



# Русский семинар в Ченнае 15-19 декабря 2014

На русскоязычный семинар в этом году собралось около 300 абхьяси. Радость от того, что мы снова здесь, все вместе, в близком присутствии нашего возлюбленного Мастера, переполняла наши сердца.

15 декабря в 9:00 Шри Камлеш Д. Патель провел сатсанг, после которого мы все снова собрались в медитационном зале на официальное открытие семинара. Брат Камлеш торжественно презентовал новые публикации на русском языке – книги «Странствие по Сахадж Марг» П.Раджагопалачари и «Вопросы и ответы» А.П.Дурая, после чего предложил прослушать запись краткого, полного любви и нежности обращения к нам нашего возлюбленного Мастера, которое до слез тронуло наши сердца. Мастер высказал сожаление, что он не может быть с нами лично и заверил, что душой он всегда находится с нами, где бы мы ни были – расстояние не имеет никакого значения.

Программа семинара была насыщенной: каждый день после утреннего сатсанга брат Камлеш выступал перед нами с речью; после обеда мы собирались в аудитории А и слушали наших братьев и



*Дорогие братья и сестры,*

*Я сожалею, что не могу быть со всеми вами, но душой я с вами. И я надеюсь, что вы можете это чувствовать. Пожалуйста, верьте мне, когда я говорю, что я буду со всеми вами всегда, здесь, или в России, или других странах, это не важно. Расстояние не имеет никакого значения. Я молюсь за всех вас и желаю вам всего наилучшего. Благословения всем вам.*

*П. Раджагопалачари*

сестер, которые делились своим опытом и переживаниями. В один из дней молодежь подготовила яркие и творческие выступления по теме «Принципы Сахадж Марг». Были проведены сессии для начинающих, для префектов, собрания Центров.

Несмотря на то, что у нас не было возможности видеть Мастера, мы все ощущали его огромную любовь и заботу. Не было ни жалоб, ни ожиданий – мы старались насладиться каждой минутой пребывания в его ашраме и сохранить в своем сердце те ценные дары, которые преподносил нам каждый день этого незабываемого семинара.

После утреннего сатсанга в заключительный день семинара брат Камлеш сказал нам, что этот сатсанг был уникальным. Он не видел никого из присутствующих, он не видел себя, была абсолютная пустота. Он сказал: «Не было ни меня, ни вас, был только Он». Камлеш поблагодарил нашего Мастера и всех нас за то, что этот опыт стал возможен.





лучает любовь, которая всегда направлена на нас. Бабуджи приводил аналогию, что когда вы стоите к солнцу лицом, вы получаете всю пользу, а поворачиваясь спиной, вы можете увидеть только свою тень.

Что же мешает нашим отношениям с Возлюбленным? Это разного рода желания. В семейных отношениях, если мы идем на поводу у желания и разрушаем семью, мы поворачиваемся спиной к солнцу. Чувство вины остается в нас и не дает нам попасть в Светлый мир. А если мы не можем справиться с человеческими отношениями, то способны ли мы сохранить отношения с этой невидимой силой? Насколько открытым должно быть наше сердце? В нем должно быть только одно желание – слияние с Возлюбленным. В открытом сердце ничто не задерживается: всё как приходит, так и уходит, в том числе желания. Для этого нам нужна ежедневная практика: чтобы открыть нас этой любви и сделать способными принять ее.

В конце своего выступления брат Камлеш дал всем нам задание поразмышлять на тему «Необходимость боли и сдачи для достижения Наивысшего».

## День 1

В своем первом выступлении Камлеш Патель говорил об отношениях Гуру и ученика, о первоочередной важности Мастера и его Передачи в системе Сахадж Марг. Бабуджи сравнивал отношения Гуру и ученика с отношениями матери и ребенка: как мать вынашивает ребенка в своем чреве, так и Гуру вынашивает своего ученика в своей ментальной сфере. Когда приходит время, ученик рождается в Светлом Мире, и с этого момента начинается его собственная духовная жизнь. Бабуджи пишет: «Представление о Гуру как о духовной матери способствует развитию в нас чувства любви, почитания и сдачи, которые являются основными факторами духовной жизни».

Солнце излучает свет и тепло, а Мастер из-

## День 2

Можно много говорить об отношениях между гуру и учеником, но эти отношения надо испытать в своей жизни. Все знают о любви матери к своему ребенку, лишь некоторые знают о любви гуру, и единицы чувствовали истинную любовь Бога.



Как поднять наши взаимоотношения на более высокий уровень? Необходимо снова и снова обращаться к очищению и приводить свой образ жизни в соответствие тому, к чему мы стремимся. К сожалению, в мафиозных структурах больше единства, чем среди духовно устремленных людей. Потому что в таком индивидуальном процессе как духовная эволюция появляется идея достижения. Не должно быть желаний в отношении того, чтобы стать префектом, в Миссии нет низших и высших, и есть много абхьяси, которые значительно превосходят префектов в уровне своего развития. Мы не должны чувствовать себя превосходящими, но и преуменьшать себя также не должны. Мы сами создаем свою судьбу, а для этого мы должны знать, куда мы хотим прийти.

Мы ожидаем многого, при этом вкладывая самую малость. Мастер дает нам Наивысшее, Передачу. Чего Мастер ожидает от нас? Что я могу сделать в знак благодарности? Для начала я должен это получить. А для этого нужно открыть сердце. Само желание открыть сердце – это хорошее начало. Постепенно все препятствия уйдут. Какие это препятствия? Мысли о прошлом, чувство вины. Как удалить эту тяжесть? Есть только один путь – принять решение больше никогда этого не делать. Второе препятствие – желания. «Больше и больше меньшего и меньшего» – так Бабуджи говорил о желаниях. Наше счастье зависит от количества исполненных желаний: чем их больше, тем больше наше счастье, но что если желаний нет вообще? Тогда счастье бесконечно.

Следующая тема – чувствительность, как развить чувствительность? Когда мы любим что-то, все об этом объекте открывается нам само. Чувствительность не дается всем, она растет по мере нашего духовного развития, и необходимыми для этого качествами являются принятие и терпимость. Ма-

стер способен «читать», потому что он способен принять абхьяси таким, какой он есть.

Так как же тогда мы должны общаться с Мастером? Ему от нас ничего не нужно, даже наша любовь. Мастер счастлив, когда мы излучаем любовь. Нам нужно резонировать с ним. Любовные взаимоотношения Мастера и ученика всегда начинаются с благодарности. Я должен распознавать те сокровища, которые получаю, и выражать это в своих действиях. Если возможно, я должен преумножить эти богатства, ведь когда мы любим что-то, мы хотим этого больше и больше.

Меняет нас не метод, не практика, нас меняет Мастер. Он является катализатором. Мастер только один, он – редчайшее существо, исчезающий вид. Я молюсь, чтобы мы все приняли новый стиль жизни, чтобы мы стали другими, тогда в этом мире будет много мастеров, и этот вид больше не будет исчезающим.

### День 3

В следующий день семинара Шри Камлеш Д. Пател говорил о человеческих взаимоотношениях. В отношениях между людьми всегда присутствует мысль о вложенных усилиях и полученной выгоде. Когда мы любим, мы не думаем о выгоде, мы думаем о том, что мы можем дать.

В науке принято оценивать стабильность систем. Например, если солнце перестанет светить, солнечная система станет нестабильной, наступит хаос, потребуется внешнее воздействие, чтобы все исправить. Чем стабильнее система, чем меньше внешней энергии она требует, и наоборот. Подобную аналогию можно провести с



нашей практикой и с нашими человеческими взаимоотношениями. Когда супружеская пара начинает жить вместе, требуется много сил и желания, чтобы сохранить отношения, со временем внешних усилий требуется все меньше и меньше.

У любви может быть много проявлений, но лучшим является отношение слуги, очень незначительного человека. В этом случае у нас нет ожиданий получить что-то — мы принимаем все. Такая система наиболее стабильна.

В нашей системе есть всё необходимое, чтобы достичь стабильности: практика, десять правил. Выполнение этих вещей принесет в наши жизни мир и покой. Если мы будем способны дисциплинированно выполнять практику, разовьем в своем сердце любовь, то медитация нам больше не понадобится, Мастер всегда будет в нашем сердце.

## День 4

В следующем своем выступлении Камлеш Пател говорил о Божественных законах. В человеческом обществе есть законы, которые устанавливает государство, есть моральные и религиозные законы. Эти законы могут меняться в зависимости от времени и места. Но Боже-



ственные законы превыше всего, они неизменны. Первым Божественным законом является, конечно же, Любовь. Если вы любите человека, не причиняйте ему боль. Второй Божественный закон — на всякое действие есть противодействие. Результатом наших мыслей, намерений и действий являются самсары. Самсары могут также формироваться из-за действий других людей или как результат влияния окружающей среды. Очищение помогает нам удалить самсары, но наш образ жизни должен быть таким, чтобы мы не формировали новых впечатлений. И мы должны заботиться о том, чтобы наши действия не формировали впечатлений у других людей.

Иногда впечатление формируется, когда человек не делает чего-то, что он должен был сделать. Это формирует еще большую самсару в виде чувства вины. Об этом мы вспоминаем перед отходом ко сну, в момент смерти. Если человек не отвечает любовью на любовь, происходит нарушение Божественного закона.

Для духовных искателей невыполнение Божественных законов будет иметь более серьезные последствия, чем для других, из-за вакуума в их сердце. Чем выше мы поднимаемся, тем опасней падение, надо быть все более осторожным.

Если мы хотим попасть в Светлый Мир и удержаться там, у нас должно быть чистое состояние, и для этого нам придется изменить свой образ жизни.



## День 5

В завершение семинара Камлеш Пателъ говорил о любви. Любовь – это принцип, стабилизирующий любую систему. В истинной любви нет никаких требований, даже на духовном уровне.

В жизни абхьяси порой возникают кризисы из-за недопонимания друг друга. Предположим, вас обманули, и вы принимаете решение перестать любить этого человека. Ваше сердце начинает закрываться. Любовь должна продолжаться при любых обстоятельствах.

Во время медитации мы стараемся сфокусировать внимание на единственной мысли о присутствии Божественного в сердце. Затем мы идем дальше и начинаем чувствовать присутствие Бога постоянно. Но достаточно ли лишь чувствовать его? Я должен стать Им. Мы получаем переживания божественности во время медитации, сатсангов, наших визитов в Индию, но что мы с этим делаем? Как я могу использовать это во благо? Когда вы по-настоящему пре-

сытитесь этими переживаниями, ваше сердце скажет: «Пришло время меняться». Настоящее удовлетворение наступит только тогда, когда я стану самым Источником, сольюсь с ним, но для этого я должен стать таким же чистым как источник, я должен стать Любовью. Поэтому так важно очищение.

В Посланиях Бабуджи говорит, что хочет изменить генетический образ человека, и для этого ему нужна наша помощь. Научные эксперименты подтверждают наличие связи между средой, в которой растет ребенок, и его внешностью. Когда мы медитируем, это также оказывает на нас влияние. Бабуджи говорит, что должен быть создан Вселенский эгрегор. На нас лежит ответственность сделать мир лучше! Медитируйте с радостью! Излучайте любовь, держите сердце открытым, не обманывайте, не обижайте никого. Тогда вы будете в осмосе с Мастером – полностью поглощены. И этот канал, соединяющий вас с Гуру, расширится и будет способен включить в себя всех людей на этой Земле.



# События в наших Центрах

## Презентация Сахадж Марг в Минске

16 августа 2014 года в Минске состоялось уникальное для нашего Центра событие: Посольство Индии во главе с чрезвычайным и полномочным послом в Беларуси Манодж Кумаром Бхарти в честь Дня Независимости Индии провело культурную программу в детском парке им. Горького, принять участие, в которой был официально приглашен и наш Минский центр Сахадж Марг.

Большая и слаженная предварительная работа была проделана командой абхьяси Минска. Семья Виноградовых привезла чудесной работы новый шатер, были сделаны два плаката с логотипами нашей Миссии и большой стенд со знаком «Учитесь медитировать».

При входе в парк все пестрело зелено-красными цветами палаток, были представлены всевозможные индийские товары, блюда индийской кухни. На сцене можно было увидеть индийские танцы, звучали песни. Мы расположились в более тихом месте, возле памятника Максиму Горькому, и только потом мы узнали, что в один из своих визитов Мастер побывал здесь и сфотографировался именно на этом месте! Это стало для нас еще одним знаком, предвестником чего-то хорошего.



Минск

То, что случилось в тот день, до сих пор поражает, такого опыта еще не было в истории нашего Центра. Мы стали свидетелями и участниками чего-то нового, того, что вышло за рамки обычного. Это было просто какое-то чудо. Мы были воодушевлены и рады от небывалого интереса минчан: люди подходили к нам практически непрерывным потоком с вопросами или просто с готовностью начать практику. Были востребованы все, кто присутствовал, порой не хватало стульев и литературы для всех, кто пришел узнать о нашей системе Сахадж Марг. Многие получили вводные сидения. И пусть продолжили практику далеко не все, но необходимая работа была сделана, семя духовности было посажено Мастером в их сердцах. В этот благословенный день брат Игорь Онищенко находился в Индии рядом с Мастером, и, конечно, к нему полетело множество писем с отчетами и фотографиями. Игорь сразу же ответил, что день был действительно особенный, так как брат Камлеш работал над Минском. Благодарим Возлюбленного Мастера за работу, в которой нам посчастливилось участвовать, и полномочного посла Индии в Беларуси Маноджа Кумара Бхарти за предоставленную возможность провести такую презентацию.

## Семинар в Можайске

В пятницу 28 августа группа из четырех минских абхьяси посетила ежемесячный семинар, который традиционно вот уже на протяжении двух лет проводится в пригороде Можайска. Вопросы «ехать или не ехать»



Можайск

у меня не возникало: идея принять участие зрела уже давно, поэтому ответ на предложение Александра Церлюкевича присоединиться к группе пришел мгновенно.

Отдельных слов заслуживает место проведения семинара. Напоминающий замок особняк стал для всех присутствующих своего рода уютным прибежищем, в котором особенно тонко переживается чувство комфорта и защищенности.

Семинар прошел легко, на одном дыхании, в атмосфере братства и хорошего настроения. Изюминку внесло присутствие брата Акаша из Индии, который приехал в Россию из Ченная с особым благословением Мастера для работы, и сестры Девики, которая учится в Нижнем Новгороде в медицинском университете. С учетом нашей группы это получилось по-настоящему международное молодежное собрание.

Тема семинара «Служение», конечно же, оказалась весьма актуальной для всех. И теперь от каждого зависит развитие устремленности к истинному служению, которое необходимо для духовной эволюции. Три дня семинара пролетели быстро, и возникло намерение вновь навестить это гостеприимное место.

*Горбачев Юрий, Минск, Беларусь*

## Балтийский семинар, Шауляй, Литва, 12-14 сентября

За два дня интенсивной работы по программе, разработанной братом Александром и сестрой

Ниной, абхьяси увлеченно участвовали в различных сессиях и беседах. В группах с фасилитаторами, в неформальных разговорах и, конечно, в сатсангах мы открывали неожиданные вещи в самих себе. Основное внимание на этом семинаре было уделено вопросам мотивации в практике, внутренней связи с Мастером, значению и силе Любви. Мы чувствовали удивительную атмосферу гармонии и любви, ощущали присутствие Мастера, все были окружены Его милостью.

Для небольшой, но сплоченной группы абхьяси из Шауляя организация международного семинара стала прекрасным дебютом. Все были тронуты теплым вниманием и заботой наших литовских братьев и сестер. Мы прожили эти два дня в атмосфере братской любви и в созвучии с девственной природой. Сказочные ели леса, окружавшего территорию гостевого дома, словно оберегали нас от шума и непогоды, помогая глубже погрузиться в себя.

## Семинар «Служение», Мончегорск, Россия, 19-21 сентября 2014

Наконец-то мы дождались семинара, который был запланирован давно. Сама природа распахнула нам свои объятия: удивительно ровное «дыхание» волшебного осеннего леса; прозрачные воды озера Имандра, на берегу которого располагается турбаза «Риж»; загадочная дымка над горами Хибин, возвышающихся вдали за озером; яркие сверкающие огни Мончегорска вечером, чем-то напоминающих Альмору.



Шауляй

За видимой легкостью и размеренностью всего происходящего ощущалось огромное старание организаторов из Мурманска и Мончегорска, поэтому ни одна минута не была потрачена впустую, а проведенные медитации, сатсанги, просмотр и обсуждение видеозаписей, судя по выступлениям, достигли максимального эффекта.

Внимание акцентировалось на самых важных моментах. Например, на том, что только в сотрудничестве можно достичь максимального результата, что нам необходимо научиться любить и служить, так как невозможно служить тому, кого не любишь, и невозможно любить того, кому не служишь. Это фундамент для достижения цели.

Неожиданным и приятным сюрпризом для всех стал приезд абхьяси из Вологды, Москвы, Ченная. И все работали с полной отдачей. Сюрпризом было и то, что в это же время проводился семинар в Германии.

Вспоминают слова нашего любимого Чариджи о том, что прекрасно, когда есть чему удивляться! Для многих сама идея служения для скорейшего достижения высшей цели и становления тем, кем должен стать, удивительна. Удивительно, что

каждый семинар неповторим. Люди меняются в лучшую сторону, – это всего удивительней! И как бы нам хотелось порадовать любимого Мастера своими максимально быстрыми и прочными достижениями! Каждый семинар приводит к углублению и расширению знаний, усиливает стремление, меняет отношение друг к другу, к людям.

Дети абхьяси порадовали своими выступлениями во время концерта. Читали стихи, разыгрывали сценки, притчи. Помогали им раскрывать свои таланты Галя и Миша Бренчуковы, скромные, талантливые люди из Мурманска.

Расставаться не хотелось. Было ощущение, что мы все (56 человек) так и жили всегда вместе, живем и никогда не расстанемся. Брат Акаш, который специально приехал на наш семинар из Москвы, где он работал с Благословения Мастера как раз в этот период, отметил, что у всех у нас горячие сердца, порадовался первому снегу и северному сиянию, самой практике вместе с нами. Гости обещали приехать еще. Будем работать и ждать всех желающих!

*Лазарева Галина, Мурманск, Россия*



Мончегорск

## Визит посла Индии господина Бхарти в Минский центр

21 сентября 2014 года в гостях у Минского центра Сахадж Марг были Чрезвычайный и Полномочный посол Индии Манодж Кумар Бхарти со своей супругой Амитой. Это был второй визит господина Бхарти в медитационный центр в этом году.

Темой для этой встречи послужил вопрос «Что такое время?» Господин Бхарти изложил свою теорию построения мира, основанную на ведических знаниях и подкрепленную современными научными исследованиями. Вот несколько постулатов, на которых было построено его выступление:

- Многомерность мира. Измерений гораздо больше, чем мы можем определить нашими органами чувств. В качестве примера для лучшего понимания он предоставил к просмотру мультфильм «Плоский мир» Лоренса Краусса, в котором плоское двумерное существо встречается с трехмерным. Трехмерное существо обладает объемом и, соответственно, движется в трехмерном пространстве. Но для двумерного существа это выглядит как появление и исчезновение чего-то непонятного. Для осознания существования трехмерности ему необходимо выйти за ограничения собственного существования, но,

даже получив подобный опыт, он не в состоянии передать его другим подобным ему существам.

- Опыт – основа для понимания.

- Наш мир – это только проекция другого мира. Иллюзия, майя. Множество других измерений существует рядом с нашим. Или, иными словами, наша внешняя жизнь – верхушка айсберга. Причины основных жизненных событий, человеческих поступков часто не проявлены, скрыты.

- Закон кармы – это проявление 3-го закона Ньютона. Действие равно противодействию.

- Мысли, сны, эмоции приходят в наше сознание из других измерений.

- В присутствии гравитационных полей пространство искривляется, и таким образом добавляется еще одно измерение. Линия изгибается в кривую, лист – в сферическую поверхность.

- Медитация позволяет приближаться к измерениям, недоступным к восприятию нашими органами чувств.

После лекции господин Бхарти ответил на вопросы. Пользуясь случаем, мы поблагодарили его и его жену за организацию Дня Индии в парке им. Горького.



Минск

После лекции было так хорошо, что не хотелось уходить. Возможно, еще и потому, что в честь такого Дня открытых дверей был организован специальный обед с индийскими сладостями. Получился настоящий праздник!

Если бы все Послы в мире выполняли свою работу, свой долг так же творчески, распространяя знания о своей стране, являясь примером миролюбия и такта! Если бы проявляли сотрудничество вместо антагонизма, терпимость вместо амбиций, укрепляли связи между странами, – мир стал бы лучше.

*Горбачевич Людмила,  
Минск, Беларусь*

## Семинар в Алматы, Казахстан

В Алматы 27-28 сентября прошел двухдневный семинар «Позитивное мышление» с участием братьев и сестер из Ташкента (Узбекистан). Огромная благодарность братьям и сестрам из Узбекистана за то, что они нашли возможность присоединиться к нашему семинару.

Я беспокоилась о том, как начать, с чего начать, откликнутся ли сердца братьев и сестер, придут ли новенькие. Таких вопросов было много, но было ясно, что семинар проводить нужно и пора это делать самостоятельно. Только вера в Его поддержку и Любовь оставляла сердце в спокойном и трепетном ожидании, что все будет хорошо.

Позитивный настрой и уверенность дало письмо от Елены Белик. «То, что действительно делает Его счастливым, – это наша работа по изменению себя, и такие встречи – лучший подарок для Него», написала она. Семинар прошел в духе братства, сплоченности, отзывчивости и любви к Мастеру. Внутренний зов к изменению себя отчетливо прослеживался в каждом. Большой вклад внесли братья и сестра из Ташкента, Камол по-братски постарался донести до нас рекомендации Мастера о важности посещения сатсанга, о дисциплине сатсанга.

Встреча префектов прошла в атмосфере настоящего братства, мы делились переживаниями,

своими наблюдениями в работе префекта, слушали друг друга с любовью, и в каждом я видела только Его милость, Его труд, Его любовь.

Я думаю, что вне зависимости от выбора темы семинара самое важное – это отношение к семинару, умение включиться в процесс размышления. Важно состояние открытости и доступности.

Спасибо всем, спасибо Мастеру.

*Нурмухамбетова Каукар, Алматы, Казахстан*

## Новочеркасск, Россия

Наш Центр на юге России представлен двумя городами: Ростов-на-Дону и Новочеркасск. Небольшое расстояние между ними в 60 км (час езды) позволяет легко объединяться, проводя общие семинары. Мы с радостью это делаем, и нашей радости становится ещё больше, когда к нам приезжают Алла и Игорь Ревенко из Кисловодска и группа абхазы из Невинномысска и Краснодара. Большое светлое помещение Центра в Новочеркасске вмещает всех желающих присоединиться к сатсангу и провести Полный воскресный день.

Темы для своих мини-семинаров мы берём из выступлений и книг уважаемого Мастера: «Образ жизни по Сахадж Марг», «Духовное



Алматы

## Новочеркасск



состояние, отношение, эволюция», «Цель жизни», «Служение». Актуальной стала тема «Сохранение духовного состояния». Такие встречи вновь и вновь открывают истинную ценность, значимость наших Центров Света, в которых духовное Присутствие Мастера работает для всего окружающего нас мира. Мы учились принятию физически, эмоционально и духовно. Мы обнаружили, что чувствительность может быть очень трудным даром, а умение правильно выполнять очищение может принести замечательные плоды. И самое главное – это быть Единым, единым с нашим Мастером.

Недавно в Ростове прошел День открытых дверей. Несколько новеньких начали практику. В таком большом городе мы всё ещё маленькая капля. Большой потенциал и возможности всё ещё не реализованы. Быть открытыми и доступными по-прежнему остаётся актуальным в нашей работе. Вдохновляющей большой радостью стало приглашение уважаемого Мастера на семинар в Манапаккам в декабре.

Строганова Ольга, Новочеркасск, Россия

## Семинар «Приносить Ему радость», Мурманск, Россия

21 октября в Мурманском центре прошел семинар на тему «Приносить Ему радость». Подготовили и провели его для нас братья и сестры из Центра города Мончегорска. Всего в работе участвовало 29 человек. Этот семинар стал продолжением сентябрьского семинара «О служении» и продолжением развития братских отношений с Мончегорским центром.

После утреннего сатсанга все абхьяси разделились на малые группы. Говорили о радости, которую мы можем доставить Мастеру, себе, другим. Мы уже знаем, что без радости нет и духовности, но вот что такое радость, где её черпать и как – это обсуждали на встрече. Каждый старался поделиться своим пониманием, наблюдениями, опытом. Примеры удивительным образом дополняли друг друга. Оказывается, есть столько моментов, чтобы приносить радость нашему любимому Мастеру:

- помнить о Цели;
- выполнять свою практику

так, как Он просит;

- изменять свой характер самостоятельно;
- «В руках человека с характером сила – это хорошо. В руках человека с характером богатство – это хорошо. Всё хорошо в руках человека с характером».* (Из книги «Salient Features of Sahaj Marg» SMRI Series 4)
- распространять Его учение ежедневно, ежедневно, даже исподволь, просто поступая правильно, думая правильно, говоря правильные вещи, так, чтобы воздействовать ими на других людей;
- «Мы должны настроить наши жизни таким образом, чтобы всё, что приходит в контакт с нами, было улучшено. Всё, чего мы касаемся, должно получать божественность».* (Из книги «Salient Features of Sahaj Marg» SMRI Series 4)
- использовать любую возможность для встречи с Ним (приезжать к Нему, потому что он всегда счастлив видеть нас у себя);
  - воспитывать своих детей в духе Сахадж Марг;
  - выполнять волонтерскую работу, помня о том, что жизнедеятельность любого Центра и Миссии в целом зависит от наших усилий, порой невидимых;
  - принимать с благодарностью всё, что Он хочет нам дать, и быть благодарным за всё, что Он уже дал;
  - воспринимать действия и слова других людей как работу Мастера с нами;
  - молиться за других, если мы чувствуем такую необходимость (помимо молитвы в 21.00).

Всё происходящее вызывало чувство тихой радости, и очень не хотелось выходить из круга, разрывать эту связующую нить. Спасибо Мастеру за возможность приносить Ему радость, потому что эта возможность делает счастливыми и нас.

## Усть-Илимск



## Семинар «Радость быть в Его Присутствии»

Наши братья и сестры специально разработали этот семинар по рекомендации брата Нагараджа с целью мотивировать всех нас к серьезной и осознанной подготовке к радостной и долгожданной встрече с возлюбленным Мастером на русском семинаре в Индии. Было рекомендовано провести по этому случаю Полный день во всех центрах одновременно. Ниже приведены отзывы участников семинара.

## Усть-Илимск

Была теплая атмосфера. Читали Послания, работали в группах, работали с дневниками, слушали выступление Мастера на русском семинаре в Ченнае в 2012 году. И действительно, мы ощутили радость быть в Его Присутствии. Хорошая подготовка была для тех, кто поедет на встречу с Мастером впервые. Каждый, кто уже встречался с Мастером, поделился своим состоянием радости.

## Ростов

Было радостно осознавать, что в этот день во всех Центрах России мы объединены одной темой, а наши сердца – единым сатсангом и Его Присутствием.

Мы читали Послания из Светлого Мира, смотрели запись выступления Мастера, работали с каждой из предложенных статей. Для нас было важным пройти через Реальность наших состояний и обнаружить Его Свет в своих сердцах. Та группа людей, которая осталась на Полный день, могла обнаружить изменения своего состояния и увидеть ту духовную работу, которая происходит

с нами в Центре, а также отметить ту работу, в которой нуждается Центр как организация, как наш Дом. Второй сатсанг в 13.30 завершил работу Воскресного дня.

## Тулун

Нас было четверо. Сейчас в Тулуне практикуют восемь человек. Знаете, впечатление от семинара у всех осталось схожее: радость в сердце!

«Что мы можем сделать во время подготовки к нашему семинару, чтобы принести Ему любовь, радость и чистые, преданные сердца?» В этом вопросе мы нашли и ответы, и глубину, и напоминание... У нас появилась ответственность за то, с каким состоянием мы приедем к Мастеру. Как сделать его счастливым, как порадовать его? Всех объединило это намерение. Мы слушали выступление Мастера, читали цитаты из его выступлений. Провели работу в парах. Тема очень тронула наши сердца.

## Киев

Прозвучали вопросы: «В чем необходимость Учителя для меня?» «Присутствует ли радость в вашем сердце, что мешает ей проявиться?» «Что мы принесем Мастеру как дакшину?»

После визуализации встречи с Мастером мы искали ответы в своих сердцах и делились возникшими идеями и решениями. Вот некоторые из них:

- «Моя радость присутствия тихая, теплая и нежная»;
- «Бывает, я чувствую Его присутствие, как чистый поток, в котором нет ни радости, ничего. Тогда я стремлюсь создавать радость через служение людям или общение с Ним»;
- «Как ребёнок не может восполнить тепло и заботы матери, так и мы не можем ничего предложить гуру. Мы всё берём из Его творения. Всё, что мы можем – это взять с большой любовью и благо-



Киев

дарностью для того, чтобы передать это дальше»;  
- «Изначально душа радостна. В процессе жизни из-за тяжести самскар душа печалится. Когда Мастер избавляет нас от самскар, душа вновь становится радостной и дарит эту радость другим»;  
- «Радость – это естественное качество души»;  
- «Радость возникает от ощущения бесконечной любви, от единения с Мастерами, когда занимаешься любимым делом, от взаимопонимания, от присутствия божественного в жизни».

Далее был вопрос о Гуру-дакшина для Мастера. И каждый из участников предложил свой ответ. Кто-то захотел подарить Мастеру то, что умеет делать, а кто-то захотел подарить и своё внимание, участие и благодарность. Но все были едины в том, что поддерживать воспоминание о Мастере значит быть благодарным. Он раскрывает наши сердца, и мы дарим эту любовь миру.

После Полного дня все разошлись в радостном, приподнятом настроении. Мы были счастливы.

## Подготовка к встрече с Мастером

В Минском центре в порядке подготовки к семинару русскоязычных абхьяси в Индии с 28 сентября по 23 ноября 2014 года было проведено 9 семинаров: «Благодарность», «Общение», «Сахадж Марг – революция в духовности», «Роль женщины в духовной эволюции», «Как работает ум», «Сбалансированное существование» и три семинара «Позитивное мышление». Семинары проводились по воскресеньям.

Все семинары проходили в удивительной атмосфере присутствия Мастера. Была заметна работа, происходившая с нами, расширение нашего сознания. Много внимания на семинарах было уделено восприятию Мастера как Божественной личности и как человека.

Без всякого сомнения, семинары необходимы для воспитания характера абхьяси, формирования правильного общения, гармонизации личности. Мы приобрели грандиозный опыт благодаря этой серии семинаров.

*Туров Юрий, Минск, Беларусь*

## Семинар Центра CREST, Берлин

С 6 по 12 ноября в Берлине проходил 8-й международный молодежный семинар, в котором приняли участие 49 человек из Австрии, Беларуси, Германии, Голландии, Италии, Норвегии, России, Румынии, Швейцарии и Шотландии. Еще в 2011 году Мастер подчеркнул важность существования такого Центра для молодежи Европы. Тему семинара «Мир внутри» и подтемы для каждого дня дал Камлеш Патель. Проведению семинара такого уровня предшествовала серьезная подготовка: спикеры готовили разнообразные презентации, видеоматериалы, официальные данные научных исследований. Также организаторы содействовали в оформлении Шенгенской визы, что оказалось немаловажным.

Для меня по возвращении в Москву было открытием, что я отсутствовала всего неделю, а не год. Искренне желаю, чтобы все молодые абхьяси стран СНГ воспользовались уникальной возможностью пережить опыт семинара CREST, который позволяет не только углубиться в практику Сахадж Марг, но и прочувствовать то, что дается Мастером: внутренние изменения, которые не сразу можно осознать. Следующий семинар пройдет с 26 марта по 1 апреля 2015 года.

*Маслова Стелла, Москва, Россия*

Берлин

