

Послание

Дааджи

по случаю празднования  
151 года со Дня рождения

Пуджы Лаладжи Махараджа

Февраль 2024 г.





# Будьте радостными

*«Будьте счастливыми абхъяси, светящимися. Позвольте своему сердцу не только выражать себя, но и покажите, что следовать духовному пути — это благородное дело, которое делает вас счастливыми, даже если ваша материальная жизнь нелегка. Если вы хорошо поняли, куда ведет этот путь, то вы должны проживать моменты несчастья так, чтобы не быть глубоко затронутыми».*

Лаладжи Махарадж, воскресенье, 27 июня 1999 г., 10.00

*«Не думайте, что духовный подъем ассоциируется с печалью. Мы радостны, не забывайте этого».*

Лаладжи Махарадж, понедельник, 14 августа 2000 г., 17.00

*«Будь сильной и счастливой, ты хорошо знаешь, что “радость притягивает милость”. Тогда будь безмятежной и улыбайся во имя любви ко мне».*

Бабуджи Махарадж, воскресенье, 14 июня 1998 г., 11.30



Пуджя Бабуджи выделил **готовность** как единственное условие, необходимое для практики Сахадж Марг. В понимании моего сердца готовность означает практиковать с радостью. Счастливое, радостное сердце автоматически привлекает милость. И наоборот, нерасположенное сердце, отягощенное горечью, гневом и желаниями, отклоняет потоки милости, нисходящие свыше. Мастера хотят, чтобы мы с радостью участвовали в нашей трансформации. Принципы, изложенные ниже, даны для того, чтобы способствовать развитию радости.

## 1. Устраните обусловленность, созданную родителями, обществом и вами самими.

Наше эмоциональное состояние, как правило, обусловлено страстями и неприязнями, а также ценностями, привитыми нам из внешних источников — например, родителями и обществом — и приобретенными из жизненного опыта. Разве радость может укорениться в сердце, которое может быть счастливо только при определенных условиях?

Бабуджи сказал: «Счастливый человек счастлив при любых обстоятельствах». Радость ничем не обусловлена. Она расцветает, когда мы не выдвигаем никаких требований, чтобы определенные условия были выполнены. В состоянии желания наше счастье основано на предвкушении исполнения желания. Если желание остается неисполненным, мы разочаровываемся и падаем духом. Наш эмоциональный маятник отклоняется от счастья к несчастью. Когда наше счастье чем-то обусловлено и это условие не выполнено, счастье не приходит. Мудр тот, кто осознает тщетность желания. В конце концов искатель приходит к пониманию, что радость не зависит ни от каких мирских объектов.

С помощью йогической Передачи практикующий с самого начала испытывает высокие состояния, что автоматически устраняет



интерес к более низким удовольствиям и привязанность к ним. Это естественное различие между высоким и низким составляет сущность *вивеки*. Непривязанность, в свою очередь, автоматически развивается в отречение — *вайрагью*. Традиционные системы не достигли успеха, потому что не смогли создать высокие состояния в их последователях. Без ощущения чего-то более высокого отречение не приносит радости, поскольку искатели находят, что отречение только лишило их мирских удовольствий, не заменив его чем-то более тонким. Они становятся жертвами синдрома упущенной выгоды (FOMO). Убеждение, что мирские люди получают больше удовольствия и испытывают больше радости, укореняется в таком сердце, которое остается подверженным культурному и личностному влиянию. Именно поэтому в традиционных системах отшельники проводили жизнь в лесу, подальше от любых внешних соблазнов, которые могли бы пробудить их самсарические рецепторы и втянуть их обратно в мирскую жизнь.

## 2. Не ожидайте!

Не ищите идеального совершенства в других. Представьте себе семейную пару, которая постоянно ссорится из-за мелких неурядиц. Им не хватает смелости разойтись, и их совместная жизнь остается безрадостной. Если вы ищете совершенство в других, особенно в своих близких, и находите, что они не соответствуют вашим ожиданиям, это может вскоре привести к неприязни, и в результате поток любви прекращается. Такая застывшая любовь — это своего рода самоубийство. Человек может пытаться измениться или притворяться, что изменяется, с помощью фальшивых улыбок, фальшивого этикета и фальшивого поведения, но тогда фальшь начинает преобладать. Это создает обстановку, которая является вершиной фальши и притворства. Из этого можно сделать вывод: чтобы быть радостными, ничего не ожидайте.



### 3. Никогда не торгуйтесь.

Это очень важный вопрос в нашей жизни. Некоторые заявляют: «Я сделал, что мог», — и снимают с себя всю дальнейшую ответственность. Естественно, их собственная радость испаряется. Если щедро давать, это порождает радость, а если быть скупым, радость истощается. Чем больше вы делаете для других из любви, тем больше вы хотите делать. Если вы будете откладывать любовь или служение до тех пор, пока ваши требования не будут удовлетворены, это вызовет цунами страданий. Печально, когда человек говорит: «Я любил ее, но она не ответила взаимностью». Я должен понять, что могу только отдавать и никогда не должен ничего требовать от других, иначе отдача превратится в простую сделку. Сделка может доставить временное удовольствие, но она никогда не принесет истинную радость. Люди не щадят даже богов и богинь в храме. Там тоже главным занятием остается торг: «Пожалуйста, Бог, если ты мне дашь **это**, я сделаю для тебя **то**». Разве вам не стыдно заключать такие низменные сделки с Божеством, которому вы служите и которое любите? Или вы делаете это только из эгоистических побуждений? Когда вы внутренне знаете, что вы обманщик, разве возможна истинная радость? Тот, кто обманывает других, в конечном счете обманывает лишь себя.

### 4. Будьте благодарны всем.

Благодарность возникает в основном тогда, когда то, что мы получили, превосходит наши ожидания. Как нам постоянно пребывать в состоянии благодарности? Ничего не ожидайте. Тогда всё, что к нам приходит, мы воспринимаем как бонус и принимаем это с благодарностью. Чувствовать удовлетворенность — это хорошо, но благодарность — это нечто большее, поскольку она воспринимает всё, что происходит, как подарок, как жест любви Возлюбленного. Если воспринимать все дары



*Чувствовать удовлетворенность — это хорошо, но благодарность — это нечто большее, поскольку она воспринимает всё, что происходит, как подарок, как жест любви Возлюбленного. Если воспринимать все дары как Божественные Благословения, это создает глубокую связь с Дающим и вызывает сильный прилив радости.*

как Божественные Благословения, это создает глубокую связь с Дающим и вызывает сильный прилив радости.

## 5. Полностью выполняйте свои обязательства перед собой и перед своими близкими.

Вы не можете в полную меру наслаждаться тем, что было украдено. Если вы украли манго, оно не будет таким же сладким, как то, которое вы приобрели честным образом. Некоторые пытаются спрятать внутреннюю тяжесть под маской гордости и удовольствия от кражи, но это лишь маскирует их чувство вины. Подобным образом пренебрежение священными обязанностями по отношению к себе и другим лишает эти обязанности важнейшего ресурса времени, необходимого для их выполнения. Тогда деятельность, которой мы занимаемся вместо этого, потеряет прелесть и будет сопровождаться определенным уровнем скорби по утраченным эволюционным возможностям.

И наоборот, выполнение священных обязанностей открывает возможности для безграничного проявления радости. Радость считается *саттвическим* состоянием. Она сопряжена с тонкой деятельностью, в отличие от *тамасического* стремления к удовольствиям и *раджасического* преследования амбиций. Любая деятельность становится *саттвической*,



если выполняется в божественном сознании. Это очень важный момент, поскольку, будучи воплощенными духовными аспирантами, мы одной ногой находимся в Светлом Мире, а другой — на Земле. Не всякая мирская деятельность может быть *саттвической* по своей сути, однако, благодаря Постоянному Воспоминанию, мы можем выполнять все действия *саттвическим* образом, с радостью. В состоянии внутренней непривязанности наши действия лишены транзакционных мотивов. Мы выполняем действия с чистым чувством игривости, выполняя их ради их внутренней ценности, не ожидая личной выгоды и не преследуя скрытых целей. Жизнь того, у кого нет привязанностей, наполнена игривостью и радостью. Это один из аспектов *нишкам-кармы* — действия без желания.

## 6. Учитесь прощать.

Разве радость может сосуществовать с горечью или мстью? Мы должны научиться прощать. Прощение означает великодушие — качество, живущее в благородном сердце того, кто по-настоящему отрекся. Вспомните знаменитую историю о Господе Кришне, Карне и Арджуне: Арджуна, враг Карны, спросил Господа Кришну о том, почему Карна пользуется репутацией щедрого человека. Господь Кришна создал две горы золота и попросил Арджуну раздать всё золото за один день.

*В состоянии внутренней непривязанности наши действия лишены транзакционных мотивов. Мы выполняем действия с чистым чувством игривости, выполняя их ради их внутренней ценности, не ожидая личной выгоды и не преследуя скрытых целей. Жизнь того, у кого нет привязанностей, наполнена игривостью и радостью. Это один из аспектов нишкам-кармы — действия без желания.*



Арджуна изо всех сил старался раздать золото. Сколько бы он ни отдавал, горы, казалось, не уменьшались. К концу дня две золотые горы всё еще стояли. Господь Кришна позвал Карну и попросил его раздать две золотые горы. Карна сказал первым двум прохожим: «Эта гора — ваша, а та — ваша». Он выполнил эту работу за несколько секунд с помощью одного акта отречения. Настоящий отреченный полностью лишен чувства «мое», поэтому его щедрость становится безграничной.

Прощение — это также акт великодушия, когда мы не привязываемся к тому, что у нас украли. Горечь не может сохраняться при наличии отрешенности и отречения. Прощение становится естественным и автоматическим.

## 7. Не питайте ни ревности, ни зависти, ни предубеждения.

Мы не должны хранить такие яды в своем сердце. Когда другой человек обладает предметом наших желаний, это напоминает нам о том, чего нам не хватает, и мы можем начать испытывать к нему злобу. В результате возникает вражда. Эта проблема тоже является следствием чувства «мое» — одного из проявлений эго.

Бабуджи называл предубеждение «величайшим препятствием на пути». Оно возникает из гордости и является еще одним проявлением эго. Бабуджи советует вместо этого развивать смирение, напоминая нам: «Бог живет внутри каждого, поэтому нет никаких оснований относиться к кому-либо с ненавистью».



## 8. Стремитесь к «всё больше и больше всё меньшего и меньшего».

Радость — это легкость. Это значит быть необремененным, необусловленным, свободным от желаний и безразличным к их объектам. Именно такую легкость и свободу несет в себе *шаранагати*. Это не что иное, как радость. Весь поток жизни направлен на непривязанность, или свободу. Только сердце, лишенное желаний, не несет ни малейшей ноши. Поэтому мы стремимся к «всё больше и больше всё меньшего и меньшего».

Метод для этого — сдача. Почему для расцвета радостного сердца необходима сдача? Только в сдаче мы можем освободиться от бремени, отпустив всё, от чего мы зависели, что так тяготило наше сердце.

Господь Кришна: «...примите прибежище только во Мне. Я освобожу вас от всех грехов...»

Господь Христос: «Я есмь путь и истина и жизнь».

Бабуджи Махарадж: «...будьте безмятежны и улыбайтесь во имя любви ко мне».

Приведенные выше высказывания могли бы показаться эгоистичными, но сами мастера лишены эго. В акте сдачи они трансформируются. Молитва невозможна без благодарности и *шаранагати*. Отсутствие *шаранагати* означает, что между искателем и Богом всё еще существует некий барьер. Эта стена создает разделение между Творцом, Существованием, и творением. При таком разделении, разве возможен осмос между этими двумя измерениями? Если невозможен даже простой обменный механизм осмоса, как можно ожидать полного слияния? Творец всегда



*Радость — это легкость. Это значит быть необремененным, необусловленным, свободным от желаний и безразличным к их объектам. Именно такую легкость и свободу несет в себе шаранагати. Это не что иное, как радость. Весь поток жизни направлен на непривязанность, или свободу. Только сердце, лишенное желаний, не несет ни малейшей ноши. Поэтому мы стремимся к «всё больше и больше всё меньшего и меньшего».*

делает всё доступным в полном объеме. Вопрос в следующем: «Доступен ли я в равной степени, со смирением и любовью?» Истинная инициация происходит тогда, когда мы переходим от простого состояния *абхьясы*, последователя пути и расцветаем в того, кто полностью сдался.

Однажды Бабуджи написал Чариджи: «Я хочу видеть сияние в сердцах абхьяси». Как практикующий Сахадж Марг, я спрашиваю себя: «Как мне сделать так, чтобы это произошло внутри меня? Как мне создать это сияние в своем сердце? Почему сияющие звезды на небе моего сознания всё еще скрыты за облаками?»

Образуются облака различной плотности — одни из-за эго, другие из-за невежества, третьи из-за беспрестанных всплесков дымящихся темных желаний разного рода. Всю жизнь мы заняты тем, что играем с этим красочным пейзажем неба сознания. К сожалению, из-за этого мы остаемся занятыми, зависимыми от тех или иных вещей. Когда мы сдаемся, освобождаясь от эго, облака рассеиваются, и мы становимся по-настоящему независимыми.

Как нам сдаться? Бабуджи отвечает: «Создайте зависимость».



Когда мы зависим только от Него, всё остальное теряет свою власть над нами. Наше обусловленное существование становится необусловленным, и мы обретаем свободу. Когда мы сдаемся в подлинном смысле этого слова, зависимость от мирского исчезает. Только тогда в сердце появляется блеск и сияние. От такого сердца исходит благоухание радости.

## 9. Будьте в гармонии с Природой.

Быть в гармонии с Природой — это результат «всё больше и больше всё меньшего и меньшего». Бабуджи пишет: «Природа — это сама суть простоты». Во время вечернего очищения мы удаляем загрязнения и сложности. Когда мы удаляем загрязнения, остается чистота. Когда мы удаляем сложности, остается простота.

## 10. Пусть сострадание будет к другим, а не только к себе.

Сострадание, как и правосудие, должно быть беспристрастным. Оно должно распространяться на всех без предубеждений, предпочтений и дискриминации. Сострадание к себе — лишь одно из его проявлений. Но многие люди ограничиваются этим, довольствуясь состраданием только к себе, оставаясь бесчувственными к другим. Это не «сострадание» в истинном смысле, а всего лишь эгоизм. Разве можно оставаться радостными, когда вокруг нас страдают другие? Человеческое сердце не может оставаться равнодушным к страданиям других. Духовные традиции мира призывают нас культивировать сострадание и другие альтруистические качества доброжелательности. Например, в сутре I.33 из «Йога-сутр» Патанджали советует нам развивать дружелюбие, сострадание и радость, а к тем, кто плохо поступает, — безразличие.



В буддизме эти же четыре качества называются *брахма-вихара*, или неизмеримые качества. Эти четыре качества также вместе упоминаются в традициях *бхакти* и *джайнов*. Их можно считать универсальными ценностями.

## 11. Пусть радость, благодарность и смирение станут нашим внутренним климатом. Намеренно выбирайте такой климат, в котором ваше сердце будет только расширяться.

Следующие качества, по словам мудреца Аштавакры, являются отличительными признаками эволюционного внутреннего климата:

*«Если ты ищешь освобождения, сын мой, избегай чувственных объектов, как яда, а в качестве противоядия культивируй прощение, искренность, сострадание, удовлетворенность и правдивость».*

«Аштавакра-Гита» | 1.2 |

Существуют различные спектры радости, каждый из которых питает нас на определенном уровне. *Анандам*, или блаженство, — это чистое, неискаженное состояние радости. Противоположностью радости является печаль, а противоположностью удовольствия — боль, в то время как блаженство не имеет противоположностей. Когда блаженство проявляется на физическом уровне, оно ощущается как удовольствие, питающее грубое тело. Когда оно проявляется в тонкой системе, оно ощущается как радость, питающая все тонкие тела. В своей подлинной форме *анандам* питает причинное тело — *анандамайя-кошу*. Проявление блаженства в *анандамайя-коше* обусловлено ее близостью к *атману*, который является чистой потенциальностью.



Чем грубее выражение блаженства, тем меньше удовлетворения от его переживания. Например, воспоминание о прошлом удовольствии часто вызывает у человека разочарование. Оно разжигает желание повторить это переживание. В отличие от этого, воспоминание о прошлой радости обычно воссоздает ту же радость в настоящем. Прежде чем начать духовное путешествие, мы склонны отождествлять себя с удовольствием на телесном уровне, затем переходим к отождествлению с радостью и, наконец, к отождествлению с блаженством. Но, чтобы двигаться дальше к *атману*, мы должны выйти за пределы отождествления с блаженством, поскольку *атман* находится за пределами блаженства.

Осуществление этого перехода является работой Мастера. Отречься от блаженства невозможно, потому что состояние отречения породило бы еще большее блаженство. Поэтому мы должны оставить эту работу Мастеру. Нам следует сосредоточиться на создании радости в себе с помощью вышеперечисленных методов. Только достигнув совершенства радости — состояния *анандам*, мы получим возможность выйти за пределы даже этого состояния и продвинуться дальше, в царство потенциальности и ничто.

С любовью и уважением

Камлеш



Послание

# Дааджи

по случаю празднования

151 года со Дня рождения Пуджы Лаладжи Махараджа

Февраль 2024 г., Канха Шанти Ванам





heartfulness  
advancing in love

