



МЕЖДУНАРОДНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ САТЪЯ САИ

# Счастье -

это Единение с

# БОГОМ

Учебное пособие - 5

**Каковы признаки Счастья**



ПРАЗДНОВАНИЕ ДНЯ РОЖДЕНИЯ 2020

*С Любовью и Смирением  
Посвящается*

# Бхагавану Шри Сатья Саи Бабе

*Воплощению Блаженства*

Данное учебное пособие представляет собой один из шести разделов, в котором представлены высказывания Бхагавана Шри Сатья Саи Бабы о счастье.

Каждое пособие содержит вдохновляющую историю, отрывки из Выступлений Свами, а также вопросы для размышления.



## Вдохновляющая история

### Сугуна и Господь Кришна

Была пастушка по имени Сугуна, чьи мысли были целиком заняты Кришной. По существовавшему в Бриндаване обычаю каждая домохозяйка вечером зажигала свою лампу от светильника, горевшего в доме Нанды, твёрдо веря, что свет от огня самого старейшего и достойного приносит благо.




Сугуна пошла со своей лампой к дому Нанды. Приблизившись к нему, она почувствовала, что её охватили трепет и радость: она увидела дом, где прошло детство Кришны и куда всех молодых пастухов и пастушек влекли Его проказы, игры и весёлые прибаутки. Она долго стояла со своей незажжённой лампой у большого масляного светильника, освещавшего самую просторную комнату в доме. Она стояла близко к огню, и её рука была прямо над пламенем, но она не ощущала боли.

Яшода увидела это и пробудила её от мечтаний, или, может быть, от видения? Ибо для Сугуны, куда бы она ни глянула, повсюду был живой Кришна. Это и есть Танмайятам, или Отождествление, к которому каждый должен стремиться.

«Сатья Саи говорит», том 4, глава 16, 15апреля 1964 года

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume04/sss04-16.pdf>





# Учебное пособие

## Излучайте счастье

Смотрите на людей с Состраданием, наполняйте слова Истиной. Будьте всегда Счастливыми, ни при каких обстоятельствах не выглядите унылыми. Всегда улыбайтесь – пусть это станет вашим «отличительным знаком».

«Летние ливни в Бриндаване» 2000, глава 15, 30 мая 2000 г  
<http://sssbpt.info/summershowers/ss2000/ss2000-15.pdf>

Вы должны на своём личном примере показать, что Путь Самореализации — это путь к Совершенной Радости. В этом отношении на вас лежит большая ответственность — самим своим Спокойствием, Самообладанием, Смирением, Чистотой, Добродетелью, Мужеством и Уверенностью при любых обстоятельствах показывать, что Садхана делает вас Лучше, Счастливее и полезным для общества. Практикуйте Садхану не на словах, а на деле.

«Сатья Саи говорит», том 7, глава 17, 20 апреля 1967 г.  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume07/sss07-17.pdf>

Живите Радостно. Не ходите с печальными, кислыми лицами. Негативные мысли проявляются в форме уродливых проявлений. Чистые мысли и чувства всегда делают нас радостными. Я всегда пребываю в Радости. Люди задаются вопросом о том, каким образом Саи Бабе удаётся всегда улыбаться. Я не могу не улыбаться. У Меня нет никаких негативных чувств, никаких плохих черт, никаких плохих мыслей и никаких плохих привычек. Я всегда исполнен Чистоты. Вы также должны следовать этому. Следуйте за Учителем, смело встречайте дьявола, боритесь до конца и закончите игру. Следуйте за Мной. Будьте Счастливы подобно Мне. Будьте Радостными. Это делает Меня очень Счастливым.

«Летние ливни в Бриндаване» 2002, глава 12, 27 мая 2002 г.  
<http://sssbpt.info/summershowers/ss2002/ss2002d12.pdf>

## Оставайтесь Спокойными

Нужно оставаться Спокойным, сталкиваясь с любыми превратностями судьбы. Только тогда можно достичь Божественной Милости. Великие Преданные, такие как Тьягараджа, Тукарам и Драупади, прошли через много испытаний. Они Смиренно встречали все трудности. Тьягараджа сказал: «Нельзя достичь Счастья без внутреннего Покоя».

«Сатья Саи говорит», том 33, глава 12, 22 августа 2000 г.  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume33/sss33-12.pdf>

Вы должны установить Покой в своём Сердце. Вы всегда должны быть Счастливыми и полными Блаженства. На ваших губах должна играть улыбка. Ни при каких обстоятельствах у вас не должно быть угрюмого лица. Вы всегда должны улыбаться. Когда кто-нибудь видит вас, он тоже должен чувствовать Счастье. Вы должны быть Счастливы сами и делать Счастливыми других.

«Сатья Саи говорит», том 39, глава 12, 5 сентября 2006 г.  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/sss39-12.pdf>

Как человеку вести себя в этом мире? Бхагавад Гита учит: "Человек должен одинаково относиться к счастью и печали, приобретениям и потерям, победам и поражениям. Человек должен равно относиться к удовольствию и боли, похвале и поруганию. Это есть состояние Истинной Йоги".

«Сатья Саи говорит», том 29, глава 68, 22 июля 1966 г.  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960722.pdf>

## **Живите в Любви**

Повсюду должны царить Любовь и Улыбка. Если вы будете иметь такой взгляд на жизнь, то Любовь автоматически проявится в вас.

«Сатья Саи говорит», том 40, глава 13, 28 июля 2007 г.  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume40/ss40-13.pdf>

Любовь может принести вам так много Радости. Когда вы улыбаетесь, другие также улыбнуться вам в ответ. Вам следует идти по жизни с Улыбкой и Радостью. Когда кого-то бранят, то этот человек обычно чувствует себя оскорбленным, а тот, кто бранит испытывает некоторое удовлетворение. Не сердитесь, когда вас критикуют или оскорбляют. Вместо этого просто улыбнитесь. Вы можете спросить: «Зачем мне улыбаться, когда этот человек говорит обо мне столько неприятных вещей?» Ответ прост. Вы должны улыбнуться, потому что дали другому человеку возможность получить некоторое удовлетворение, даже если это ранит ваши чувства. Будьте Счастливы, что вы были Инструментом, чтобы сделать другого человека счастливым. Именно такой Положительный взгляд на жизнь и чувство Любви вам следует развивать.

«Летние ливни в Бринадване» 2000, глава 9, 22 мая 2000 г.  
<http://sssbpt.info/summershowers/ss2000/ss2000-09.pdf>

Вам необходимо понять этот Принцип Любви (Према Таттву). Все являются братьями и сёстрами. Но разногласия возникают даже между братьями и сёстрами. Следовательно, развивайте Любовь друг к другу. Всегда сохраняйте радостный взгляд на жизнь с приятной улыбкой на лице. Только тогда ваша жизнь станет Благородной и Идеальной. Вы всегда должны быть Счастливы и Радостны. Чего вам не хватает? У вас есть всё благодаря Милости и Любви Свами.

«Сатья Саи говорит», том 41, глава 1, 1 января 2008 г.  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume41/ss41-01.pdf>

## **Делитесь своим Счастьем с другими**

Вы должны получить опыт переживания Блаженства на индивидуальном уровне и семьи, а затем поделиться этим опытом с обществом. Тогда все люди будут счастливы. Счастье – это Союз с Богом. Вы должны осознать это Счастье. Пусть все люди будут Счастливы! Желаю, чтобы вы жили как члены одной семьи, делились друг с другом своей Любовью и Счастьем!

«Сатья Саи говорит», том 39, глава 12, 5 сентября 2006 г.  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/ss39-12.pdf>

Ведите жизнь, исполненную Счастья и Блаженства. Делитесь своим Счастьем с другими. Вы не знаете, насколько велико это Блаженство (Ананда). Как небольшой кусок дерева воспламеняется от соприкосновения с огнём, подобным же образом, когда Вы мысленно приближаетесь ко Мне, вы становитесь Божественным. Ваш ум будет Освящён и рассеет в вас тьму невежества.

«Сатья Саи говорит», том 34, глава 13, 5 июля 2001 г.  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume34/ss34-13.pdf>

## Вопросы

- Каковы признаки Счастья?
- Почему на Духовном пути так важно сохранять добродушный и радостный взгляд на жизнь, а также сохранять Невозмутимость и Самообладание?
- Почему Спокойствие и Невозмутимость являются признаком Счастья?
- Почему делиться своим Счастьем с другими представляет собой мощную Духовную практику?
- Каким образом мы можем излучать больше Счастья в нашей жизни?



<https://www.youtube.com/watch?v=PUF3p3i6LBw>

(Перевод видеовыступления Бхагавана)

На пути Преданности будет много препятствий. Будет много споров и критики. Люди даже будут потешаться над вами, унижать вас. Но вы ничего не утратите при этом. Если кто-то причиняет вам боль, то он обязательно понесёт груз последствий своих действий. Ничто не может причинить вред Богу. Бог Чист, Незапятнан и Свят. Пусть люди говорят, что угодно, будьте холодны и спокойны. Не пускайтесь в ненужные споры. Это только порождает неприязнь и вражду. Никогда не вступайте в споры. Если кто-то спорит - просто улыбнитесь. Улыбка будет настоящим наказанием для этого человека. Пусть у вас всегда будет улыбка на лице. Никогда не ходите с лицом, как будто вы проглотили касторку. На вашем пути могут быть трудности и проблемы, но вы должны стойко смело встречать их и противостоять им. Счастье – это Единение с Богом. Истинное Счастье можно обрести, находясь в обществе Бога.

«Сатья Саи говорит», том 31, глава 45, 25 декабря 1998

<http://www.sssbpt.info/ssspeak/volume31/sss31-45.pdf>



© 2020 Международная Организация Сатья Саи  
Все права защищены [sathyasai.org](http://sathyasai.org)