



# Шиванандаджи С

## Рождение и детство

### Биографический очерк

# от издателей

В нынешнее время весь мир гонится за материальными достижениями. В представлении мирских умов, ослепленных грубой чувственностью, все, что не входит в круг знаний материальных наук, не имеет какой-либо ценности или привлекательности. Они понимают прогресс только с точки зрения обладания материальной собственностью. Материалистическая философия имеет много приверженцев, и проповедники учения "Ешь, пей и женись" становятся все активнее. В результате мир превратился в настоящее поле битвы, так как битва неизбежна там, где столько индивидуумов, одолеваемых ненасытными амбициями, гонятся за наслаждениями и предметами желаний, которые ограничены числом и обусловлены таким множеством взаимосвязанных причин. Эта земная плоскость мала, ограничена, подвержена изменениям и уничтожению. Человечество понесет [!потерпит не говорят] невозместимую утрату, если некая спасительная сила не поможет нам освободиться от безнадежных несообразных концепций и несовершенных идеологий.

Эта спасительная сила обязательно должна противостоять материалистическим влияниям и вести человека к достижению истинной цели человеческой жизни. Чтобы выиграть это сражение, она должна на самом деле превосходить по своему могуществу материалистической силы. К счастью, человечество всегда получало поддержку духовных сил, которые излечивали его от болезней и наделяли своих сторонников новым пониманием жизни, исполненной света и счастья. Как жаль, что лишь немногие ищут свет!

Мы предлагаем возлюбленным искателям еще одну работу Мастера Шивананды, Мастера Нового Века, содержащую замечательное изложение принципов и методов практики жизнеспасительной духовной науки. Не случайно она называется "Божественный Нектар", потому что, однажды вкусив его каплю, искатель не остановится до тех пор, пока не выпьет все содержимое. Писания Шивы — не просто педантичные формулировки, но мелодичная музыка, глубина и благозвучность которой вызывает в слушателях и читателях трепет и внезапную полную трансформацию. Они просты, обращены непосредственно к уму читателя и неизменно достигают своей цели.

Дорогой Читатель, войди глубоко в нектарные строки этой работы и будь счастлив.

- Общество Божественной Жизни.

В четверг, 8-го сентября 1887 г., в ранние часы утра, когда восходила звезда Бхарани, родился мальчик в деревне Паттамадай, на берегу реки Тамрапарани, в Южной Индии. Шри П.С.Венгу Йер, правительственный чиновник, и его достойная богобоязненная жена, Парвати Амал, были счастливыми родителями этого ребенка. Счастливая пара дала этому своему третьему и последнему сыну имя Куппусвами.

Куппусвами был умным и озорным мальчиком. Уже тогда он проявлял признаки Гйати и любовь к ближним. Он жалел бедных, кормил голодных у дверей своего дома и часто просил отца дать кусок пирога проходящему мимо нищему. Бывало, что мать давала ему пирожки и сладости, и он, не съев сам ни кусочка, щедро раздавал их своим младшим товарищам, собакам, кошкам, воронам и воробьям. Он всегда приносил своему отцу цветы и листья для Шива Пуджи.

В средней школе Эттайпурама, Куппусвами всегда был первым учеником в классе и каждый год получал призы. У него был мелодичный голос и замечательная память. Когда Его

Превосходительство Лорд Эмфил, тогдашний губернатор Мадраса, приехал на охоту в Куру Малой Хиллз в 1901 г., Куппусвами спел на железнодорожной платформе приветственную песню. После школы, в колледже Пуручирапалли, он был постоянным участником дискуссий и спектаклей. Он чудесно исполнил роль Елены в постановке пьесы Шекспира "Сон в летнюю ночь" в 1905 г.

Куппусвами поступил в медицинскую школу в Панджоре. Он был необычайно трудолюбив и никогда не уезжал домой в выходные дни. Он проводил все свое время в госпитале, где имел свободный доступ в операционный театр. Куппусвами был первым студентом по всем предметам. По своим знаниям он превосходил докторов с их высокими степенями и уже в первый год учебы мог отвечать на такие экзаменационные вопросы, с которыми не справлялись даже выпускники.

По окончании курса он получил звание бакалавра медицины. Занимаясь практикой в Туручи, он начал издавать медицинский журнал "Амброзия". Его мать прислала ему сто рупий для начальных расходов на журнал. Позднее, когда ей потребовалось сто пятьдесят рупий для какого-то праздника, д-р Куппусвами уже имел эти деньги. Но и тогда он распространял журнал практически бесплатно, так как был слишком скромным, чтобы просить у людей деньги.

Вскоре после смерти своего отца д-р Куппусвами получил приглашение поехать в Малайю. Он всегда имел предприимчивый дух. И в 1913 г. он покинул Индию на борту "С.С.Тара". Куппусвами принадлежал к ортодоксальной браминской семье и остерегался принимать на корабле невегетарианскую пищу. Поэтому он взял с собой некоторое количество сладостей, приготовленных его матерью. Он был едва жив, когда корабль прибыл в Сингапур!

Д-р Куппусвами описывает свои первые впечатления в Малайе: "Покинув корабль, я тотчас же отправился в дом д-ра Йенгора. Он дал мне рекомендательное письмо к своему другу д-ру Гарольду Парсонсу, практикующему врачу в Серембана. Когда я поехал к д-ру Парсонсу, он представил меня м-ру А.Г.Робинсу, управляющему расположенной поблизости каучуковой плантацией, на территории которой располагался собственный госпиталь. К счастью для меня, м-р Робинс как раз нуждался в помощнике для работы в госпитале. Это был ужасный человек, с вспыльчивым нравом и исполинской фигурой, высокий и толстый. Он спросил меня: "Ты можешь самостоятельно управлять госпиталем?" Я ответил: "Да, я управлюсь даже с тремя госпиталами". Он сразу же назначил меня. Один из местных индийцев сказал мне, что, согласно их политике, я не должен брать менее ста долларов в месяц. М-р Робинс согласился дать мне для начала сто пятьдесят долларов".

Молодой доктор работал с большим усердием. Он сталкивался здесь с необычными трудностями, и через какое-то время он почувствовал желание расстаться с этой работой, но м-р Робинс не позволил ему уйти.

Доктор Куппусвами был очень добрым, сострадательным, веселым, остроумным и мягкоречивым человеком. Он добивался успеха даже с безнадежными пациентами. Люди всюду объявляли, что он имеет особый дар от Бога к чудесным исцелениям и отзывались о нем, как об очень добром и сострадательном докторе с чарующим великодушным характером. В серьезных случаях он целые ночи проводил без сна. В своей частной практике д-р Куппусвами помогал бедным, даже не беря с них платы, но сам давал им деньги для специальной диеты или на покрытие расходов за лечение в госпитале. Он раздавал деньги, как воду.

Как-то ночью к нему явился один бедный человек, промокнувший до нитки, жена которого мучилась в родах. Доктор сразу отправился к ней и после оказания помощи остался ждать снаружи хижины. И только утром, после благополучного рождения ребенка, доктор вернулся к себе домой.

Несмотря на свою занятость, д-р Куппусвами помогал садху, санньясинам и нищим. Он

посещал свадебные торжества, вечеринки и другие общественные собрания. Однажды некий садху дал ему книгу "Джива Брахма Айкйан" Шри Свами Сатчидананды. Эта книга разбудила дремлющую в нем духовность. Он начал изучать книги Свами Рама Тиртхи, Свами Вивекананды, Шанкары, а также "Подражание Христу", Библию и литературу Теософского общества. Он был очень постоянен в совершении ежедневного поклонения, молитв и йоговских асан. С великой преданностью он изучал священные писания, такие как Гита, махабхарата, Бхагавата и Рамайана. Иногда он проводил Нандан Чаритан и пел бхаджаны и киртаны. Он практиковал Анахат Лайя Йогу и Свара Садхану.

Доктору нравилось хорошо одеваться и собирать забавные и причудливые изделия из серебра, золота и сандалового дерева. Приобретая иногда различные золотые кольца и ожерелья, он надевал их все сразу. Бывало, он носил десять колец на десяти пальцах! В магазинах он никогда не тратил время на то, чтобы выбирать, выискивать недостатки и торговаться. Он брал все, что попадалось на глаза и без колебаний оплачивал счета.

Для доктора не существовало соблазнов. Его сердце было чисто, как гималайский снег. Его безмерная филантропия, дух служения и отречения побуждали его любить всех. Люди признательно называли его "Сердцем Любви".

Как правило, богатый доктор был сам себе поваром, хотя его работа не оставляла ему много досуга. Лишь иногда он нанимал человека. Один такой повар захотел однажды иметь свою фотографию. Доктор с великим удовольствием отвел его в первоклассную студию и дал ему одеть для фотографии свой собственный костюм, туфли и шляпу.

#### # отречение

Время шло, и чем больше он размышлял, тем больше желал отречься от мира. Любовное служение очистило его сердце. Наконец, насладившись доходной практикой, в 1923 г. д-р Куппусвами, подобно принцу Сиддхарте, отрекся от мира. Он уехал из Малайи в Индию.

В Мадрасе он направился в дом друга и оставил там свой багаж. Началось его паломничество. В Бенаресе он имел Даршан Господа Вишванатхи. Он посещал махатм и храмы. В Дхаладжи, деревне на берегу реки Чандрабаги, он познакомился с одним почтмейстером и остался у него жить в качестве повара. Когда почтмейстер возвращался домой, Куппусвами был готов мыть ему ноги, несмотря на протесты последнего! Когда устремленный доктор захотел найти место для уединенной медитации, этот почтмейстер предложил ему отправиться в Ришикеш.

Доктор Куппусвами появился в Ришикеше 8 мая 1924 г., и 1 июня туда прибыл Его Светлость Шри Свами Вишвананда Сарасвати. Доктор увидел в этом монахе своего Гуру.

После короткой беседы Свами Вишвананда посвятил д-ра Куппусвами в санньясу. Свами Вишнудеванандаджи Махарадж, махант ашрама Шри Кайлас, совершил церемонии Вираджа Хома. Свами Вишвананда написал из Бенареса необходимые наставления относительно санньяса-дхармы. Свами Шиванандаджи остался в Сваргашраме для садханы.

#### # садхана

Свами Шивананда одевался, чтобы прикрыть тело, ел, чтобы жить и жил, чтобы служить человечеству. Маленький полуразвалившийся кутир, давно необитаемый и кишачий скорпионами, защищал его от дождя и солнца. Там он соблюдал молчание и постился. Его пост часто продолжался по несколько дней подряд. Он держал недельный запас хлеба в своей комнате и употреблял его вместе с водой из Ганги. Зимними утрами он совершал свою джапу, стоя по пояс в ледяной Ганге и выходя из воды только с появлением солнца. Он проводил в медитации более двенадцати часов ежедневно. При таком напряженном тапасе, Сваמידжи не забывал и о помощи больным. Он приходил с лекарствами в хижины садху, служил им и омывал им ноги. Он просил для них подаяние и кормил их из своих рук, если они были больны. Он

носил воду из Ганга и мыл их кутиры. Он посещал больных холерой и оспой. При необходимости он проводил у постели больного садху всю ночь. Заболевших он на своей спине относил в госпиталь. Имея некоторое количество денег, полученных им со страхового полиса, Свамиджи открыл благотворительную амбулаторию в Лакшманджале в 1927 г. Он служил паломникам и видел в них Нарайану. [!падеж паломников]

Свамиджи практиковал все виды йоги и изучал писания. После ряда лет интенсивной и непрерывной садханы он испытывал блаженство Нирвикалпа Самадхи. Это было завершением его духовного путешествия.

Он имел привычку собирать кусочки бумаги или использованные конверты и сшивать из них маленькие записные книжки. Он записывал в них наставления для самого себя. Вот некоторые из них: "Откажись от соли, сахара, специй, овощей, чатни, тамаринда". В другом месте мы читаем: "Служи бродягам, служи нижестоящим, убирай их испражнения, чисти одежды Садху, носи воду — и наслаждайся". Еще на одной странице: "Не мсти, не сопротивляйся злу, воздавай за зло добром, терпи оскорбления и обиды". На чистых маленьких страничках мы снова читаем: "Любую обиду, нанесенную кем бы то ни было, забывай немедленно, как ребенок. Никогда не храни ее в сердце, чтобы не разжигать ненависть. Культивируй Майтри, Каруну, Дайу, Прему, Кшаму". И еще: "Развивай хорошие манеры, совершенную вежливость, любезность, благородство, мягкость, кротость! Никогда не будь груб, жесток и резок. Ничто в мире не заслуживает ненависти. Ненависть есть невежество. Всякое неуважение к чему-либо и кому-либо следует устранять через любовь и Вичару".

За время своей жизни Паривраджика Свамиджи пересек всю Индию вдоль и поперек. Он посетил важные места паломничества на юге, включая Рамешварам. Он проводил Санкиртан и читал лекции. Он побывал в ашраме Ауробиндо и встретился с Махарши Суддханандой Бхарати. В Рамана Ашраме он имел даршан Шри Рамана Махарши в день рождения Махарши. Он пел бхаджаны и танцевал в экстазе с бхактами Рамана. Свамиджи совершил путешествие в Кайлас-Манасаровар и Бадри.

# организация

Он вернулся в Ришикеш после паломничества [!а не паломничества в Ришикеш??] и в 1936 г. посадил себя Общества Божественной Жизни на правом берегу святой Ганги. Он нашел старый ветхий кутир, который выглядел как заброшенный коровник. Для него это был более, чем дворец. Там было четыре "комнаты". Он очистил кутир и поселился в нем. Затем растущее число учеников, которые искали его лотосных стоп, неустрашенные непривлекательными условиями жизни, вызвало необходимость в расширении. Они нашли еще коровники, незанятые, но ужасно грязные. В одном из них жил старый пастух; в других было полно сена и навоза. Примерно через год старых пастух освободил помещение, и армия Божественной Жизни поселилась там окончательно. Так началась деятельность [!иначе сплошная жизнь] Общества Божественной Жизни.

Начавшись с небольшой группы, Общество постепенно разрослось, и теперь это центр всемирной организации, имеющей большое число филиалов как в стране, так и за ее пределами. Божественная Жизнь была зарегистрирована в 1936 г. как общество, основными целями которого является распространение духовного знания и бескорыстное служение человечеству. Бесплатное распространение духовной литературы вызвало постоянный приток новых учеников к Шри Свамиджи. С их помощью он учредил различные отделения Общества, чтобы обеспечить необходимое поле деятельности для очищения их сердец и их духовного роста. В сентябре 1938 г., в день празднования его дня рождения, было начато издание ежемесячного журнала "Божественная Жизнь". Бушевала Вторая Мировая война. Чтобы помочь удрученным умам людей и установлению мира, Шивананда начал Акханда Махамантра Киртан (непрерывное

круглосуточное повторение мантры) 3 декабря 1943 г.; и 31 декабря того же года основал Мандир Господа Вишванатхи с ежедневным трехразовым поклонением.

Свами Шивананда исповедовал синтез во всем, и йога была для него так же важна, как и помощь людям в облегчении их страданий. Аллопатическое лечение было неотделимо от деятельности его и Общества, начиная с самых первых дней его жизни в Сваргашраме. Почувствовав необходимость помогать людям подлинными аюрведическими препаратами из редких гималайских трав, он учредил в 1945 г. Аюрведическую Фармацию Шивананды. Известность этой организации достигла ныне такого размаха, что она едва успевает отвечать растущим запросам людей.

Свами Шивананда основал Всемирную Федерацию Религий 28 декабря 1945 г. и Всемирную Федерацию Садху 19 февраля 1947 г. В этот год деятельность Общества значительно активизировалась. Это был год 60-летнего юбилея Великой Души. Был начат ряд строителств. Лесная Академия Йога-Веданты была открыта в 1948 г. с целью систематического обучения проживающих в ней садхаков и для блага всех посетителей.

Свами Шивананда в 1950 г. объехал с молниеносной быстротой всю Индию и Цейлон, чтобы передать свое божественное послание во все уголки страны. Он поистине пробуждал нравственность и духовное сознание в сердцах людей. Эффект был потрясающим.

С этого времени ищущие души непрерывным потоком прибывали в ашрам, так же как и великое количество писем со всей страны, авторы которых просили о более широком распространении знания. Шри Свамиджи создал в 1953 г. Всемирный Парламент Религий в Шиванандашраме.

Маленькая амбулатория, детище Свами Шивананды, понемногу росла и превратилась в постоянно действующий госпиталь, снабженный рентгеновским аппаратом и другим оборудованием. В декабре 1957 г. состоялось официальное открытие офтальмологического [!в документах не говорят глазного] госпиталя Шивананды. Госпиталь, располагающий в настоящее время десятью койками, [!здесь надо бы указать год издания] планируется расширить в три раза.

Издательский Союз опубликовал почти все писания Мастера, и его ученики почувствовали необходимость провести исследование его работ. Это послужило причиной основания в 1958 г. Исследовательского Института Литературы Шивананды. Помимо других целей, Институт решил осуществить перевод произведений Мастера и их систематическую публикацию на всех региональных языках Индии. Поэтому в 1950 г. был учрежден Комитет Литературы Шивананды, имеющий филиалы для каждого регионального языка.

В 1961 г. отмечался двадцатилетний юбилей Общества. К этому времени, еще при жизни, Мастер увидел свою миссию осуществленной.

Свами Шивананда излучал свое божественное великое послание служения, медитации и осознания Бога во все части мира через свои книги, число которых достигло более трехсот, журналы и письма. Преданные ученики привлекались к нему из всех религий, культов и вероучений мира.

Йога Свами Шивананды, не случайно называемая "Йогой Синтеза", осуществляет гармоническое развитие "руки", "головы" и "сердца" через практику Карма-йоги, Г'яна-йоги и Бхакти-йоги.

14 июля 1963 г. Великая Душа Свами Шивананда вошел в Махасамадхи в своем кутире на берегу Ганга в Шивананданагоре. [!или данагаре???)

\$P

# всеобщая молитва

О Господь! Ты — Творец Вселенной.

Ты — Хранитель этого Мира. Ты есть в траве и в розе. Ты в солнце и в звездах. Приветствия

Тебе, О Разрушитель Круговорота рождений и смертей! Приветствия Тебе, О Даритель Блаженства и Бессмертия!

О Дорогой Господь! Избавь меня от оков смерти. Да не забуду я никогда моей бессмертной природы. Даруй мне способность одинаково взирать на всех существ! [!в тексте странный падеж] Пусть я достигну Вершины Брахмана! Избавь меня от нечистоты и греха! Да познаю я подлинную природу моего существа.

Поклоны Верховному Существу, обитающему в сердцах всех существ, Тому, Кто есть в огне и в воде, Кто есть в растениях, травах и деревьях, Кто есть в камне, кирпиче и железе и Кто обнимает Собой всю вселенную.

Мои поклоны Тебе, о Тайна Тайн. Мои поклоны Тебе, О Обитатель наших сердец. Мои поклоны Тебе, О Молчаливый Свидетель всех деяний каждого ума! Мои поклоны Тебе, О Внутренний Правитель всех существ, Кто охватывает, пронизывает и проникает все вещи этой вселенной.

Приветствия Тебе, Всевышний Господь. Ты есть без начала и конца. Ты есть цветок. Ты есть пчела. Ты есть женщина. Ты есть мужчина. Ты есть море. Ты есть волны. Ты есть старик, ковляющийся с палкой. Ты есть святой. Ты есть бродяга.

Ты есть Свет Божественный. Ты есть Свет Знания, Рассеятель Тьмы. Ты есть Верховный Гуру. Ты за пределами ума и речи. Ты безграничен. Ты есть "Я" вселенной.

Ты есть Сам Свет. Ты без частей, без действий, без конечностей, без пятнышка недостатка, без рождения и смерти. Ты наш Отец, Мать, Брат, Друг, Родственник, Гуру и единственное убежище. Ты есть воплощение Покоя, Блаженства, Могущества, Знания, Силы и Красоты.

О Всемилосердный Господь! Твоя Милость да откроет мне Истину. Да пребуду всегда в возвышенных мыслях. Да осознаю себя как Свет Божественный. Да буду служить человечеству с Атма Бхавой. Да буду свободен от жадности, похоти, эгоизма, ревности, ненависти. Да узрю одно чудесное бессмертное "Я" во всех существах. Да осознаю Брахман с чистотой понимания.

Пусть Свет Светов ведет меня вечно! Пусть Он очистит мой ум от всех нечистот! Пусть наделит меня Вдохновением, Могуществом, Храбростью и Силой. Пусть устранил завесу с моего ума и все препятствия на моем духовном пути. Пусть сделает мою жизнь счастливой и плодотворной.

Я кланяюсь Тебе, О Владыка Владык, О Бог Богов, О Дэва Дэв, Брахман Упанишад, Опора Майи и Ишвары, Высочайший Мост в Бессмертие.

# Ом Шантих! Шантих! Шантих!

\$P

# вопросы и ответы

В: Как может человек, который долгое время мыслил негативным образом, перейти к позитивному мышлению?

О: Пусть он начинает с каких-нибудь позитивных внушающих формул: "Я крепок и бодр. Я здоров. Со мной все в порядке. Я неверно представлял свои собственные возможности и способности. Теперь я осознал мою настоящую природу". Пусть делает это с помощью какого-нибудь преданного Господа или личности, продвинутой в йоге. Нужно начинать с молитвы к Господу. Молитва должна стать частью его ежедневной жизни и насущной потребностью. Всякие негативные мысли прекратятся, и он станет совершенно нормальным.

В: Правда ли, что некоторые драгоценные камни обладают благотворными свойствами?

О: Да, они могут помогать в определенной степени.

В: Кто был царь, именем которого названа Индия?

О: Царь Бхарата. В его честь эта страна называлась Бхаратаварша.

В: Какое ваше мнение о наркотиках и их воздействии на нервную систему?

О: Наркотики оказывают возбуждающее действие на ум и нервы, особенно те из них, в которых содержится алкоголь.

В: Считаете ли вы, что учение йоги может быть решением проблемы перенаселения?

О: Да. Воздержание есть средство от перенаселения.

# II [!а где же тогда один?]

# (Из "Индия Фильм", майский выпуск 1960 г.)

В: Мое духовное развитие на нуле, хотя мне уже двадцать пять лет.

О: И ты очень разумный человек в других отношениях. Как жаль! Тем более, что ты носишь имя Рам, которое является постоянной молитвой каждого индуса в беде. По крайней мере ради меня обещаю, что к следующему году ты прочитаешь все работы Свами Шивананды.

В: На этой групповой фотографии ты выглядишь таким незначительным перед Свами Шиванандой.

О: Свамиджи получает правительственные премии. Я получаю от правительства налоговые угрозы.

В: Как я могу увидеть землю молока и меда?

О: Отправляйся в Шиванандашрам. Ты получишь молоко и мед бесплатно.

# III

# (Из "Мать Индия" Ю апрель 1962 г.)

В: Как обеспечить хорошее положение в следующем рождении?

О: Это то, чего мы можем добиться без помощи Бога. Следуй Мантре Свами Шивананды "Будь благ. Делай благо".

В: Как богат Свами Шивананда?

О: Самсар санньясина не измеряется деньгами. Свамиджи принадлежит духовная империя, охватывающая различные страны.

В: Правда ли, что Свами Шивананда всегда поет?

О: Свамиджи — поющий Садху. Он поет на английском, тамильском, хинду, телугу и санскрите. И он поет песни Бога на мелодию Божественной Веры.

\$P

# изречения свами шивананды

1. О Искатель! Знай, что ты ищешь, и тогда ищи.
2. Слава, власть, богатство и секс — это четыре двери в крепость саморазрушения и лишения свободы.
3. Работа, Работа, Работа! Работа есть поклонение; посвящай ее Богу.
4. Роскошь сегодня становится нужной завтра.
5. Отречение сделает тебя императором трех миров
6. Стремление достичь идеала умирает, если не прикладывается усилие.
7. Критика указывает на твои слабые места и предостерегает тебя от беспокойств и неудач.
8. Смерть есть только изменение к лучшему. Поэтому не бойся смерти.
9. Каждая ошибка дает свой собственный урок. Ошибка есть твой лучший учитель.
10. Все беспокойства и страдания содержат скрытые семена блага.
11. Самостоятельное усилие необходимо для осознания Бога.
12. Духовное усилие нужно постоянно возобновлять и продолжать с терпением.
13. Духовный путь труден, как ходьба по краю лезвия.
14. По мере продвижения по духовному пути радость, покой и блаженство становятся глубже и глубже.
15. Успех часто приходит к тем, кто берет на себя смелость и действует. Он редко приходит к нерешительным.



16. Ом есть ваш лучший спутник в жизни, ибо он дает вам Бессмертие и Вечное Блаженство.
17. Если вас не вдохновляют духовные идеалы, то трудно держать сексуальные инстинкты под контролем.
18. Самоосознание не для трусливых и слабовольных, но для храбрых, мужественных и сильных.
19. Если вы благи, то целый мир будет благ для вас.
20. Бог дает все, но Он очень скуп, когда дает Бхакти или привязанность Своим преданным.
21. Этот удивительный мир есть великий университет Мудрости. Учи уроки и становись мудрым.
22. Живите не для того, чтобы удовлетворять свое нёбо и чувства, но для того, чтобы осознавать внутреннее "Я".
23. Умеренность во всем есть основной принцип успеха в йоге.
24. Нелегко найти общение со святыми и мудрецами. Результаты такого общения неоценимы.
25. Обитайте в Божественном. Живите и двигайтесь в Нем. Пусть вас поглотит Божественное Пламя.
26. Лень является родителем разочарования и неудачи.
27. Существенное условие духовности есть уничтожение низшего "я" и искоренение желания чувственного наслаждения
28. Желание вызывает скорбь и тревогу. Оставьте все желания. Будьте тихи и счастливы.
29. Бесстрастность есть враг чувств и друг Пратйахары.
30. Практикуйте устранение чувств одного за другим.
31. Покой, бессмертие и вечное блаженство можно обрести только в Боге.
32. Если вы контролируете Прану, вы можете легко контролировать ум.
33. Оставайтесь в мире, не загрязняясь им, подобно лотосу в воде.
34. Не видеть истину или не видеть Бога возможно, если не уничтожено эго.
35. Как еда необходима для тела, так молитва и медитация необходимы для души.
36. Бесстрастие и отречение прокладывают путь в Бесконечное.
37. Подлинная целостность сердца есть настоящее средство от болезней сепаратизма, ненависти, враждебности и великого непонимания между людьми.
38. Стать единым с бесконечностью и служить Богу во всем мироздании должно быть целью жизни.
39. Проницательность и бесстрастие есть два крыла души, которые унесут вас в вечную обитель свободы и блаженства.
40. Только истинное понимание Дхармы может принести покой миру.
41. Тот, кто умирает для низшего "я", воскресает к Вечному.
42. Нет ничего более возвышенного и величественного, чем быть свидетелем живого и божественного присутствия и стараться также пробудить сознание этого в других.
43. Основное зло, вызывающее ваше рабство, есть Моха.
44. Объекты мира действуют, как опьяняющие напитки. Деньги есть опиум. Мужчина для женщины и женщина для мужчины есть вино. Высокое положение — гашиш. Власть — бренди. Земельная собственность — шампанское.
45. Ум есть пучок воспоминаний о дне вчерашнем и позавчерашнем.
46. Никогда не сиди праздну, умоляя Бога помочь тебе; но поднимайся и действуй.
47. Размышляющий, познающий неотделим от познаваемого.
48. Найди произносящего речь, смотрящего зрелища, слушающего звуки. Ты обретешь

бессмертие.

49. Нет более великого греха, чем духовная гордость. Нравственная и духовная гордость более опасны, чем обычная гордость богатством и властью.

50. Отрекись от мира и сознавай самость.

51. Начальные стадии в Садхане.

52. Обучение материальным и практическим делам должно идти наравне с обучением вещам Божественным.

53. Покой, Бог, Атма, Брахман, Бессмертный, Освобождение — синонимичные выражения.

54. Плоть непрестанно воюет с духом. Поэтому всегда будь бдителен.

55. Ты должен будешь сам вести чистую жизнь. Твой наставник не может делать это за тебя.

56. Пути Господа непостижимы. Нечто благое есть во всем, что кажется неудачей. Ты не увидишь этого сейчас. Время покажет это. Будь терпелив.

57. Никогда не беспокойся о том, что говорят и думают другие люди. Поступай правильно. Имей ясное сознание и странствуй счастливо.

58. Твоя сила не должна быть силой оружия и банковского счета. Она должна быть невидимой силой, порожденной мудростью и пронизательностью.

59. Не ненавидь злосердного, ревнивого и эгоистичного. Это они способствуют твоему спасению.

60. Злой человек бросает пыль в глаза своей пронизательности.

61. Препятствия и неблагоприятные обстоятельства посылаются Богом, чтобы сделать твою волю более прочной и более сильной.

62. Будь благ. Делай благо. Служи, люби, давай, очищай, медитируй, сознавай. Это религия Шивы. Это религия членов Общества Божественной Жизни.

63. Божество формирует не только твои цели, но также твои поступки, твои слова и мысли.

64. В реальности не существует действительности. Все изменения иллюзорны.

65. Пусть праведность и самоотверженность будут твоими принципами. Тогда все твои поступки автоматически будут нравственными.

66. Тот, кто порочен, эгоистичен и высокомерен, кто не подчинил контролю свои чувства, кто не имеет концентрации ума, — не может достичь самоосознания.

67. Не будь опрометчив. Сдерживай свои эмоции. Размышляй спокойно. Имей безмятежный ум. Действуй предусмотрительно, осторожно, разумно.

68. Самоотверженность не нуждается во внешнем выражении.

69. Одной из величайших жизненных необходимостей является медитация на духовные ценности.

70. Погрузись в молчание. Молись Господу. Слушай Господа.

71. Начни свое странствие по божественному пути сегодня. Там и тогда все твои тревоги и беспокойство закончатся.

72. Наука не враг религии, но подготовка к ней.

73. Реши сначала проблему "Кто есть Я?" Все прочие проблемы автоматически будут решены.

74. То, что остается за пределами ученых измышлений, есть Бог.

75. Подлинное знание Бога, человека и вселенной дает Гуру.

76. Когда вы совершаете Садхану регулярно, когда вы входите в Бога, не бывает отчаяния.

77. Духовная Садхана — тяжелая работа. Вы должны иметь огромное терпение и настойчивость.

78. Если вы не служите и не любите все человечество, вы не живете полностью и не

сознаете жизнь полностью.

79. Ничто не умрет. Все вещи изменятся. Это основополагающая истина.

80. Создание и разрушение есть только феномены. В действительности ничто не создается и не разрушается.

81. Самое сокровенное есть высшее Молчание. Покой Души есть Бесконечность, Безграничность.

82. Чем ближе приближаешься к Истине, тем счастливее становишься. Ибо природа истины есть позитивное Абсолютное Блаженство.

83. Никакая подлинная философия не может предстать в уме без самоанализа.

84. Не беспокойся о духовных переживаниях. Продолжай свою Садхану. Знание появится само собой.

85. Книжная ученость или эрудиция есть лишь солома. Зерном или сутью является только знание Атмана.

86. Следуй верному направлению непоколебимо, любой ценой. Не заботься об общественном мнении или критике.

87. Видящий есть неизменное, недвойственный Атман или Душа. Видимое есть изменяющееся, ум и вселенная.

88. Освобождение или свобода лежит в утрате маленького "я" или самонадеянной личности.

89. Без развития интуиции интеллектуальный человек остается несовершенным.

90. Первый шаг на духовном пути есть самоотверженное служение человечеству.

91. Желай блага всем существам. Это обогатит твою жизнь и сделает тебя счастливым и спокойным.

92. Секрет красоты не в одежде и украшениях, но в добром нраве и обладании божественными добродетелями.

93. Самоотверженное слежение есть пароль на дороге спасения.

94. Один час служения больному с божественной Бхавой лучше года паломничества к Тиртхам.

95. В момент, когда рассеивается невежество или устраняется двойственность, познается Мокша.

96. Секрет настоящей жизни заключается в любви к Богу и служении человечеству.

97. Пусть пронизательность-с-непривязанностью будет твоим мечом, которым ты разрубишь дерево Самсары.

98. Всякий раз, как ты уступаешь требованиям чувственного наслаждения, твоя способность сопротивления ослабевает.

99. Контролируй язык. Ты будешь контролировать все желания.

100. В йоге есть ловушки на каждом шагу. Поэтому имей Гуру или проводника, который поведет тебя.

101. Курение есть большая погуба, чем питье. Оставь курение сразу, сегодня же.

102. Бог ходит в одеянии нищего. Он стонет от боли в обличьи хворого. Открой свои глаза. Видь его во всем. Служи всем. Люби всех.

103. Где покой? Он в сердце бесстрастного человека, который держит под контролем свои чувства и ум.

104. Покой и блаженство не находятся в книгах, церквях и монастырях. Они открываются, когда появляется знание Атмы.

105. Ты напрасно провел большую часть своей жизни. Немного осталось времени. Используй его наилучшим образом. И ты можешь сознать Бога и всегда быть счастливым.

106. Настоящая жизнь состоит из дисциплины, преданности, изучения священных писаний

и размышления о Боге.

107. Садхана есть устремление к одному идеалу и сохранение верности ему любой ценой, даже рискуя жизнью.

108. Жизнь на Земле есть школа мудрости и осознания Самости или Атмана.

109. Страсть делает человека слепцом и нищим из нищих.

110. Жизнь и общество не могут существовать без борьбы.

111. Отречение не просто аскетизм. Это уничтожение себялюбия, эгоизма и страстных желаний.

112. Никогда не рассматривай жизнь физически. Изучай ее психически. Осознавай ее духовно.

113. Истинный герой радуется в страдании.

114. Незанятый ум всегда несчастен. Это мастерская дьявола. Пребывай в размышлениях.

115. Каждая неудача есть средство для достижения успеха. Нил дисперандум. Марш вперед, о герой!

116. Продолжай Джапу и медитацию. Через какое-то время ты испытаешь радость и вкусишь невыразимого блаженства.

117. Садхана есть духовный поиск, который наделяет эту бессмысленную жизнь великим и возвышенным смыслом.

118. Обретай духовную силу через сопротивление противоположностям.

119. Самоосознание должно стать вашей страстью.

120. Потворствовать чувственному наслаждению значит усиливать его, подобно тому, как лить Ги в огонь.

121. Нет нужды ждать нравственного совершенства для того, чтобы начать медитацию.

122. Невежество есть вид мощной анестезии. Изначальное невежество есть то же, что изначальный грех.

123. Управляй этим телом-машиной разумно. Расслабься полностью. Дыши ритмично. Медитируй регулярно. Ты насладишься счастьем, здоровьем и долгой жизнью.

124. Жизнь парит на радостных крыльях надежды.

125. Пусть благие мысли будут четками каждого ума.

126. О Рам! Ускоряющий самоосознание, наделяющий пониманием и являющийся посвящением.

127. Ты можешь пить азотную кислоту, но это никчемное дело. И ничего не значит, если ты можешь жевать железные гвозди и куски стекла. Это не имеет отношения к йоге. Победи ум. Это все.

128. Поступок благ, если он движим благим мотивом и благой волей.

129. Не заботься о критике, когда находишься на верном пути. Не поддавайся лести.

130. Терпимость есть признак продвижения в духовной жизни.

131. Люди умирают вокруг нас ежедневно, и все же каждый думает, что он никогда не умрет. Это Майя.

132. Основная красота жизни в том, чтобы самый дорогой интерес принести в жертву на алтарь Истины.

133. Смерть есть духовный свет.

134. За вечно изменчивым и преходящим феноменом существует Неизменное и Постоянное.

135. Твой единственный долг состоит в осознании Бога. Это включает в себе все прочие обязанности.

136. Порицание и похвала — не более, чем сотрясение воздуха. Поднимись над ними.

137. Каждая болезнь есть кармическое очищение.

138. Будь сострадателен, как Будда, чист, как Бхишма, правдив, как Харишчандра, храбр, как Бхима.
139. Чувствуй, что ты служишь Господу и только Господь в членах твоей семьи.
140. Жизнь богата, если ты прост и скромнен.
141. Все виды работ обладают равным достоинством и одинаково являются служением человечеству в целом. Не существует такое вещи, как черная работа.
142. Ум одновременно является местом порабощения человека и его освобождения.
143. Поначалу Джапа и медитация очень сухи, пресны и безвкусны.
144. Больше еды, воды и огня человеку нужны сострадание, доброта и братство.
145. Тщеславные пандиты, с педантичностью сбивая шастры, получают лишь сыворотку, но преданные получают масло.
146. Восстанови свою утраченную божественность. В запасе времени нет. Смерть наступает тебе на пятки.
147. Неподходящее окружение, неблагоприятная обстановка и препятствия только помогут тебе продолжать борьбу с еще большей решимостью.
148. Помни Бога во всякий момент. Если ты не можешь делать это, помни о смерти во всякий момент. И то, и другое ведет к освобождению.
149. Святой спасает многие жизни от множества крушений.
150. Тот, кто практикует отречение и медитацию, более служит миру, чем общественные и политические лидеры, трибунные глашатаи и основатели институтов.
151. Ты можешь покинуть жену и детей. Ты можешь оставить богатство. Но трудно отказаться от славы.
152. Ты живешь, потому что ты — часть всеобщей жизни.
153. Гнев и похоть — два врага покоя, преданности и мудрости.
154. То, что существует вне касты, веры, семьи и происхождения, что свободно от видоизменения, есть Брахман или Бесконечность.
155. Абсолютной Истиной может являться то, что существует без второго, однородное и недвойственное.
156. Нет ничего в четырнадцати мирах, чего не мог бы достичь человек, соблюдающий совершенный целибат.
157. Король Англии отрекся от империи ради женщины. Сколь более великое отречение должен совершить ты, если желаешь достичь осознания Бога.
158. Предлагать деньги — оскорбление. Проходя по улице, раздай несколько пирогов хромому, слепому и голодному.
159. Чувствовать "Я недействующий и ненаслаждающийся" есть Гйана.
160. Материалистическая жизнь ведет тебя к страху, тревоге, рождению, распаду и смерти, так как в ней нет сущности Бессмертной Души.
161. Понимание различия между "видящим" и "видимым" есть дорога, ведущая к осознанию Истины.
162. Человек усложняет свою жизнь через желание все большего числа объектов.
163. Даже немного ежедневной медитации поднимет тебя немного выше и немного ближе к Богу.
164. Роскошь есть бедствие. Это ослабит тебя.
165. Если ты хочешь Бога, ты должен повернуться спиной к мирским удовольствиям.
166. Ты творишь ад своими собственными мыслями. Думай о благом.
167. Сексуальное наслаждение является самым деморализующим и лишаящим жизненной силы.

168. Истинная религия одна. Это религия сердца или религия Веданты. Это непреходящая жизнь в Вечности.

\$P

# амрита вани

1. Измени себя.
2. Единственное, что заслуживает поиска в этой жизни, — это Бог.
3. Характер не развивается за один день.
4. Создай свой характер; ты можешь творить собственную жизнь.
5. Бог есть воплощение любви, мудрости и блаженства.
6. Люби всех, обнимай всех. Будь добр ко всем.
7. Бог есть Истина. Истина есть Бог.
8. Будь благ. Делай благо. Это есть Жизнь Божественная.
9. Прими тройной девиз: Ахимса, Сатйам, Брахмачарйа.
10. Если ты утвердился в Ахимсе, ты обрел все добродетели.
11. Если ты контролируешь язык, все твои чувства находятся под контролем.
12. Очищай свое сердце самоотверженным и смиренным служением. Учись сознавать, что чувственное наслаждение никогда не бывает совершенным и полным.
13. Достижение совершенства есть цель человеческой жизни.
14. Истинная любовь является величайшей силой на этой земле.
15. Нет ничего, что нельзя было бы достичь именем Бога.
16. Эмоциональное возбуждение не является преданностью Богу. Преданность есть чистая любовь.
17. Есть одно средство от всех болезней: Имя Бога.
18. Нет ничего более великого, чем Имя Бога.
19. Медитация принесет свет в твое сердце.
20. Цель жизни состоит в достижении бессмертия.
21. Учись языку Бога. Молчание есть Его язык.
22. Взгляды и убеждения являются различными аспектами.
23. Признавай свои недостатки и слабость. Только тогда ты будешь развиваться.
24. Бессмертие есть твое право по рождению. Осознавай это здесь и сейчас.
25. Бог находится за пределами человеческого воображения. Но Он есть живая Реальность.
26. Будь искренен и прост, как дитя.
27. Религия является средством для достижения цели жизни.
28. Смотри внутрь и узнай Истину.
29. У Бога нет авторского права. Его достояние предназначено для всеобщего использования.
30. Путь Самопожертвования, Истины и Любви есть путь к осознанию Бога.
31. В серьезной беде даже атеист начинает молиться Богу.
32. Получая многие горькие уроки мира, становишься мудрее и сильнее.
33. Все виды отдельных мыслей вращаются в фабрике ума. Контроль над ними является йогой.
34. Тот, кто не имеет желаний, является богатейшим человеком в мире.
35. Поступок благ, если он движим благим мотивом и благой волей.
36. Личное усилие должно быть поддержано Божественной Милостью. Только тогда возможно осознание Бога.
37. Веди жизнь в следовании совершенной добродетели и голосу Божественного внутри.
38. Никакая подлинная философия не может открыться уму без самоанализа.

39. Бог бесформенен и все же Он есть форма всех форм.
40. Если ты хочешь рай на земле, все люди должны будут стать святыми.
41. Малые поступки творят великие дела.
42. Не женись, если ты хочешь осознать прямо сейчас.
43. Всегда обходись тем, что имеешь.
44. Помни, что время более драгоценно, чем деньги.
45. Экономь, пока ты молод, чтобы тратить в старости.
46. Никогда не пребывай в праздности.
47. Держи свой ум полностью занятым.
48. Отходя ко сну, подумай о том, что ты сделал в течение дня.
49. Благое общество и благие речи являются признаками добродетели.
50. Память о приятных вещах и хорошо исполненном долге живет всегда.
51. Встречай худшее мужественно, смело сражайся за лучшее.
52. Все в мире имеет свою светлую сторону.
53. Всегда старайся видеть светлую сторону вещей.
54. Мир подобен зеркалу. Если ты улыбаешься, он улыбается. Если ты хмуришься, он хмурится в ответ.
55. У дорогой жены печальный муж.
56. Физическая красота поверхностна.
57. Стремись к совершенству во всем.
58. Развивай внимание для понимания других.
59. Добродетельный поступок никогда не бывает напрасным.
60. Кто сеет вежливость, пожинает дружбу.
61. Кто насаждает доброту, собирает любовь.
62. Юность есть благоприятная возможность для того, чтобы совершать великие поступки и стать великим человеком.
63. Не говори бездумно, не действуй безрассудно.
64. Лучше проиграть, чем играть нечестно.
65. Молодые люди считают стариков глупцами, старики такого же мнения о молодых.
66. Жизнь терниста, а юность тщеславна.
67. Ленивый человек — старший брат нищего.
68. Праздность — мать голода и родная сестра воровства.
69. Ни богатство, ни высокое положение не дают счастья.
70. Счастье внутри.
71. Преступный ум всегда подозревает других.
72. Будь внимателен ко всему.
73. Никогда не отчаивайся. "Нил десперандум". Работай упорно.
74. Внимательно наблюдай за своими чувствами.
75. В любом деле не будь медлителен.
76. Жертвуй деньгами ради главного.
77. Хорошо обдумай и решай с уверенностью.
78. Переноси испытания терпеливо.
79. Относись с уважением к совету твоих родителей.
80. Веди храбро жизненную борьбу.
81. Будь любезен, учтив, будь утонченно вежлив.
82. Не вреди чужой репутации.
83. Никогда не старайся казаться не тем, кто ты есть.

84. Не заводи много друзей.
85. Не произноси лжи ни в каком случае.
86. Удерживай свой ум от злых мыслей.
87. Судьба нации находится в руках ее женщин.
88. Слава индийских женщин есть слава самой Индии.
89. Общество, в котором не почитают женщину, наверняка погибнет.
90. Девушка без скромности и чести недостойна уважения.
91. Удовлетворенность есть огромное богатство.
92. Прогресс есть закон жизни.
93. Не может быть усилий там, где нет надежды.
94. Все вещи начинаются с малого.
95. Роскошь есть вычурная бедность.
96. Роскошь есть враг покоя.
97. Дружба кончается, когда начинается одалживание.
98. Терпение есть ключ к самоосознанию.
99. Характер поистине является основой жизни.
100. Лжец должен иметь хорошую память.
101. Работа без метода и плана подобна морскому плаванию без компаса.
102. Настоящий друг увеличивает твое счастье и разделяет твои скорби.
103. Одно гнилое яблоко портит всю корзину.
104. Пусть мертвое прошлое хоронит прошлое. [!былое???] Настоящее есть все.
105. Потеря самообладания есть потеря разума.
106. Я Твой. Все Твое. Это лучшая молитва.
107. Господи, да будет воля Твоя.
108. Мысль должна быть согласна с твоим словом, и слово с твоим поступком.
109. Полагайся на Бога. Не заботься о завтрашнем дне.
110. Бери уроки у птиц и животных.
111. Побеждай лень с помощью Асан, Пранайамы и легкой Саттвической пищи.
112. Забывай и прощай. Ты станешь Божественным.
113. Забывай прошедшее. Начинай жизнь сызнова.
114. Встречай жизнь смело. Великая удача ожидает тебя.
115. Не будь жертвой воображаемых невзгод и болезней.
116. Пока искатель не служит с Атма-Бхавой, он живет напрасно.
117. Не обманывайся очарованием внешних объектов. Это иллюзия.
118. Подстегивай ум, подгоняй его. Сокрушай эго.
119. Когда предаешься Господу, не нужно заботиться о себе.
120. Будь сильным. Будь смелым. Ничто не может помешать тебе.
121. Да воцарится Господь в твоём сердце.
122. Будь героем во внутренней борьбе.
123. Не упускай цель из виду. Делай благо.
124. Уважай убеждения, мнения и чувства каждого.
125. Во всем есть доля правды.
126. Стремись к Божественной Жизни. Ты обретешь вечный покой.
127. только духовная Садхана может привести тебя к Божественности.
128. Следуй по стопам великих Спасителей и Святых этого мира.
129. Жажди видеть Бога. Испытывай по-настоящему духовный голод.
130. Совершенствуйся. Развивайся. Расти.



131. Вглядывайся внутрь. Устрани завесу.
132. Будь безмятежен. Будь непоколебим.
133. Будь скромнен. Будь прост. Будь кроток.
134. Будь деятелен. Ты достигнешь успеха во всем.
135. Развивай добродетельные качества.
136. Усваивай хорошие привычки. Избавляйся от плохих.
137. Жизнь очень драгоценна. Время очень драгоценно.
138. Этот мир есть великая Школа.
139. Этот мир — твой безмолвный учитель.
140. Не потворствуй своему уму.
141. Ложь есть меньшая часть правды.
- Грех есть меньшая часть добродетели.
142. Бхакти проявляется, когда ты отстраняешь самого себя.
143. Ты не можешь узнать любви к Богу, пока не избавишься от своего чувства самости.
144. Тот, кто следует по пути мудрости, должен прежде всего иметь пронизательность.
145. Бхакти есть сам плод. Бхакти само по себе есть итог.
146. Чувствуй, что ты служишь Господу, и одного только Господа в членах твоей семьи.

[!один только Господь]

147. Неисчислимы пути, ведущие к Богу.
148. Если ты искренен, то несомненно достигнешь Бога.
149. Когда любишь Бога, то любишь все.
150. Все есть проявление Бога.
151. Когда любишь Бога, весь этот мир становится дорог тебе.
152. Высшее назначение жизни таково, чтобы жить в служении всем существам.
153. Любовь не знает преграды. Любовь не знает страха.
154. Жизнь и любовь вечны.
155. Сколь пуста мирская жизнь; не доверяйся чувствам.
156. Насыщай свой ум мыслями о Божественном.
157. Очищай свой ум дисциплиной.
158. Бог неизменно пребывает во Вселенной.
159. Бог пребывает в каждом как жизнь или сознание.
160. Не может быть религии без Вайратйи.
161. Божественная Милость есть плод самоотдачи.
162. В преходящих вещах нет наслаждения.
163. Самадхи есть непосредственное знание Высшего Я.
164. Будь готов. Живи так, как будто сейчас придет твоя смерть.
165. Люби только Господа.
166. Стремись только к Господу.
167. Атма ближе, чем самое желанное из вещей. Она ближе ближайшего.
168. Бог раскрывает Себя в той форме, в которой преданные любят Его больше всего.
169. Бог есть единственное, что заслуживает поиска.
170. Только Бог существует. Все прочее — суета.
171. Истинные Гуру и истинные ученики встречаются редко.
172. Невежество является причиной рабства.
173. Держи высоко знамя праведности.
174. Будь широк и свободен в своих убеждениях.
175. Покой и свобода — наши ноги.

176. Любовь и блаженство — наши глаза.
177. Самопознание — наши уста.
178. Совершенство — воистину — наше сердце и душа.
179. Все мироздание является семьей Бога.
180. Этот мир поддерживается Могуществом Бога.
181. Истина есть вечная жизнь.
182. Ложь есть измена, распад и смерть.
183. То, что не имеет ограничений и не подвержено изменениям, есть Истина.
184. Владей богатством мудрости. Это ценнейшее сокровище.
185. Знание есть высочайший предмет поиска.
186. Философия есть искусство совершенной жизни.
187. Человек есть троица тела, ума и души.
188. Человеческое тело является вселенной в миниатюре.
189. Не обладающий пронизательностью воистину является слепцом.
190. Желание есть коренная причина рождения и смерти.
191. Мудрый человек достигает совершенства.
192. Твои мысли играют очень важную роль в твоей жизни.
193. Без цели нет движения.
194. Жизнь есть мгновенная вспышка дыхания.
195. Все человечество едино по существу.
196. Прана или энергия есть движущая миром сила.
197. Вечность есть непрерывная неизменность.
198. Никакое материалистическое начинание не может принести высшего блага.
199. Более всего мир нуждается в совершенных мужчинах и женщинах.
200. Самоотверженность является жизненной силой духовности.
201. Не позволяй увлекать себя демоническим силам злобы и ненависти.
202. Атман определяется, как Шанта, [!Шакта] или вечно спокойный.
203. Распространяй евангелие покоя повсюду.
204. Брак есть величайшее рабство.
205. Умиротворенность есть украшение святого, мудреца и йогина.
206. Подлинный внутренний покой не зависит от внешних обстоятельств.
207. Подлинная культура состоит в достижении самоосознания.
208. Культурное объединение людей создает великую нацию.
209. Культура Индии имеет свои корни в вечных ценностях.
210. Течение времени не умалило славу индийской культуры.
211. Бог есть Верховный источник жизни.
212. Путь к Богу лежит через сердце.
213. Давать определения Богу — значит отрицать Его.
214. Бог есть единственное утешение в жизни.
215. Нет ничего, что можно было бы сравнить с Богом.
216. Красота Бога есть любовь, и Его любовь есть высшая красота.
217. Религия есть ничто иное, как любовь к Богу.
218. Религия способствует всеобщему братству.
219. Нельзя навязывать один вид религии всему человечеству.
220. Сущность религии есть познание Божественного.
221. Религия понимается тем лучше, чем больше она осуществляется практически.
222. Где отсутствует Дхарма, там нет счастья.

223. Ничто не спасет тебя, кроме Дхармы.
224. Справедливость всегда должна торжествовать в конечном счете.
225. Нравственность есть ворота к истинной религии.
226. Праведность есть путь к истинному счастью
227. Доброе слово, сказанное страдающему человеку есть милосердие.
228. Страдание является результатом греха; счастье есть награда за добродетель.
229. Хорошее поведение является причиной счастья.
230. Образование есть корень; культура есть цветок; мудрость есть плод.
231. Основой образования должна быть глубокая жизненная философия.
232. Пустой ум есть мастерская дьявола.
233. Мудрый различными словами говорит об одном Существо.
234. То, что ты несовершенен, означает, что есть совершенное Существо.
235. Пусть йога будет в твоей жизни единственным интересом, целью и стремлением.
236. Погрузись в Садхану теперь же и сознавай Бога.
237. Действуй или умри.
238. Желание есть величайшая нечистота ума.
239. Живи для служения человечеству.
240. Наука не враг религии, но подготовка к ней.
241. Каждая болезнь является кармическим очищением.
242. Сделай свой ум твоим другом.
243. Овладей своим умом и чувствами. Это величайшая победа.
244. Пусть молитва станет основой твоей жизни.
245. Что бы ни случилось с тобой, принимай это с улыбкой.
246. Наставник только укажет тебе путь.
247. Секрет духовного мужества заключается в знании и аскетизме.
248. Мудрость, а не богатство, составляет твой путь.
249. Истина, любовь, красота и праведность есть одно.
250. Убеждением формируется поведение; мышление формирует характер.
251. Учись отличать истинное от ложного.
252. Ты здесь паломник.
253. Разлука с возлюбленным есть страдание.
254. Мудрость Души [!действительно с большой???)] есть зрелый плод прекрасного цветка добродетели.
255. Будь чист, если хочешь быть сильным.
256. Ахимса является центром всех добродетелей.
257. Контроль над чувствами не ведет к покою и счастью.
258. Доброе слово, обращенное к дурному человеку, дорого стоит и дешево обходится.
259. Бог посылает самые суровые испытания тем, кого Он желает благословить.
260. Преданность не может сосуществовать с каким бы то ни было желанием.
261. Самая могущественная сила в мире есть безмолвная энергия любви.
262. Имя Господа есть эликсир, амброзия и божественный нектар.
263. С каждым дыханием повторяй имя Господа.
264. Не принимай сентиментальность за любовь.
265. Приучай свой язык не произносить ничего, кроме Его прекрасных имен.
266. Господь требует все твое сердце.
267. Божественная Милость есть величайшее сокровище в жизни.
268. Бог есть твой вечно бдительный опекун.

269. Религия есть вера в Неизвестное.
270. Когда утрачена вера, жизнь становится мрачной пустыней.
271. Искренняя молитва вызывает Милость Бога.
272. Молись хотя бы по пять минут ежедневно, когда встаешь и когда отходишь ко сну.
273. Долг преданного в том, чтобы любить и знать Бога.
274. Тот, кто видит Бога во всех существах и все существа в Боге, является лучшим из Бхакт.
275. Истинный преданный не ненавидит никого. Он любит всех.
276. Преданный есть инструмент в руках Бога.
277. Преданный Господа не бывает печален.
278. Бхакта и Гйанин сходятся в согласии.
279. Любовь не нуждается в доказательстве, ибо она сама есть доказательство.
280. Любовь есть великая связующая сила.
281. Любовь никого не осуждает.
282. Преданность лучше сухого интеллектуального знания.
283. Твоя духовная жизнь умирает, когда умирает твоя вера в Господа.
284. Твой — один только Бог. Ничто другое ты не можешь назвать своим.
285. Даром йоги является самообладание.
286. Умеренность во всем есть основной принцип успеха в йоге.
287. Ахимса есть верх мужества.
288. Если ты правдив, все прочие добродетели придут к тебе со временем.
289. Результатом практики Брахмачарьи является хорошее здоровье и избыток энергии.
290. Подлинная слава состоит в безмолвном покорении ума.
291. Ум является одновременно местом порабощения человека и его освобождения.
292. Величайшая война есть война с умом.
293. Самоконтроль есть настоящий ключ к блаженству.
294. Если ты хочешь быстрого продвижения на духовном пути, следи внимательно за каждой мыслью.
295. Мысль есть более тонкое проявление бытия, чем эфир или энергия.
296. Мысль определяет будущее.
297. Каждая мысль должна иметь определенный результат.
298. Доверяй интуиции, которая никогда не подведет тебя.
299. Интуиция есть единственный пробный камень философии.
300. Воздержание безгранично увеличивает способность памяти.
301. Гнев и похоть — два врага покоя, преданности и мудрости.
302. Ум есть пучок воспоминаний о дне вчерашнем и позавчерашнем.
303. Сила характера есть сила воли.
304. Пусть благие мысли будут четками каждого ума.
305. Веди жизнь йога и распространяй великое учение.
306. Любой, кто сознает свою сущность, достигает всего, что он желает.
307. Любящий мудрость ищет знание, как средство избавления от невежества.
308. Всегда поддерживай ярким огонь проничательности.
309. Брахман обнаруживается, когда устраняешь преграду невежества.
310. Духовное пробуждение есть всецелое познание полноты.
311. То, что остается за пределами ученых измышлений, есть Бог.
312. Мукти есть приют вечного покоя.
313. Когда создаешь различия, появляется страх.
314. Мы все есть одно, единое Божественное пламя.

315. Истина как метафизическая сущность не поддается определению.
316. Знание есть то же, что могущество.
317. Вселенная есть выражение божественной энергии, Пара Шакти.
318. Джапа любой мантры очищает ум и приближает его к Богу.
319. Жизнь коротка. Время скоротечно. Прилагай усилия и молись.
320. Душа существует до рождения тела и сохраняется после его смерти.
321. Формы есть мысленные образы. Истина вне форм.
322. Открой засов невежества и войди в царство мудрости.
323. Не оставляй никакую работу незавершенной.
324. Исполняй свои обязанности добросовестно, искренно. Твоя награда придет незванной.
325. Порицание и похвала более — не более, чем сотрясение воздуха. Поднимись над ними.
326. Служи, и ты будешь властвовать.
327. [!!]
328. Пакты и переговоры не остановят войну. Они только на бумаге.
329. Сегодня многие прилагают усилия для установления мира, не имея мира в самих себе.
330. Согласуй свои действия с подвижными изменениями современного мира.
331. Не говори плохо об умершем.
332. Следовать легко, но вести трудно.
333. Женщина есть Божественная Энергия на земле.
334. Великую умиротворенность имеет тот, кто умеет переносить страдания.
335. Никогда не сходи с пути добродетели.
336. Развивай чувство сострадания и всеобщего братства.
337. Разговаривай меньше, говори сердечно.
338. Причина связан со следствием и следствие — с причиной.
339. Делай, что можешь, и предоставь остальное Богу.
340. Оплакивай разлуку с Господом. Ты будешь иметь Его Даршан.
341. Развивай сострадание, любовь, благожелательность, терпимость и смирение.
342. Следуй указаниям наставника.
343. Оставь представление о различии. Имей равное видение всего.
344. Отрекись от всех привязанностей.
345. Нет ничего более заразительного, чем уныние.
346. Живи исключительно во благо других.
347. Имей дружелюбную, любящую, общительную натуру.
348. Твои настоящие враги — это твои прежние самсары и нечистые Васаны.
349. Всегда удовлетворен тот, кто развил уравновешенность ума и единство видения.
350. Не следуй мирской суете.
351. Держись в стороне от мирских занятий.
352. Жизнь есть долгий сон. Это фокусы Майи.
353. Обычная молитва и обычная медитация каждый раз в большой мере способствует установлению мира в обществе.
354. Пять чувств вводят тебя в заблуждение.
355. Жизнь и смерть есть две сцены в драме жизни.
356. Мирской человек является духовным банкротом, хотя он может быть очень богат и необычайно умен.
357. Ты ошибочно принимаешь страдание за наслаждение.
358. Прими убежище в Вайрагье.
359. Все мирские наслаждения сначала кажутся нектарны, но оказываются страшным ядом.

В конечном итоге.

360. Чувственная жизнь не может даровать тебе непреходящего счастья.

361. Не обладая хорошим здоровьем, ты не сможешь преуспевать ни в какой деятельности.

362. Источник красоты проистекает из здоровья.

363. Отсутствие желаний есть великий и самый надежный путь достижения Высочайшего Блага.

364. Тот, кто полностью искоренил вожделение, является самим Брахманом.

365. Вследствие эгоизма человек думает, что все совершает сам и этим он ограничен.

366. Сексуальное желание является самым могущественным из всех желаний.

367. Страсть делает человека нищим из нищих.

368. Садхана есть укрепление ума и привлечение его к Господу.

369. Деятельность ума справедливо называют кармой.

370. Страдания и наслаждения являются Дхармами Ума.

371. Эта вселенная и все объекты имеют свое основание в уме.

372. Работа ума управляется волей.

373. Не следует никогда забывать о том, что работа есть поклонение Богу.

374. Молитва человека есть попытка общения с Богом.

375. Молитва является могучей духовной силой.

376. Не спорь о действенности молитвы.

377. Духовные вопросы не подлежат оспариванию.

378. Молись о Его Милости, а не о земных благах.

379. Молитва может двигать горы.

380. Санкиртан — это лодка, на которой пересекают океан Самсары.

381. Одним только хлебом не может быть жив человек, но Именем Господа.

382. Покой приходит тогда, когда обнаруживаешь добро во зле, красоту в уродстве и наслаждение в страдании.

383. Духовно жаждущий человек будет пить нектар бессмертия.

384. Люди низкого ума судят других согласно своему собственному пониманию.

385. Мудрые люди всегда совершают добродетельные поступки, не рассчитывая на результаты.

386. Способность терпеливо переносить страдания есть условие мудрости.

387. Мудр тот, кто выясняет средства своего освобождения.

388. Гордый и алчный всегда беспокоен.

389. Горькие пилюли оказывают благое действие.

390. Лицо — это рекламный щит, объявляющий о добродетелях и грехах человека.

391. Поступай с другими так же, как ты хотел бы, чтобы поступали с тобой.

392. Убежденный искатель — царь всего мира.

393. Кислая правда лучше сладкой лжи.

394. Лицемерие в облачении религии — это преступление.

395. Привычка желать добра каждому обогащает жизнь.

396. Пример лучше наставления.

397. Любовь и работа являются уравновешивающим маятником человеческого бытия.

398. Небеса и ад — это лишь творения ума.

399. Богатство, которого нужно жаждать, есть Дхарма.

400. Закон и Законодатель едины.

401. Действует Пракрити, но не "Я".

402. Жизнь ищущего есть длинный ряд отречений и ежедневных жертвоприношений.

403. Он живет, чтобы служить другим и для счастья каждого.

404. Дверь в бессмертие открывается тому, кто наделен бесстрашием, пронизательностью, преданностью и кто медитирует регулярно и постоянно.

405. Кто смиренен и незлопамятен, кто контролирует свои чувства и кто помнит Господа при всех обстоятельствах, тот всегда спокоен и счастлив.

406. Кто искренен, терпелив, упорен и серьезен, тот быстро продвигается на духовном пути.

407. Веди Божественную Жизнь и раскрывай скрытые возможности души.

408. Эгоизм есть корень всех мирских притязаний.

409. Просвещенные Санйасины и Махатмы, обладающие широким беспристрастным пониманием, могут оказать большую помощь деятельности образовательных учреждений.

410. Со всех сторон открой себя Божественному Духу. Это существенное условие для духовного роста.

411. Ищущий должен всегда быть добр, кроток, терпим и смиренен. Он не должен даже хмуриться или делать презрительное лицо и не должен допускать ни малейшей резкости.

412. Если у Махатмы отсутствует дух служения, если он не умеет служить своему Гуру, не медитирует и не обладает терпимостью, то он не является Махатмой вовсе.

413. Мантра есть Божественность, заключенная в звуковую структуру.

414. Имей веру в Мантры. Выбирай их по твоей склонности.

415. Повторение Мантры обладает удивительной властью вызывать проявление Божества, подобно тому, как расщепление атома высвобождает скрытые в нем потрясающие силы.

416. Мантру для Джаны необходимо получать непосредственно от Гуру.

417. Постоянная мысль о собственной слабости и болезни будет усиливать твой порок и болезнь.

418. Сильная и горячая решимость, твердая установка, неустанное рвение, упорство, стойкость и терпение — существенно необходимы на духовном пути.

419. Испытания и несчастья, боль и страдания являются божественными посланниками. Они обращают твой ум к Богу и порождают бесстрашие, преданность, выносливость и силу воли.

420. Духовность угасает без самоотверженности и привычки делить с другими то, что имеешь.

421. Несдерживаемые чувства — твои самые сильные враги.

422. Желание чувственных объектов является источником всякого зла, боли и несчастья.

423. Самоограничение дает силу, покой, удовлетворенность и способствует самопознанию.

424. Живи в гармонии с Бесконечностью. Наслаждайся внутренним "Я". Это великий девиз жизни.

425. Живи не для удовлетворения своего неба и чувств, но для осознания внутреннего "Я".

426. Посвящай каждую минуту своей жизни достижению единственного объекта твоего желания, самоосознания.

427. Мокша и спасение не в небесах и не на горе Кайлас. Она в твоём сердце.

428. Ты узнаешь Реальность, если будешь свободен от ненависти, вожделения, гнева, эгоизма, жадности и желания.

429. Видеть Атман во всех существах, в святом и бродяге, во всех формах, уродливых и прекрасных, есть Тйана.

430. Ужасна привязанность к телу. Устрани эту привязанность через бесстрашие, пронизательность и размышление.

431. Простое чтение ведантических текстов, Упанишад и Брахмасутр без чистоты сердца не принесет ни истинного понимания, ни пользы.

432. Милость Бога обретается не ученостью, но искренней преданностью.

433. Ты можешь быть очень хорошим ученым, ты можешь совершать религиозные омовения, но оставаться по-прежнему далеким от подлинной религии и праведной жизни.

434. В твоём сердце должно быть сильное стремление к видению Бога. Это главное на духовном пути.

435. Тебе следует добиваться возрождения множества проблем, с которым ты встречаешься каждый день.

436. Нравственные ценности, культурная основа, поддерживающая эти ценности, и всеобщая религиозность гораздо лучше, чем законы и предписания.

437. Не читай писания для демонстрации учености, но для обращения твоего ума к Богу.

438. Для общественного служения необходимы глубоко духовные люди.

439. Жизнь богата, если ты прост и смиренен.

440. Реши прежде вопрос: "Кто я есть?" Все прочие проблемы будут решены автоматически.

441. Кто подчинил контролю свой ум, тот будет иметь абсолютную свободу воли.

442. Не имеющий желаний имеет абсолютную свободу воли.

443. Наилучший поступок тот, который даёт наибольшее счастье наибольшему числу людей.

444. Наихудший поступок тот, который приносит другим несчастье.

445. Не достоин жизни тот, кто не имеет милосердия и великодушия.

446. Дружелюбие — это основная добродетель. Дружелюбный человек повсюду излучает радость.

447. Хороший человек гневается секунду, посредственный — три часа, низкий — одни сутки, великий грешник — до самой смерти.

448. Сорок мускулов необходимо для того, чтобы нахмуриться, и только пятнадцать — для улыбки. Зачем совершать лишнее усилие?

449. Женщина имеет природную благость. Она добрая, нежная и любящая. У неё материнское сердце. Поэтому она способна к Бхакти-йоге.

450. Бездумное потворство плотским страстям греховно.

451. Преданность лучше сухого интеллектуального знания.

452. Ты обязан относиться к каждому с любовью, как к проявлению Господа.

453. Преданность есть и средство, и цель.

454. Потворство чувственным наслаждениям разрушает преданность Богу и ослабляет способность ума к постижению Реальности.

455. Уединение очень помогает на начальных стадиях йоги.

456. Бог требует все твоё сердце.

457. Незаметно и молча Бог входит в сердце через глаза.

458. Болезни, мирские утраты, смерть родственников — все эти испытания на пути преданности.

459. Настоящий коммунизм возможен только тогда, когда твоё сердце наполнено вселенской любовью.

460. Самоконтроль есть сдерживание инстинктивных побуждений, которые стараются увести тебя от истины.

461. Любительское отношение к духовности бесполезно. Она должна быть частью твоей жизни.

462. Все честолюбивые стремления ведут к извращению, привязанности и заблуждению.

463. Отсутствие стремления также ведёт к фатализму, бездействию и унынию. Отсюда необходимость йогического