



Недавно мы вернулись из Манапаккама, где с 9 по 16 февраля проходил третий семинар для русскоговорящих абхьязи. К Мастеру в его гостеприимный ашрам приехало более 750 абхьязи. Одновременно в Манапаккаме проходил семинар для латиноамериканских абхьязи, на который приехало примерно 150 человек.

Дары Мастера, как и время, проведенное рядом с ним, бесценны. Сохраним ли мы их и приумножим или растеряем в повседневной суете – зависит от нас. Перелистывая страницы дневников, давайте напомним себе о важных встречах и событиях, произошедших на семинаре, и поделимся со всеми теми истинами, которые мы открыли для себя, и бесценным опытом, который мы там приобрели.

## Глазами Мастера



Подготовка к семинару началась задолго до самого семинара. Это мог почувствовать каждый из нас, наблюдая за своими внутренними процессами, протекающими, возможно, с того самого момента, как брат Нагараджа привез нам приглашение на семинар от нашего Мастера.

Сам Мастер накануне семинара отправился в Тричи отдохнуть. Небольшой группе наших братьев и сестер посчастливилось быть с Мастером в это время. Мастер говорил о необходимости быть в простоте и созвучии с природой, о том, что особенно важно расставлять приоритеты и ценить время. Человеческие существа не представляют себе, что такое любовь, потому что ее можно познать только через наши отношения с Создателем.

Мастер поделился с нами тем, что Он никогда ничего не планирует, а просто начинает делать то, что необходимо, а дальше все происходит с Милостью Бабуджи.

Всех женщин Мастер призывал быть естественными и поменьше пользоваться косметикой. Быть собой, подобно тому, как «роза не стремится стать жасмином, а жасмин не хочет становиться розой». Мастер уделил большое внимание важности самостоятельной подготовки к семинару, очищению своего сердца.

Во время самого семинара Мастер жил в Гаятри, но Его работа с сердцем каждого из

нас была настолько сильна, что мы буквально тонули в Его Милости и Любви.



Встреча с Мастером состоялась в первый день семинара после утреннего сатсанга в аудитории “А”. Мастер хотел сказать нам что-то важное, но не смог физически. Все, что Он произнес: «Пожалуйста. Начинайте медитацию», и наши души устремились на зов Его любви. И это был самый бесцен-



ный и радостный подарок нашего Возлюбленного Мастера, ведь Его язык – тишина. Во второй раз Мастер встретился с нами 13 февраля после утреннего сатсанга. Он вместе с нами слушал выступление своего сына Кришны. После того, как Кришна закончил говорить, Мастер дал указание посадить вперед всех новеньких абхьязи и подарил нам еще один волшебный сатсанг.



15 февраля, на праздник Басант Панчами, Мастер провел утренний сатсанг, после которого поженит несколько пар, в том числе и русских. От всех участников семинара Мастеру подарили портрет Лаладжи, написанный Ольгой Строгановой из Ростова. В момент вручения подарка начался ливень,



загремел гром, засверкали молнии. Мастер сказал, что дождь – это всегда хороший знак в Индии, особенно в сухом месяце феврале.



Затем Мастер произнес невероятно трогательную и пронизывающую до мурашек по коже своей красотой и величием речь. Это были не слова о любви, это было состояние истинной Любви, которое Он вложил в нас. Мастер дал нам шанс пережить этот опыт безусловной любви, сравнивая ее с рекой, которая течет для всех, включая животных, растения и людей, независимо от пола, национальности и цвета кожи. Мастер призывает нас всех стать такой рекой любви, из которой мог бы напиться любой жаждущий без исключения, подобно говорил о том, что любовь не может быть только к определенному объекту: мужу, детям, – это привязанность, влюбленность. «Любовью не занимаются, Бог есть любовь» – подчеркнул в завершении своей речи Мастер.

В заключительный день семинара после утреннего сатсанга



Мастер пригласил всех нас на ланч. Участники семинара исполнили попури из народных песен и станцевали русский хоровод. Возлюбленный Мастер начал свою беседу с того, что сказал, что Вселенная – это вечное начало. Тем самым Он успокоил нас, что семинар не заканчивается, что наша с ним история любви будет продолжаться всегда. Он также поведал, что в Посланиях из Светлого мира пришла радостная весть о том, что уже несколько абхьяси Сахадж Марг достигли Высшей духовной цели. Он вселил в нас надежду и веру в то, что и мы можем достичь этого, если придем к состоянию истинной Любви и Сдачи.

Мастер подчеркнул важность регулярного чтения Посланий из Светлого мира, которые с Его благословения будут издаваться на русском языке. Большое внимание Мастер уделил рассказу о том, что, к сожалению, мы очень привязываемся к физической форме Мастера, тем самым теряя из виду главное: Его Божественную суть, а значит, лишаем себя возможности получить от Него все то, что Он хочет нам дать. И упомянул о том, что многие слишком поздно разглядели в Бабуджи эту суть, уже после того, как Он ушел. Мастер приглашал нас развить и укрепить свою связь с Ним внутри нашего сердца, тем самым дав Ему возможность, не отвлекаясь на внешние проблемы, сделать из нас то, что Он хочет сделать. И тогда каждый из нас однажды проснется и посмотрит на мир глазами Мастера.

И сбудется Его великая мечта.

*Елена Юшина, Москва, Россия; Алла и Игорь Ревенко, Кисловодск, Россия*

\*\*\*

Каждый день во время семинара проходили выступления и дискуссии. В этой заметке мы постарались собрать жемчужины той мудрости и опыта, которыми щедро делились с нами братья Камлеш, Кришна, Раджагопалан, Дурай, В. Вайкотт, Нагараджа и Самир.

Брат [Камлеш](#) Пател выступил на семинаре дважды. В своем первом выступлении он говорил о Любви и Сдаче. Он начал с того, что посоветовал участникам семинара погружаться между медитациями в атмосферу и удерживать



состояние. Надо стараться почувствовать, как меняется аромат состояния от медитации к медитации. Нужно соединять себя снова и снова с Мастером во время сидений, а затем размышлять над состоянием, которое получили. Говорилось о том, что сдача – это принятие с открытым сердцем всего: ситуаций, обстоятельств. Состояния сдачи нельзя достичь только чтением книг. Оно возникает в тишине сердца. Первое качество сдавшегося человека – он становится незаметным, тихим, он доступен всем, любит всё и всех.

Брат Камлеш напомнил о важности стопроцентного выполнения практики. Если мы не выполняем хотя бы один их трех основных элементов практики, то мы не достигаем полного результата, и цель потеряна. Полная сдача не означает, что не надо использовать свою силу воли. Я чувствую полную зависимость от Мастера, но я тот, кто делает это. Начав практику, доверьтесь процессу. Принимайте все: и хорошее, и плохое. Только если вы уверены в своей практике, вы начнете

наслаждаться процессом.

В следующем своем выступлении брат Камлеш предложил тему «Вибрации и отношение». Он напомнил, что в прошлом году говорил о том, что начинать подготовку к молитве утром нужно начинать с вечера. Это позволяет использовать ночное время. Таким волевым актом чтения молитвы устанавливается связь с Мастером, создается нетерпение проснуться и сесть в медитацию. Суть не в медитации, а в обращении к Богу: «Приди ко мне, я хочу быть единым с тобой». Когда мы потом медитируем, мы в состоянии ожидания, и практика выполняется с чувством любви. Не позволяйте практике стать обязанностью. В медитации мы садимся и приглашаем Мастера. Это ощущение тонкого присутствия. Когда я медитирую, происходит слияние с этим тонким присутствием. Медитация без любви, преданности, особого ожидания не даст результата. Надо обрести такое духовное состояние, которое создает вокруг особую вибрацию, которую мы несем с собой в течение дня. Постоянной работой над собой я повышаю свой уровень вибрации. Нужно определить, как вести свою жизнь. Сохранять баланс, какой был в начале Творения, работать над собой, чтобы достичь внутренних изменений, достичь цели, достичь баланса, который был до начала творения.

Брат [Дурай](#) выступил с темой «Божественные законы, или принципы». Брат напомнил слова Бабуджи о том, что Бог, создавая Вселенную, заложил частичку Божественности

в каждое сердце. Мы разные, но внутри мы – одно, поэтому мы хотим стать едиными с Богом. Но поскольку у нас есть огрубление вокруг сердца, кто-то должен освободить, очистить нас. Мы не можем осознать, что такое Божественность, Мастер должен привести нас. Он заострил внимание на том, что важно не ассоциировать Мастера с национальностью, формой. Когда мы принимаем



Мастера, он становится Мастером всех миров, всех ваших жизней. Послушание Мастеру должно быть основой наших отношений. Настоящее освобождение начинается, когда мы полностью подчиняемся своему Мастеру, и это новый уровень свободы – «свободы поступать правильно», как сказал Бабуджи.

Далее говорилось о том, что сердце определяет будущее, как материальное, так и духовное. Мы очищаем сердце, чтобы оно могло руководить, чтобы мы могли общаться «от сердца к сердцу». Наивысший закон – слушать сердцем, действовать сердцем, говорить сердцем, следовать своему сердцу.

Каждый человек ответственен за свою собственную эволюцию. Истинный абхьяси любит Мастера всем сердцем, выполняет работу для Мастера. В истинном абхьяси изменения происходят не только внутри, но и снаружи. Внешние изменения – наша ответственность. Мы должны использовать силу наших мыслей, чтобы руководить сердцем. Чтобы сохранить человечество, необходимы изменения в нас. Мы можем изменить весь мир, став истинными абхьяси.

Брат [Нагараджа](#) в своем первом выступлении предложил делать заметки и записывать, что происходит с нами внутри, и писать письмо Мастеру каждый день, отвечая на вопросы:

\* Хочу ли я сдать?

\* Использую ли я этот семинар так, как надо?

\* Что я должен делать здесь, на семинаре, для своего духовного блага?

Нагараджа поделился с нами тем, какие уроки он извлекает из семинара. Вот они.



Первый урок. Если я сам не знаю, как найти дорогу в ашрам, смогу ли я достичь этой точки? Если я не практикую, как положено, сможет ли это вдохновить кого-то?

Второй урок касается духовных качеств: веры, сдачи, сочувствия. Являются ли они просто словами? Или окном, чтобы увидеть, что находится за ними? Я почувствовал, что эти слова – состояния. Если работать в молитвенном состоянии, приходит сдача. Тишина, принятие, уважение очень важны, особенно на семинаре. Мастер отдал нам ашрам как гурукула, когда ученики живут в доме учителя. Как я должен жить здесь, в ашраме? Я получил ответ: я должен выполнять практику наилучшим образом. Из выступления брата Дурая я вынес то, что надо забыть проблемы, обрезать привязанность и быть в постоянном воспоминании.

Третий урок. Чувствовать, что семинар проходит под руководством Мастера, сделать усилие, чтобы понять, что в духовности приходит помощь.

Четвертый урок я вынес из выступления брата Камлеша: «Есть одна только цель – прийти к первоначальному состоянию, которое было вначале Творения. Совершенный баланс, присутствие, мир, тонкость – это Божественное. Все остальное – не божественное». Медитировать больше, чтобы понять, что такое Сахадж Марг.

Пятый урок. Место и время. С молитвенным состоянием удалить предубеждения и вернуться как одна семья. Забыть свои и чужие обиды и ошибки.

Шестой урок для меня – это замечательная возможность улучшить мой русский. Ждать Мастера здесь, не давить на него.

Во время своего второго выступления брат Нагараджа поставил перед нами такие вопросы: «Для чего этот семинар?», «Что я должен делать здесь?» Медитировать, развивать братство. Быть в сердце с Мастером. Но как? Если мы не найдем ответа на этот вопрос, мы многое упустим. В Сахадж Марг всё становится более и более тонким, и это приносит много радости. Наш ум должен быть как сад, а не как сибирский лес. Чтобы изменить характер, мы должны удалить из ума сорняки. Этот семинар дает нам эту возможность, и мастер посадит новые семена. Мы должны учиться принимать то, что Он дает нам. Мастер сказал, что духовность – это создание божественных качеств в сердце. Но что делать, если сердце закрыто? Надо уделять особое внимание девятичасовой молитве. В духовности в знании нет необходимости. Главное – опыт. Знание приходит из опыта.

[Раджагопалан](#) выступил с темой «Служение – это жизнь». Вокруг много людей, которые служат. Но служение Мастера – самое наивысшее – освобождает из тюрьмы земной жизни, это значит, что мы не будем больше рождены здесь. Не каждый абхьяси сотрудничает с Ним в этом. Метод прост,



путь прост, надо быть настойчивым. Почему мы должны служить Мастеру? Он готов служить и освободить нас. Мы практикуем и постепенно освобождаемся от негативных качеств и приобретаем божественные качества: сострадание, сочувствие, симпатию, любовь. И, когда становимся лучше, чувствуем благодарность. Как выразить свою благодарность? Служением Ему. Мы должны стать бескорыстными, служить другим. Эгоизм является причиной многих проблем. Поэтому служение своему гуру делает нас божественными.

Брат [Билл Вайкотт](#) выступил с речью «Дух Сахадж Марг». Вот основные моменты, на которых он остановился.



Для меня дух Сахадж Марг – как бензин для машины. Чем больше такого горючего, тем быстрее мы двигаемся. Основная борьба происходит со своей важностью, эго, с желанием быть впереди, заметным. Однажды я был с мастером в Сатхколе, и он сказал: «Билл, Вы не можете перестать критиковать других, пока не прекратите критиковать себя». Я имел мнение о каждом. Это серьезная проблема.

Что такое любовь? Как стать Любовью? Брат поделился своим опытом. Он говорил о том, что сначала решил почувствовать идею благодарности. Все, что есть в природе, принимать, как подарок. Потом думал о прощении, старался позволить другим ошибаться, не судить. Затем держал идею преданности. Этот термин очень глубок. Нужно иметь истинную веру. В чем различие между просто верой и истинной верой? Способ верить в невозможное. Истинная вера в том, что мы действительно верим, что это возможно.

\* Имейте полную веру в процесс в системе Сахадж Марг.

\* Работайте над собой, сделайте себя объектом работы.

\* Не имейте чувства вины: мы делаем все, на что способны.

\* Изучайте язык, на котором говорит Мастер. Вы научитесь понимать.

\* Зарабатывайте деньги. У вас будет возможность приезжать в Ченнай, строить ашрамы, поддерживать другие Центры.

\* Жить, дышать, существовать для Него – это ключ для нашего изменения.

«Сахадж Марг и моя жизнь» – тема выступления брата [Самира](#).

Как я понимаю Сахадж Марг в контексте трех аспектов: карма (практика, образ жизни), гьяна (знание того, что является нашей целью), бхакти (любовь и преданность)? Только любовь может соединить с Богом. А практика – это то, что подготавливает ум, сердце, органы чувств.



Сложности, возникающие в практике: инертность, лень, разочарование, сомнение, отсутствие интереса. Важно мотивировать себя. Мне помог аспект знания. Мы должны знать основополагающие принципы философии Сахадж Марг, знать из опыта, а не только из книг.

Мы не принадлежим этому миру. Каждый из нас имеет центр в божественном мире. Это помогло мне понять, в каком направлении двигаться. Мы должны убрать сопротивление и направить себя к центру. Наш ум – это сила, которая создает. Она создает характер, понимание учения Мастеров, чтобы я мог использовать мудрость, которая есть в каждом. Я увидел, что регулярная практика и способ жизни помогают нашей эволюции.

Многих абхьяси волнует присутствие мыслей во время медитации. Умственное состояние зависит от многих факторов: гнева, волнения. В этом состоянии трудно медитировать, поэтому надо развивать постоянное воспоминание. Все, что я делаю, я делаю с мастером. Воля мастера работает. Есть еще эффективная вещь: обращение к Мастеру за помощью. Большие изменения не происходят сразу, нужны вера и терпение.

К цели ведет нас не знание и практика, этого недостаточно. К цели ведет любовь к Мастеру. Должна быть полная сдача Мастеру, отсутствие сопротивления. Как проверить, сдался ли ты Мастеру? Если возникают негативные эмоции: страх, высокомерие, ненависть, – нет принятия, нет сдачи. Как развивается сдача? Мы вначале верим мастеру, чувствуя положительный эффект. Мы можем ускорить процесс, развивая любовь. Говорите: «Мастер, я тебя люблю. Пусть воля мастера проявляется через меня». Я желаю, чтобы каждый получил от мастера то, что мастер хочет нам дать, а мы были готовы принять.

Брат [Кришна](#) выступил с темой «Моя жизнь в Сахадж Марг».

Что важно в жизни? Кришна рассказал нам о трех событиях, которые сильно повлияли на его духовную жизнь. Когда мы были во Врадс Санде, мы получили известие о



гибели одного брата из Германии. В этот момент во мне что-то сломалось. Я сидел и плакал с шести утра до шести вечера. Я понял, как мало мы контролируем свою жизнь. Мы строим свои планы, но у души свой план. И этот план воплотится, когда мы меньше всего этого ожидаем. Только в этот момент я стал настоящим абхьяси.

Следующее событие, которое повлияло на меня, произошло в Сатхколе. Мастер говорил о милости, о сочувствии, о ценностях, любви, братстве. В этой речи я увидел Мастера, который ближе всех к богу. Я плакал два часа, упал на колени и просил прощения за свое поведение.

Третье событие произошло в июле-августе прошлого года. Это самые тяжелые месяцы в моей жизни. Что делать, когда Мастер страдает? Скажу, что я никогда не страдал столько. Я думал, что если Христос был сыном бога, почему он позволил, чтобы его распяли? Для Мастера это новая инкарнация сегодня. До этого периода он был человеческим существом, но полным божественности. С августа 2012-го он стал полной божественностью. Я благословлен со всеми вместе, что был свидетелем происшедшего. Я был бы дураком, если бы не позволил этому повлиять на меня тоже. Мастер должен был пройти через страдания, возрождение, чтобы перейти из человеческого существа в божественное. И это трудно сделать за одну жизнь. Я изменился, и сейчас работа продолжается должным образом.

Мы должны перестать быть пассивными наблюдателями и переключить свое внимание внутрь. Это возможно, если мы изменим себя, привнесем в себя истинные ценности, станем такими, какими Он хочет, чтобы мы стали. Тогда мы сделаем его по-настоящему счастливым.

*Светлана Анискевич, Ольга Гридасова, Минск, Беларусь*

## Молодежная программа

Для молодых абхьяси стран СНГ, Балтии и Латинской Америки во время семинара была проведена специальная молодежная программа, которая состояла из нескольких частей.

В первый день программы брат Хуан из Венесуэлы провел презентацию новой инициативы нашей Миссии под названием «Глобальная молодежная сеть», целью которой является объединение молодых и активных абхьяси по всему миру. Главным инструментом, который позволяет объединить молодежь из разных концов земного шара и способствовать эффективному общению, является вебинар – онлайн-семинар, реализованный в сети интернет, участвовать в котором могут до 1000 человек одновременно. На вебинаре можно послушать выступления приглашенных спикеров на актуальные для молодежи темы, задать вопрос спикеру и получить ответ, услышать новости с разных континентов о предстоящих молодежных мероприятиях. Брат Хуан рассказал о том, как зародилась эта инициатива, о полученном важном опыте проведения и участия в вебинарах, о структуре команды, которая занимается их реализацией, и поделился с



нами планами команды на ближайшее время.

Во второй день участникам было предложено поделиться своими идеями по развитию молодежного направления в нашей Миссии. Было озвучено множество интересных предложений, среди которых было, например, проведение Всемирного Молодежного семинара в Индии, организация онлайн ресурса для постоянного общения молодежи и обмена информацией. Много было сказано о важности развития теплых братских отношений внутри Миссии и за ее пределами.

Продолжением программы была реализация совместного творческого проекта: музыкального подарка от молодежи нашему Мастеру. К созданию музыкального подарка все подошли с энтузиазмом и фантазией. Было решено снять солнечный и радостный музыкальный клип с песней на английском языке. Репетиции, запись песни в новой



медиастудии ашрама – все это сделало нас ближе, ведь ничто так не сближает, как работа над общим проектом, да еще над таким веселым и интересным! Видеоклип был смонтирован в ашраме и подарен Мастеру в последний день семинара за общим ланчем. Теперь его можно смотреть у себя в Центрах и согреться теплом и любовью, переданными нашими сердцами на экран.

*Ольга Коновалова, Москва, Россия*

*Мария Церлюкевич, Минск, Беларусь*

## Культурная программа

### Взгляд изнутри

Так получилось, что во время февральского семинара в Ченнае я занималась подготовкой культурной программы. Хочу поделиться своими впечатлениями о нашей кипучей деятельности и передать свой взгляд «изнутри».

Многие могут скептически заметить: «Зачем нужна эта программа? Мы не для этого в ашраме, на семинаре это что-то лишнее». Но могу сказать, что, может быть, и согласилась бы с таким мнением, если бы не видела тех изменений, которые происходят с людьми в процессе подготовки, репетиций, всех рабочих моментов и выступлений. Коллективное творчество делает нас чуткими, легкими, гибкими, помогает открывать сердца, быть способными работать в команде, учит умению слушать друг друга. Быть настоящей семьей – братьями и сестрами.

Во время подготовки культурной программы чувствовалось, как Мастер работает с нами, с каждым в отдельности и со всеми вместе. Его присутствие и «Его рука» ощущались очень отчетливо. Сцена всегда была не



простым местом для человека, стремящегося к духовности. На сцене особенно явно проявляется человеческое эго, расцветают амбиции и тщеславие, но благодаря Мастеру и атмосфере ашрама нам удалось преодолеть эти артистические сложности. И все наши эмоции, чувства и взаимоотношения друг с другом были гармонизированы.



Конечно, все получилось не сразу. Вспоминается наша первая встреча-репетиция, где люди стремились перекричать

друг друга, боясь не быть услышанными... Всем хотелось поучаствовать в концерте, были подготовлены номера, очень хотелось спеть и станцевать для Мастера. Но все это было больше похоже на «показать свое Я», а не поделиться частичкой света и тепла с другими. Чувствовалась тяжесть в атмосфере, и, как сказала Елена Белик, «концерт для Мастера уже звучит, но, кажется, он Ему не очень нравится». И в этот раз на семинаре появилась интересная идея. Чтобы не утруждать Мастера, мы решили провести концерт в новой форме: сделать запись наших концертных номеров на диск, а затем подарить этот диск Мастеру, чтобы он в любое удобное время смог посмотреть его.



Три вечера подряд Игорь Ревенко кропотливо снимал на видео всех желающих преподнести свой музыкальный подарок Мастеру. Приятно, что были записаны детские номера, которые родились в Ченнае под руководством сестер из Минска. И особенно приятно, что на диск были записаны номера братьев и сестер из Латинской Америки, участвовавших в семинаре, а также международный дуэт брата Дмитрия из Москвы и сестры из Бразилии. Счастливым моментом программы было исполнение песен межнациональным хором. Мы разучили песню «Свет и радость» и придумали попурри: нам было очень забавно соединять и разучивать песни разных народов. Благодаря культурной программе, мы сблизились, стали единым голосом, единым сердцем и единой семьей.



С нетерпением жду следующих наших встреч с братьями и сестрами и надеюсь на новые, яркие, позитивные, жизнеутверждающие номера культурной программы, звучание которых увеличивало бы пространство Света во всей Вселенной.

*Алина Криштоп, Санкт-Петербург, Россия*

## Волонтерская работа

Работали все вместе: абхьяси из разных стран, говорившие на разных языках. И что удивительно (а может и не удивительно), все прекрасно понимали друг друга, так как мы разговаривали на едином языке, языке наших сердец. Мы смеялись, общались (на английском, а бывало, и жестами), и работа шла легко и быстро. Таким образом, это помогало всем нам объединиться, стать действительно одной семьей, семьей Сахадж Марг.



Когда мы работали (мыли посуду, убирали территорию ашрама или медитационный зал, а то и таскали кирпичи), время всегда пролетало незаметно. Многие тесно сдружились. А самое приятное, что можно было почувствовать, выполняя волонтерскую работу, – это то, что твоя работа – служение нашему Мастеру. И именно это чувство, чувство любви к Нему, сближало всех нас.

*Анна, Минск, Беларусь*

## Первая встреча с Мастером

Вот и началось мое волшебное путешествие к Мастеру. Такая далекая и недоступная Индия совсем рядом: сижу в самолете, смотрю в иллюминатор, наблюдая, как восходит солнце. А сердце сладко вздрагивает, предвкушая встречу. И я уже чувствую, что Мастер совсем близко, как он касается моего сердца... И по всему телу идет дрожь, как будто маленькие разряды тока от пяток до макушки. Так здорово осознавать, что в каждом из нас есть божественный свет, как важно его увидеть, как важно его рассмотреть.

Вот самолет коснулся земли, и мы на священной земле, земле духовности и просветления. Запах Индии ни с чем не спутаешь: тяжеловатый, влажный и такой сладкий, пропитанный благовониями. Погружаюсь в атмосферу этой страны: наряду с проезжающими дорогами автомобилями жуткая грязь и нищета. Влажный воздух, пыль липнет к коже, проникает в глаза... Но чудо: на грудке мусора можно увидеть такой цветок, который затронет сердце, перевернет душу. Все на контрастах, которые позволяют оценить всю прелесть Индии. Когдаходишь в ашрам, все по-другому: размеренно и спокойно течет своя жизнь. Маленький островок любви и света, созданный руками Мастера.

Второй день в ашраме. Сегодня все готовятся к встрече

с Мастером. Чувствуется волнение во всем. И вот он появляется, по моему телу проходит дрожь. Удивительный человек, который может уделять внимание всем сразу, и при этом ты не чувствуешь себя обделенным. Такое ощущение, что он пришел только к тебе, и будет общение только с тобой.



Мастер уходит, но его присутствие чувствуется во всем. Это присутствие останется на всю жизнь...

Мастер говорит, что не стоит тратить время впустую, ведь жизнь такая непредсказуемая; учитесь отдавать не только материальные вещи, а любовь из своего сердца, любовь к человечеству, ко всему живому на Земле. Когда мы позволяем любви протекать через нас, мы сами становимся любовью.

Не перестаю благодарить Мастера за это удивительное путешествие. Хочется возвращаться сюда снова и снова. Я думаю, что здесь я оставлю свое сердце, и меня будет сюда тянуть всю оставшуюся жизнь...

*Наталья Шахова, Курск, Россия*

\*\*\*

Я первый раз в Индии, в первый раз увидела Мастера. На семинаре понравилось то, что выступающие говорили о личных переживаниях, практическом опыте в духовности. Это вселяет уверенность в возможности достижения Цели любым абхьяси.

Домой из Ченная я привезу новые знания о практике, невероятное состояние и взгляд Мастера, когда наши глаза встретились.

*Элеонора Чередниченко, Ростов-на-Дону, Россия*

## Алхимия сердец

Из самого сердца идут слова благодарности за приглашение, за организацию семинара. Радость от нахождения в семье, где все братья и сестры. Семинар был огромной практической работой, где шла работа над формированием характера. Были получены ответы на многие вопросы. Произошла такая алхимия человеческих сердец, в которых неиссякаемым потоком течет любовь. Легко с Мастером верить в себя и творить новое будущее, которое хочет видеть Мастер. Да свершится Воля Его. Этот семинар поднял нас на качественно

новый уровень духовного развития.

*Казахстан*

## Встреча семьи

Слово «семинар» для нас носит скорее условный характер, потому что это была встреча семьи, которая так многочисленна и многонациональна. Мы собрались все вместе с разных концов континента, чтобы внимать мудрости и наставления Отца. Мы слушали наших старших братьев и сестер, учились здесь практическим навыкам жить так, как учит Мастер.

*Айгуль, Киргизия*

## Полет продолжается!

Как птенцы, ощутив радость первого полета, вновь устремляются ввысь, так и мы, абхьяси, чуть приподнявшись в ашраме над суетой быта, с трепетом устремляемся к общей цели: слиянию с Божественным, ощущая новые изменения в себе и других.

Новичков захлестывают эмоции, которыми хочется поделиться с другими. Практикующие учатся большей сдержанности, заглядывая все глубже внутрь себя, старательно изучая на практике язык Бога – тишину. Их тихая, глубокая радость отражается в мягкости движений, в не многословии и в каком-то особо нежном свете в глазах.

Жизненный опыт в Сахадж Марг давно практикующих абхьяси и наставников, особенно братьев, родившихся в Индии и впитавших духовность с молоком матери, помогают углубить и расширить знания, применить их в своей практике.

Выступающие на семинаре подчеркивали необходимость Постоянного Воспоминания, ежедневного вдумчивого прочтения Посланий из Светлого мира, важность выполнения ежедневной практики. Стало понятно, что семинар прошлого года был подготовкой этому к семинару. Ощущалась работа на разных планах, результат изменений был очевиден. Я ощутила более тесную и глубокую связь со своим высшим «Я», ощутила жажду к дальнейшей работе. Наша задача – суметь сохранить состояние, не «расплескаться» и поделиться им с другими. Пример этого – сама Природа и наш Мастер. Полет продолжается! Благодарю!

*Галина Лазарева, Мурманск, Россия*

## Благодарю себя за встречу с Сахадж Марг

Впервые я услышала о Сахадж Марг 6 января 2013 года. Сегодня, 15 февраля, я переполнена чувствами, которые трудно поддаются описанию.

Знаю, что некоторые братья и сестры не приехали на семинар в Ченнай из-за своих страхов: страха оставить свои дела, страха, что не поймут родные и близкие люди, перед перелетом, перед пребыванием в другой стране. У меня был единственный страх: совсем немного зная о Сахадж Марг, я знала, что Передача усиливает любые внутренние тенденции человека, и я боялась, что вибрации ашрама и Передача Мастера усилят и проявят самые нехорошие качества моего характера.

Наверное, это все-таки произошло со мной. Другие

эмоции также переполняли меня. За несколько дней, которые я провела в ашраме, испытала очень сильные чувства: иногда мне хотелось плакать, иногда – смеяться, иногда мне было очень стыдно за некоторые вещи, которые я делала раньше. Иногда сомнения терзали меня, а иногда я испытывала чувство огромной благодарности и счастья. Также я почувствовала огромную потребность любить и быть любимой.

Сегодня, слушая после утреннего сатсанга речь Мастера, я в очередной раз пожалела о том, что до сих пор не знаю английский язык настолько хорошо, чтобы понимать, о чем говорил наш Мастер.

Самое невероятное произошло позже. После обеда мы слушали в аудитории перевод утренней речи Мастера. Я не могла поверить своим ушам! Каждое слово Мастера как будто было произнесено для меня лично. С каждой новой фразой я получала ответы на те вопросы, которые беспокоили меня в последнее время. Очень простыми словами Мастер говорил об очень важных жизненных проблемах.

Благодарю Мастера за ту огромную работу, которую он делает для каждого из нас! Благодарю всех братьев и сестер, которые посетили семинар, за поддержание той атмосферы любви, счастья и радости, которой был насыщен воздух ашрама в эти чудесные дни. Благодарю переводчиков, доносивших до нас смысл того, о чем говорили нам англоязычные братья и сестры. Благодарю себя за встречу с Сахадж Марг!

*Алена Антошко, Ростов-на-Дону, Россия*

## Рай на Земле

Разве может что-то не понравиться в ашраме в Манапаккаме? Ощущение покоя и благодати возникает сразу, как толькоходишь в ворота ашрама. Это райское место на Земле. Все мелкие шероховатости и недопонимание, которые порой возникают, быстро исчезают в этом океане Любви, улыбок, теплых приветствий.



Конечно, особый восторг – это появление Мастера. Огромная радость, что он приезжал на встречу с нами, вел сатсанг, произнес речь и выглядел бодрым и даже помолодевшим.

Большая благодарность всем наставникам, которые выступали перед нами, и Камлешу Пателю. Их выступления были интересными и поучительными.

*А. Кузнецова, Мончегорск, Россия*

## Тепло родительского дома

Сатсанги три раза в день, незнакомая острая еда, приятные люди с темной кожей и белозубой улыбкой. Очень жалела, что не могла говорить с ними. Было здорово, что говорят они на языке сердца, и с помощью сердца и жестов мы понимали друг друга. Благодаря тому, что отпала необходимость какое-то время жить в привычном социуме, появилась возможность взглянуть на себя изнутри. Охватила радость, что с помощью мастера там много светлого и хорошего. Просторы ашрама позволяли побыть одной и ощутить связь с Мастером.

Уезжая домой, в холодный Усть-Илимск, я увезу с собой уют и тепло родительского дома, который я здесь нашла.

*Зоя Поспелова, Усть-Илимск, Россия*

## В молитве нас много, и это – огромная сила

В 2013 году на русском семинаре Эстонию представляли шесть человек, из них один префект и один участник только что получил значок префекта.

В этом году атмосфера семинара немного иная. Возможно, это связано с тем, что Мастер не находился постоянно в ашраме, и видели мы его гораздо реже. Зато, на мой взгляд, мы все стали сплоченнее, ближе. Мы стали больше обращать внимания друг на друга. Нас объединила молитва за здоровье Мастера.

Конечно, мы все понимаем, что возраст Мастера и его болезни не позволяют ему уделять нам больше внимания, но разве больше этого может быть что-то еще? Физически – нет, но, закрыв глаза и вспомнив о нем, мы понимаем, какой нежной, непрестанной заботой мы окружены, как светятся его любовью наши сердца.



Так хочется отдать все, по мере своих сил, но этого все равно не хватит, чтобы выразить свою благодарность Ему. Самое простое и доступное, что мы можем сделать, это молиться о его физическом здоровье. В этой молитве нас много, и это – огромная сила.

*Анна Квашнина, Таллинн, Эстония*

## Опыт любви в гурукула

750 сердец задолго до приезда к Мастеру предвкушали это событие, готовились к этой встрече.

Для многих участников семинара эта встреча с Мастером стал опытом гурукула, то есть жизни в доме гуру, когда у



каждого выстраиваются сердечные отношения с Мастером, и каждый получает уникальный опыт в его доме. Осознание



ценности встречи с Мастером после его тяжелой болезни было как чудо и как дар небес. Поэтому с одной стороны, мы радовались каждой малейшей возможности увидеться с ним, а с другой стороны, мы ни в коем случае не хотели утруждать его излишним стремлением попасть к нему любой ценой.

Любовь Мастера окружала весь ашрам, всю нашу группу и каждое отдельное сердце, которое «варилось» в духовной любви нашего Мастера. Во время пребывания в ашраме мы старались оставить за воротами все свои заботы, проблемы, мысли о будущем и отдаться вибрации гурукула. Мы погрузились в размышления о Видении Мастера, о Любви, о сдаче и том, как использовать свою жизнь так, чтобы ее цель совпала с Его Видением.

До скорой встречи, любимый Мастер! Мы знаем, что на следующей встрече в твоём доме будет тысячи и тысячи любящих сердец...

*Алла и Игорь Ревенко, Кисловодск, Россия*