ты ко мне. Дорогой Чарльз, занимайся духовной практикой, и ты, несомненно, сможешь достичь покоя.

Ты можешь подготовить к изданию книгу для американских и английских читателей, которым хочешь оказать служение. Всё, что совершается с искренней верой, имеет Моё благословение. Ты можешь продолжать нашу переписку. Твоё предложение было благословлено, и его можно принять.

Сообщи своим друзьям-духовным искателям, что Я с ними. Когда идёт обращение к Имени, то Имя и Форма становятся неразделимы. В этом заключен смысл Всеприсутствия.

С благословением тебя,

Баба



# ЛЮБОВЬ В ДЕЙСТВИИ



## АВСТРАЛИЯ

### В духе Рождества

Рождество может быть непростым временем для семей, испытывающих финансовые трудности. В зимнюю стужу именно тепло любви и свет служения могут поднять настроение. **Волонтеры МОШСС из австралийского региона Новый Южный Уэльс доставили 42 корзины с рождественскими подарками в школу Пламpton-Хаус и 30 корзин с рождественскими подарками в государственную школу Трегир.** Школа Пламpton-Хаус - это школа для детей со сложностями. Она обеспечивает поддержку индивидуальных потребностей учащихся с целым рядом эмоциональных и поведенческих проблем. Школа Трегир расположена в районе, где проживает много семей, находящихся в бедственном положении.



На следующий день 40 корзин с рождественскими подарками были переданы Организации (Tamil Refugee Care Program), осуществляющей помощь тамильским беженцам в Австралии. **Подарки были приняты с радостью, поскольку они представляли собой не только необходимую материальную помощь, но и эмоциональную поддержку в праздник.**



## ШРИ ЛАНКА

### Рождество приходит пораньше

16 декабря 2023 года в Саи Мандир в Коломбо, Шри-Ланка, стал днём, наполненным любовью и единством. **Для 30 маленьких пациентов больницы Леди Риджуэй и их 17 семей было организовано праздничное мероприятие.** Дети приняли участие в различных интересных программах, включая игры на стульях под музыку, магическое шоу и множество других развлечений. Было действительно отрандно наблюдать, что лица участников светились неподдельным счастьем.



Дети получили грамотно составленные подарочные наборы, содержащие необходимые школьные принадлежности, фляжку для воды, ланч-бокс и обувь или рюкзак. **Кроме того, их семьям были переданы пакеты с сухим пайком,** чтобы поддержать их и поднять настроение в праздники. В особых случаях, таких как семьи с одним родителем, многодетные семьи, и включающие пожилых родителей, были обеспечены дополнительными продовольственными наборами. Кроме того, волонтеры с любовью приготовили и подавали полезные блюда.



## ГОНКОНГ

### Убежище для беженцев

В рамках инициативы САИ-100 19 августа 2023 года Саи-молодёжь Гонконга организовала сбор предметов первой необходимости для Объединённого Центра беженцев, который является первым в Гонконге обществом под руководством беженцев, обслуживающим более 3000 человек, ищущих убежища в городе. Предметы первой необходимости, включая медикаменты, теплую одежду, продукты питания и чистящие средства, были собраны и розданы более чем 200 беженцам. Лица получателей светились радостью. Кроме того, молодые люди провели прекрасный день, участвуя в играх и других мероприятиях, основанных на ОЧЦ, с 25 детьми-беженцами в возрасте от 4 до 10 лет. **Последнее занятие включало в себя разучивание нескольких песен об общечеловеческих ценностях и бхаджана “Я продолжаю чувствовать Твою любовь во мне снова и снова”.**



Один из молодых людей сказал позже: “Я наслаждался каждой минутой, проведенной с детьми-беженцами. Мое сердце растаяло, когда я увидел невинность и радость на их лицах, и я искренне благодарю Свами за предоставленную мне возможность рассказать им об общечеловеческих ценностях, которые будут так нужны им в процессе роста”.

Г-жа Аделла Намагембе, председатель Центра, написала в благодарственном письме: “Мы очень признательны за замечательное мероприятие, организованное молодыми людьми Центра Сатья Саи Бабы в Гонконге для наших семей в субботу, 19 августа 2023 года. Нашим детям понравились творческие и веселые занятия. А родители с благодарностью приняли 200 подарочных пакетов, содержащих предметы, которые помогут нам удовлетворить основные потребности в нашей повседневной жизни, поскольку государственная помощь остается очень ограниченной”.



## США

### Взрачивая семя любви

Около 15 членов Центров Шри Сатья Саи на юго-востоке Денвера и в Колорадо, США, провели прекрасные выходные, приняв участие в “Марше ценностей” и разбив огород в местном семейном приюте. Угоstit жителей приюта завтраком с буррито, волонтеры МОШСС очистили территорию от сорняков, сформировали шесть грядок для овощей, наполнили их плодородной почвой и посыпали *Вибути* (священным пеплом) и освященным рисом, чтобы обеспечить обильный урожай. **Они также посадили клён в рамках инициативы “Миллион деревьев Саи”.** Волонтеры были воодушевлены духом товарищества, которое они испытали во время мероприятия, пения духовных песен и любовно возделывая землю.



Чтобы узнать больше историй о любовном служении волонтеров со всего мира, посетите веб-сайт:  
<https://saiuniverse.sathyasai.org>



# 1 Миллион шагов к Свами

*“Сделай один шаг ко Мне, и Я сделаю сто шагов к тебе”*

– Баба

24 апреля 2023 года в день, совпадающий с *Сатья Саи Арадхана Махотсавам*, члены Международной организации Шри Сатья Саи (МОШСС) Австралии и Папуа Новая Гвинея отправились в “путешествие садханы” к 100-летию Свами, проводя различные мероприятия по служению и преданности. При этом была оказана поддержка пациентам, находящимся на диализе, помощь пострадавшим от наводнения и бездомным по всей Австралии. Что это за уникальная садхана, которая направляла преданных Саи по всей стране, вдохновляя их?

Вдохновением для садханы послужило сильное стремление приблизиться к Бхагавану, основанное на мысли: **“Если мы сделаем шаг навстречу Свами, Он сделает сотню шагов навстречу нам. Итак, почему бы не сделать миллион шагов навстречу Ему?”** Так родилась идея “1 миллиона шагов к Свами” (1MSTS), садхана, посвящённая осознанному прохождению миллиона шагов каждым человеком. Да, каждым человеком! Давайте внесём ясность, потому что 1 000 000 шагов на человека может звучать ошеломляюще!

## **‘Новая’ садхана, основанная на вечных понятиях Любви и Служения**

Из Учения Свами мы понимаем, что духовность - это не делать что-то другое. Это делать всё по-другому, с правильным отношением! 24 апреля 2023 года мы провели расчёты:

- До 23 ноября 2025, 100-летия Свами, оставалось 944 дня.
- Делая 1060 “осознанных” шагов в день, в итоге получается миллион шагов навстречу Свами.



Что подразумевается под ‘осознанным’ шагом? Это просто шаг, совершаемый с осознанием Свами или божественности во время прогулки или пробежки. Это духовность на практике. **Во время прогулки, пробежки трусцой человек может либо слушать выступление Свами, сатсанг, совершать намазмарану, повторять мантры или исполнять бхаджаны – всё, что помогает человеку почувствовать связь со Свами.** Принять участие в данном проекте может каждый, от маленького ребенка до пожилого гражданина, будь то в одиночку, парой, всей семьёй, в составе Саи Центра, Региональной Организации Саи, или всей страной!

Человек отслеживает шаги с помощью умных часов, телефона или шагомера. Отсутствие подобных гаджетов – не проблема, потому что средняя 10-минутная прогулка в день включает в себя 1000 шагов! Затем количество шагов регистрируется на веб-сайте, где осознанные шаги этой *садханы* посвящаются Бхагавану. С этого момента запускается этот прекрасный проект!

### **Садхана на разных уровнях**

Задача, стоящая перед МОШСС в Австралии, заключалась в поиске новых возможностей для служения, в повышении осведомлённости о существующих проектах служения, укреплении взаимодействия с населением и охвате инициативы SAI-100. Доверившись Свами, команда приняла вызов!

*Садхана* «1млн шагов» позволяет нам познакомиться с духом Австралии,

страну, которую мы называем домом. Накопленные шаги составляют путешествие МОШСС, в ходе которого волонтеры прошли по всей Австралии, включая отдалённые районы и сельскую местность, в поисках возможностей служения и духовной деятельности.

Мы решили начать путешествие с сердца Австралии, её духовного центра – Улуру. Улуру и его сосед, Ката Тьюта - это не просто скалы. Это живые культурные ландшафты, являющиеся священным местом упокоения древних духов аборигенов региона. Отсюда мы отправились в Элис-Спрингс, первый пункт назначения в нашем проекте служения.

Аборигены, живущие в глубинке центральной Австралии, в 30 раз чаще остальных жителей континента страдают заболеваниями почек. Пёпл Хаус, расположенный в Элис-Спрингс, даёт кров множеству пациентов из числа туземцев, находящихся на диализе, и членам их семей. Он проводит диализ, предоставляет социальную поддержку, а также первичные и гериатрические услуги. Мы решили заняться служением в Пёпл Хаус. Расстояние между Элис-Спрингс и Улуру составляет 455 километров. Это путешествие включает 681 000 ‘осознанных’ шагов.

Изучив потребности, волонтеры включили в проект предоставление шапочек. Пациенты, проходящие диализ, мёрзнут во время процедуры, и шапочки помогают им сохранять тепло. Персонал Пёпл Хайс с радостью принял 1008

шапочек от МОШСС и оставил следующий отзыв:

*“Шапочки прибыли!! Большое вам спасибо за все щедрые пожертвования. В этом сезоне у нас была небольшая нехватка шапочек, поэтому пациенты были так рады их увидеть. Я прикрепил фотографию, на которой я и двое коллег с ними. С уважением, Кэти Мерриман, ассистент по административным вопросам и мероприятиям”*

Оттуда мы продолжили наш маршрут ко второму пункту назначения - Калкаринджи. Это путешествие протяженностью 985 километров составило 1 477 500 шагов. Город Калкаринджи и соседние общины пострадали от наводнения в начале 2023 года. Здесь мы организовали общенациональное богослужение с воспеванием священной Гаятри, вознося молитвы за их восстановление и благополучие.

Затем мы добрались до города Дарвин, расположенного в 776 километрах от Калкаринджи. В этом путешествии нам пришлось преодолеть еще 1165 050 шагов. Каждый двадцатый житель Северной территории не имеет ночлега. Этот показатель почти в 12 раз выше, чем в среднем по стране. Здесь мы приступили к реализации проекта по оказанию услуг совместно с организацией “Sunset Soup Kitchen”, которая обслуживает бездомных.

Бездомные остро нуждаются в одеялах, чтобы укрыться от непогоды, а также защититься от клопов и насекомых, которые донимают их, когда они спят на улицах каждую ночь. Мы выделили 1008 одеял для бездомных.

**На каждом этапе пути Свами присутствовал, направляя и изливая Свою безграничную любовь. Это позволило нам осуществлять необходимое служение и уверенно**

**встречать поступающие вызовы.** Вот комментарий одного из членов команды:

*«В последние недели, основная команда тщательно изучала стоимость одеял и где / как их приобрести, например, в KMart, Target, BigW и т.д. Я наткнулся на человека, который указал мне на источник, занимающийся стиркой и заменой одеял для авиакомпаний, в том числе одеял, используемых пассажирами бизнес-класса и первого класса. Вчера несколько наших представителей отправились забрать одеяла из этого места. Перед выездом я задал им два вопроса:*

- *Какова стоимость каждого одеяла?*
- *Сколько их можно забрать?*

*Ее ответ был таким:*

- *Бесплатно, 0 долларов!*
- *Просто пригоните фургон».*

**Свами показал, что когда у нас есть бескорыстное намерение и мы готовы работать, Он делает всё остальное! Мы собрали около 250 одеял, и теперь получили доступ к их казало бы, неограниченному запасу. Бесплатно! Этот случай демонстрирует Его заверение в том, что, когда мы посвящаем себя Его миссии, то можем отдать конечный результат Ему.**

В дополнение к этому, нам посчастливилось получить 108 одеял, также по нулевой цене, от Фонда Цзы Чи. Они пожелали внести вклад в это дело, услышав, что его поддерживает МОШСС.

Общенациональная садхана “Миллион шагов к 100-летию Свами” только началась. Как участники МОШСС в Австралии, мы очень тронуты и вдохновлены этим божественным путешествием и нашей конечной целью.

**МОШСС-Австралия**





## Уругвай

**1980**

Первая Саи- группа начала свою деятельность в Барра-де-Карраско в Монтевидео.

**1987**

Преподаватель и тренер из Аргентины представил программу «Образование Сатья Саи в области общечеловеческих ценностей» (SSEHV).

**1990**

Преданная Саи г-жа Зульма Дюре вместе со священником из Хуана Лаказе, область Департамент Колония, основали Центр помощи инвалидам для поддержки и реабилитации людей с физическими и психическими проблемами.

Занятия по духовному образованию Сатья Саи (SSE) начались в различных частях страны.

**2000**

В Центре Сатья Саи в Монтевидео была запущена двухлетняя программа подготовки учителей СООЦСС (SSEHV).

**2001**

Представители Уругвая приняли участие в Конференции по Образованию, проходившей в Прашанти Нилаям.

**1985**

Мистер Леонардо Гуттер и миссис Моника Соколовски из Аргентины приехали в Уругвай для открытия первого Саи- центра.

**1988**

Первый Центр Шри Сатья Саи в Монтевидео( Centro Sa de Montevideo Este) был зарегистрирован Министерством культуры 29 января.

**1999**

Четвертый Латиноамериканский молодёжный Саи -лагерь был организован в провинции Мальдонадо.



Молодежный Саи -лагерь, 1999 год

**2003**

Молодежь Саи провела проект “Сад Саи”, проект по органическому озеленению.

Первая межконфессиональная конференция была организована Национальным координационным комитетом.

**2004**

Саи-клуб доноров крови был создан в феврале.

**2006**

Саи -группа в Хуан-Лакесе, созданная в 2001 году, получила официальный статус. Она оказывала услуги Центру помощи инвалидам.



25-я годовщина МОШСС Уругвая

**2010**

Создан Фонд Шри Сатья Саи.

**2014**

Была отмечена 25-я годовщина МОШСС Уругвая.

**2018**

В сентябре в Центре Шри Сатья Саи в Монтевидео начались занятия по общечеловеческим ценностям для детей из малообеспеченных семей.

**2023**

В городе Пириаполис в провинции Мальдонадо была проведена встреча с общественностью, посвящённая программе СООЦСС.

**2005**

В рамках празднования 80-летия Бхагавана во многих городах, в которых существовали Саи-группы, было проведено множество встреч с общественностью.

С 2005 по 2019 год проводились курсы по СООЦСС (SSENV).

**2009**

В сентябре Центр Шри Сатья Саи в Монтевидео начал программу Шри Сатья Саи по развитию деревень.



Проект по развитию деревень



Занятия по общечеловеческим ценностям

A woman with a large, voluminous afro hairstyle is shown from the chest up, playing a maraca. She is looking down at the instrument with a focused expression. The background is a textured, golden-yellow color. The overall image has a warm, golden-yellow tint.

# Когда Сатъя Саи позовёт...

**МНЕ ЕДВА ИСПОЛНИЛОСЬ ВОСЕМЬ ЛЕТ, КОГДА МОЯ МАМА ВПЕРВЫЕ ВЗЯЛА МЕНЯ С СОБОЙ В САИ-ЦЕНТР. ЭТО БЫЛО В БАРКИСИМЕТО, В ВЕНЕСУЭЛЕ.** Нас пригласила женщина из Центра. Был четверг и мы пришли в зал, чтобы послушать *бхаджаны* (духовные песнопения). Люди тепло приветствовали нас, произнося «*Саи Рам*», слова, которые в то время были мне совершенно неизвестны. Но даже восьмилетним ребёнком я была восхищена тем, насколько энергетически чистым было это место и как много там было красивых божеств на алтаре. Все сидели на подушках на полу, а для старших и тех, кто не мог сидеть на полу, были предусмотрены стулья. Мы сидели рядом с той женщиной, которая пригласила нас, с основательницей этого Центра.

Встреча началась с полнозвучного воспевания «Ом», за которым в знак поклонения и благоговения, последовали

---

**«Я твёрдо верю, что Свами даёт нам то, что мы хотим, чтобы наши сердца смогли возжаждать того, что Он пришёл нам дать».**

108 имён Шри Сатья Саи Бабы. Затем было воспевание Гаятри-мантры, и уже потом последовали *бхаджаны*. Я была очарована, слушая чудесные песни на новом языке, и мне казалось, что в них есть какое-то волшебство. Я хотела участвовать в бхаджанах, но могла только хлопать в такт, не понимая слов и не умея их произнести. Позже погас свет. Я подумала, что всё завершено и мы можем идти домой. Но когда я встала, свет опять зажёгся, и все запели другую песню (*арати*), кто-то делал круговые движения пламенем перед фотографией Саи Бабы. Нам дали щепотку священного пепла (*вибхути*), после чего мы разошлись. Я сказала маме, что мне не очень понравилась эта встреча. Она не обратила на это внимания.

### **Детство и юность, прожитые с пользой**

Несколько месяцев спустя, мама записала меня, моих братьев и сестёр на занятия *Бал Викас* (Духовное Образование Сатья Саи). Это было действительно весело, потому что, когда нам рассказывали о Боге, общечеловеческих ценностях и о том, как вести добродетельную жизнь, мы также наслаждались множеством игр, развлечений и вкусными угощениями. **Я благодарна моим учителям Образования Сатья Саи, которые**

**познакомили меня со Свами и Его замечательным Учением.**

Спустя годы, когда я выросла, для меня оказалось вполне естественным влиться в ряды Саи-молодёжи. Хотя я никогда не видела Свами, я очень стремилась следовать Его Учению, которое было для меня очень привлекательным. В 2005 году мы все начали на национальном уровне МОШСС изучать Рудрам–*Намакам* и *Чамакам* (ведические песнопения, прославляющие Господа Шиву). Мы также с энтузиазмом участвовали в проектах служения, организованных молодёжным крылом. Мы готовили и раздавали пищу нуждающимся на улицах и пациентам больниц. Мы посещали дома престарелых и проводили время с пожилыми людьми, поднимая им настроение. Мы также часто организовывали акции по посадке деревьев в городе.

В 2006 году по электронной почте мы получили письмо с приглашением всей Саи-молодежи приехать в Прашанти Нилаям для участия в Международной молодёжной конференции в июле 2007 года. Я училась в старших классах и мечтала поступить в престижный Государственный Университет на юге Венесуэлы. Мне нужно было готовиться к вступительным экзаменам, а даты совпали с молодёжной конференцией! И хотя я принимала участие во всех

мероприятиях, организованных Саи-молодёжью в рамках подготовки к конференции, и на постоянной основе занималась переводами для Института Образования Сатья Саи Венесуэлы, я решила не ехать в Индию в июле 2007 года. Кроме того, у меня не было ни паспорта, ни визы!

### **Когда Он зовёт, всё становится на свои места**

В том же году мы получили ещё одно электронное письмо. На этот раз это было приглашение всем преподавателям и членам всех Институтов Саи по всему миру принять участие в конференции «Образование Сатья Саи на основе ОЧЦ» (СООЦСС), которая должна была состояться в Прашанти Нилаям в 2008 году. К тому времени уже стали известны результаты моих экзаменов и, к моему разочарованию, я не была принята в университет. Но, к счастью, я была свободна и могла поехать в Индию. Нам с мамой было поручено подготовить список венесуэльцев, отправляющихся в Индию. К началу 2008 года у нас был список из 100 человек. Но к июню 2008 года начались отмены, и список стал почти вдвое короче.

У мамы появилась возможность приобрести в агентстве билеты на самолёт со скидкой, если в списке будет 60 путешественников. Чтобы достичь этого числа, мама также добавила в список и моё имя. Но у меня не было ни паспорта, ни визы! Мама успешно добралась до Индии с группой из 30 венесуэльцев, а я подала заявление на получение паспорта, намереваясь возглавить вторую группу из 30 венесуэльцев.

Мы с отцом отправились в столицу Каракас, чтобы ускорить выдачу моего паспорта в Министерстве иностранных дел. План состоял в том, чтобы получить паспорт, а затем поспешить в посольство Индии и записаться на приём для получения визы. Было довольно пугающим зрелищем видеть так много вооружённых солдат, охранявших министерство. В 10 утра ещё не было никаких новостей о паспорте. Но полчаса спустя я услышала, как меня назвали по имени, и скорее побежала в маленькую комнату. Мне вручили жёлтый конверт с моим именем и велели убедиться в правильности данных. Мне сказали: «Если у вас нет проблем или вопросов, вы можете покинуть помещение».

Слёзы радости ручьём потекли по моему лицу, когда из этого жёлтого конверта был извлечён мой паспорт! И это всё? Я выбежала из комнаты с красным лицом и глазами, полными слёз. Мой отец недоумевал, что случилось. Когда я сообщила ему об этом, он тоже прослезился от радости, и мы помчались в посольство Индии. Был час дня.

Согласно инструкции, мы оставили анкету и документы, и стали ждать. Около 16:30 консул сам вышел, чтобы вручить мне мой паспорт. Он сказал: «Сегодня пятница, и вы немного опоздали. Не было времени распечатать визу, поэтому я даю вам визу, написанную от руки. Приятного путешествия в Индию».

### **Подарки Свами**

Вот так осуществилась моя первая поездка к Свами. Это была самая запоминающаяся поездка в моей жизни, и я присутствовала на конференции по Образованию Сатья Саи на основе ОЧЦ

в июле 2008 года. Свами излил на всех нас так много Любви и благословений. **Самое главное, Он заверил нас, что Он всегда с нами, везде и в любое время.**

Это произвело на меня такое сильное впечатление, что я обратилась к Бабе с молитвой: «Свами, пожалуйста, дай мне возможность учиться в университете моей мечты или позволь мне остаться здесь и учиться в Твоём Университете». На следующее же утро мой отец позвонил в университет в Венесуэле для окончательного подтверждения. Голос на другом конце провода сказал, что кандидату отправлено электронное письмо.

«Вы его ещё не видели? Вашей дочери нужно приехать сюда и подписать документы о приёме. Она приступает к учёбе в сентябре этого года».

Я твёрдо верю, что **Свами даёт нам то, что мы хотим, чтобы наши сердца смогли возжаждать того, что Он пришёл нам дать.**

Помимо глубокой веры, нужно иметь терпение и настойчивость. Он всегда с нами. Он всегда заботится о нас... слышит нас. Верьте в это!

В настоящее время я живу в Индии, в городе Пуна. Я замужем за индийцем, и у нас есть маленькая дочка. Я по-прежнему являюсь активным членом Международной Организации Шри Сатья Саи и местного Самитхи (Центра). Я живу, вдохновлённая тем, что сказал Свами в своей речи 16 июля 1997 года: *«Привилегия и долг молодых мужчин и женщин – способствовать благосостоянию, прогрессу и миру во всём мире. Превратите все свои действия в священные обязанности. Испытайте любовь Всевышнего. В этом смысл высказывания Свами «Моя жизнь - Моё послание». Придерживайтесь идеалов, поставленных перед вами Свами».*

Г-жа Линда Фонсека  
ВЕНЕСУЭЛА



*Г-жа Линда Фонсека* прошла обучение по программе Духовного Образования Сатья Саи (Балвикас) в своём родном городе Баркисимето, в Венесуэле. Она также завершила Образование Сатья Саи на основе общечеловеческих ценностей (СООЦСС) и защитила диплом в Институте Образования Сатья Саи на основе общечеловеческих ценностей Венесуэлы. Она проработала в этом Институте более десяти лет в качестве преподавателя-инструктора и переводчика текстов и устных выступлений. Линда окончила Международную программу лидерства Шри Сатья Саи в 2016 году. Она учитель Образования Сатья Саи для учеников Группы 1 в городе Пуна, в Индии. У Линды учёная степень в области современных языков по специальности «Международные организации».

## От международной Саи-молодёжи

В этом выпуске мы рады сообщить вам о Международном ретрите по лидерству Саи-молодёжи МОШСС 2024 года, который пройдёт в Афинах, Греция. Между тем, активисты из числа Саи - молодёжи 5-го региона США МОШСС запустили цикл виртуальных сатсангов для изучения способствующих духовному росту откровений «Гита Вахини», написанной Свами. В последнем выпуске серии подкастов «ИнСАИдерская информация», эпизод 3, сестра Айшвария обсуждает нюансы, отличающие хорошую компанию от плохой, акцентируя внимание на значении личностного роста и эмпатии в духовном поиске.

### Международный молодёжный ретрит по лидерству

По безграничной Милости нашего возлюбленного Свами, проведение Международного ретрита по лидерству Саи-молодёжи МОШСС 2024, посвящённого теме «Ярко сыграй свою роль», запланировано на 26-29 июля 2024 г. в безмятежной атмосфере «Саи Премы» - замечательном месте, расположенном в историческом городе – Афинах, Греция.

Цель этого ретрита – собрать зональных, национальных и региональных молодёжных координаторов, а также представителей международных молодёжных подкомитетов, способствуя установлению сердечных связей, укреплению командной работы и планированию курса на будущее. В состав программы входят ежедневные духовные практики, такие как медитация, молитва и духовные песнопения в сочетании с физической активностью, вдохновляющими семинарами, выходами на природу, встречами на морском побережье, совместными трапезами и захватывающими занятиями, способствующими укреплению духовного товарищества.

Следите за дальнейшими новостями о программе и мероприятиях ретрита, поскольку приближается наша встреча в солнечной Греции этим летом! Новые подробности поступят в ближайшее время.

Подписывайтесь на аккаунт @saiyoungadults в социальных сетях:

 Facebook  Instagram  Telegram  Threads  X (Twitter)

 Spotify

 Email



**Sai Young Adults**

<https://sathyasai.org/ya>

[yacoordinator@sathyasai.org](mailto:yacoordinator@sathyasai.org)

# В круг Света

## Цикл «Гита Вахини», США

Божественной Милостью, 5-ый регион США МОШСС (северо-центральная часть) запустил цикл виртуальных сатсангов, собрав вместе 120 участников для углублённого изучения «Гита Вахини», написанную нашим возлюбленным Свами.

Первый сатсанг по книге «Гита Вахини» состоялся 3 декабря 2023 г., знаменуя начало серии регулярных встреч, запланированных на первое воскресенье каждого месяца, и он прошёл с участием д-ра Суреша Говинда в качестве приглашённого ведущего, члена Совета Прашанти и председателя Комитета по Священным Писаниям Сатья Саи.

Это продолжение успешного четырёхлетнего путешествия, посвящённого изучению глубин другого прекрасного произведения Свами, «Према Вахини», кульминацией которого стала продуктивная встреча по обмену опытом в июле 2023 г.

Приглашаем всех желающих присоединиться к этому духовному сообществу, которое берётся за новый поиск путей выхода среди хаоса, творящегося в мире в эти сложные времена. Совместное устремление к более глубокому пониманию ощущается среди всех участников.

Цикл сатсангов «Гита Вахини» в том, чтобы извлечь практическую мудрость из этого древнего писания согласно толкованию Бхагавана, направив людей в путешествие внутреннего размышления и трансформации. На первой сессии, состоявшейся 3 декабря 2023 г., участникам предложили открыто поделиться своими моментами отчаяния и неуверенности, что нашло отклик у многих из них. Обсуждение было направлено на выправление ситуаций, следуя Учению «Бхагавад Гиты» как источнику ясности и мудрости.

На этой встрече подчёркивалась важность укрепления психической устойчивости, при этом проводились параллели с развитием технологий для умелого разрешения сложных



жизненных ситуаций. Предание себя универсальной мудрости «Бхагавад Гиты» можно сравнить с доверием пилоту во время полёта – это путь к душевному равновесию и радости.

Были найдены практические методы, способствующие этому путешествию трансформации. Участникам настоятельно рекомендовали завести «корзину жалоб», чтобы контролировать своё недовольство и возвращать позитивное мышление. Кроме того, участникам было предложено самостоятельно погрузиться в изучение «Гиты Вахини» для более глубокого рассмотрения на последующих занятиях. Была создана специальная группа WhatsApp для поддержания постоянного диалога, периодических мотивационных подкастов и обмена откровениями на этом пути к трансформации.

В сущности, этот цикл сатсангов свидетельствует о начале путешествия к самоосознанию и росту через мудрость «Гита Вахини». Вооружившись практическими инструментами, результатами увлекательных обсуждений и приверженностью к личному развитию, участники встают на путь трансформации, направленный на развитие и достижение внутреннего мира.

Для получения дополнительной информации, пожалуйста, пишите на почту:

[reg5ya@sathyasaicenters.org](mailto:reg5ya@sathyasaicenters.org)

# Цикл подкастов «ИнСАИдерская информация»



Цикл 2022, Эпизод 3:

**«Правильно ли осуждать других, чтобы избежать плохой компании?» с участием Айшварии Менон**

Ведущая Нира Саилакшми Канагасабаи начинает наводящую на размышления дискуссию с Айшварией Менон. Обсуждалась проблема различения между хорошей и плохой компаниями согласно духовному учению. Айшвария, универсальный инженер-биомедик и бывший заместитель национального молодёжного координатора Малайзии, делится своим глубоким видением того, как ориентироваться в этой духовной дилемме.

Разговор начинается с важнейшего вопроса: как нам совместить наставления Свами о том, чтобы избегать дурной компании, с тем, чтобы не осуждать других? Мы понимаем, что речь идёт не об осуждении конкретных людей, а о понимании того, как их компания влияет на наш духовный прогресс. Нам необходимо заглянуть внутрь себя и оценить, как влияние окружающих сказывается на нашем духовном пути, вместо того, чтобы выносить суждение о нём.

Нира поднимает проблему зыбкости грани между осуждением и различением. Айшвария поясняет, что в отличие от осуждения, основывающегося на эмоциональных реакциях, различение заключается в восприятии вещей с помощью интеллекта. Далее они рассматривают реальные жизненные ситуации, такие как дистанцирование от человека, злоупотребляющего алкоголем. Айшвария также подчёркивает, что важно отделять поведение человека от его личности, быть наблюдательными,

не фантазировать, и осознавать, что определённого рода поведение влияет на наш духовный путь.

Беседа разворачивается и затрагивает Учение Свами о терпимости, сострадании и прощении. Айшвария акцентирует внимание на том, что умение распознавать плохую компанию имеет решающее значение для личного роста и развития характера. Она делится своим опытом общения с разными людьми, подчёркивая необходимость духовного взросления, чтобы выявить влияние, пагубно отражающееся на нашем путешествии.

Признавая восприимчивость человека к влияниям, ведущие обсуждают изменчивость восприятия и важность самоанализа. В ходе беседы подчёркивается важность оценки того, как компания влияет на нас на сознательном уровне, а также то, что необходимо проявлять эмпатию, и повышать осознанность в сложных ситуациях с помощью таких практик, как медитация.

Подводя итог, Айшвария подчёркивает идею о том, что личный рост формирует восприятие, призывая слушателей придерживаться широких взглядов и быть сострадательными на своём духовном пути.

Полный эпизод вы можете прослушать здесь:

[ИнСАИдерская информация, Эпизод 3 - YouTube](#)

Хорошо относитесь ко всем  
Старайтесь видеть Бога в  
каждом

Сатья Саи   
Образование

Год учебный пришёл, в старший класс я пошла.  
Волновалась, и немало друзей я нашла.  
Моё сердце радостно билось  
Я уверенно шла по земле  
Класс за классом. Знакомилась с миром  
Ожидая увидеть в нём то же добро, что сияет во мне.  
Только девочка эта с такой неприязнью глядела  
Необычным поведением её я задела  
Грустно из-за этого мне стало  
Сбиралась грубостью на грубость отвечать  
Но Саи учит нас быть добрыми ко всем, не унывать,  
И потому о ней я думать перестала.  
Так вышло, что от злобы девочка очнулась,  
И увидав меня сегодня, улыбнулась.  
Ей, видно, нужен легкий был толчок единый,  
Чтоб осознать, что все мы так любимы.  
Ведь Саи, что во Мне, живёт и в ней.  
Как и любовь что в ней, она во мне.

Джианна М | Группа 2 | Тринидад и Тобаго



## Растраченное время – растраченная жизнь.

Я научился управлять своим временем, так как понял, что “Пустая трата времени - это пустая трата жизни”. Раньше, делая домашнее задание, я обычно черкал и рисовал на бумаге, что - то не имеющее отношения к моей домашней работе. В результате у меня уходило много времени на то, чтобы закончить работу, и я не мог ни поиграть, ни пойти в парк. Однажды я узнал об Учении Сатья Саи о том, что если мы тратим время впустую, мы тратим впустую свою жизнь. И тогда я начал делать свои дела правильно и вовремя и никогда не тратил время впустую.

Аарадхья М | Группа 1 | Филиппины



Махалакшми | Группа 2 | Таиланд



Пиюш Ап | Группа 2 | Маврикий

## Прощение

Прости меня, мой Гуру, мой друг, мой Баба  
Я начал учиться признавать свои большие и  
маленькие ошибки. Я анализирую своё поведение и  
реакции. Я больше не хочу никому причинять боль. Я  
не спорю с друзьями и родителями. Поддержи меня  
на моём пути к преображению. Я отдаю Тебе мои  
недостатки.

## Что для тебя значит Свами?

### Свами - это любовь,

Трава, нежно касающаяся ваших ног,  
Растения, дающие пропитание,  
Солнце, согревающее вас днём,  
Луна, светящая для вас ночью

### Свами - это истина,

Приветствия, исходящие от других,  
Слова, исходящие от вас,  
Совесть, вещающая из вашего сердца,  
Песни, помогающие вам познавать

### Свами - это мир,

Спокойствие, в котором пребывает ваш разум,  
Окружение, в котором вы находитесь,  
Люди, которые вас окружают,  
А также животные вокруг

### Свами - это праведность,

Сердце, которое удерживает вас от заблуждений,  
Люди, которые помогают вам исправить ваши  
ошибки,  
Книги, которые учат вас всему тому, что вы знаете  
Автор всех слов и песен

### Свами - это ненасилие,

Голос, который успокаивает вас в бурю,  
Лидеры, которые освещают путь,  
Предупреждения, которые вы слышите в трудные  
времена,  
Награды, которые вы получаете, прощая.

Свами - это всё

Свами - это все

Свами един

Свами - это вы

Сахана Н | Группа 2 | США



Вайшнави | Группа 2 | Маврикий

Вы можете услышать шаги

Свами, когда в уме царит

тишина.

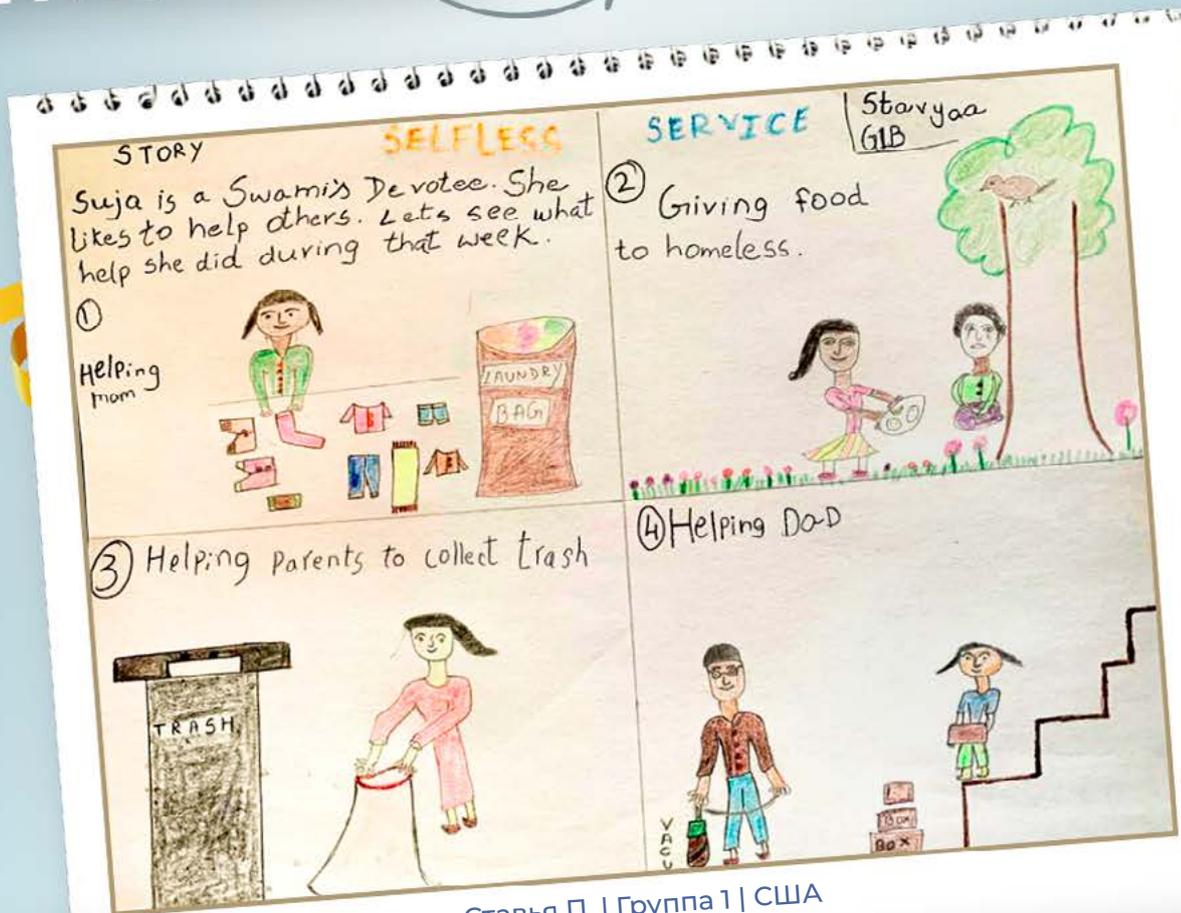
Ом Шанти Шанти Шанти Шанти

Люблю тебя, Свами

Дорогой Баба, Ты – Бог этой Вселенной.  
 Ты создал её. Ты создал меня.  
 Ты лучше меня самого знаешь мои мысли,  
 Мои самые сокровенные тайны, мои желания.  
 Поэтому, Баба, будь моим ближайшим другом.  
 Я хочу погрузиться в Твои Свет и Любовь.  
 Я хочу, чтобы Твоё благословение изливалось на  
 меня всю мою жизнь.  
 Люби всех, служи всем. Помогай всегда, не  
 вреди никогда!



Вихаан В | Группа 1 | Сингапур



Ставья П. | Группа 1 | США



Дхрув Джи | Группа 1 | США



Шриника | Группа 1 | США

# Предстоящие онлайн-мероприятия МОШСС

МОШСС проводит онлайн-мероприятия, чтобы поделиться Любовью, Посланием и Работой Свами со всем миром. Сотни тысяч людей охвачены этими событиями, транслируемыми на онлайн странице [sathyasai.org/live](https://sathyasai.org/live).

Пожалуйста, посетите [sathyasai.org/events](https://sathyasai.org/events) для получения более подробной информации о запланированных мероприятиях, датах и времени.

Дата мероприятия	День недели	Название мероприятия
Февраль 17-18, 2024	Суббота-Воскресенье	Акханда Гаятри
Февраль 24, 2024	Суббота	Новый год (Китайский новый год)
Март 8, 2024	Пятница	Маха Шиваратри
Апрель 13-14, 2024	Суббота-Воскресенье	Акханда Гаятри
Апрель 24, 2024	Среда	Арадхана Махотсавам



Трансляции на [sathyasai.org/live](https://sathyasai.org/live)



Оставайтесь в курсе новостей и мероприятий МОШСС, посещая веб-сайты МОШСС и подписываясь на различные каналы связи:



Facebook



Instagram



WhatsApp



X (Twitter)



YouTube



Spotify



Telegram



Threads



Email



Eternal Companion email list



- [МОШСС](#)
- [Шри Сатья Саи Юниверс](#)
- [Гуманитарная помощь Шри Сатья Саи](#)
- [Молодёжь Шри Сатья Саи](#)
- [Образование Шри Сатья Саи](#)
- [Здоровый образ жизни](#)



---

Можно ли получить сироп, просто держа сахар в одной руке, а воду – в другой? Необходимо смешать их, в результате чего получится прохладный сладкий напиток. Точно так же нам не следует разделять природное и Божественное. *“Sarvam Vishnumayam Jagath”* (Вся Вселенная пронизана Божественным). Каждый атом и клетка наполнены Божественностью. Осознайте эту Истину. Чтобы осознать это, нужно любить всех, даже своих врагов. Это очистит их сердца. Даже в отношении тех, кто причиняет вред, нужно проявлять любовь. Их сознание тоже изменится однажды.

**Шри Сатья Саи Баба**

23 ноября 1996 года

---



**sathyasai.org**

Люби всех • Служи всем  
Помогай всегда • Не вреди никогда