

Размышления о словах Гурумаи

Иша Сардесаи

Вопрос Гурумаи, обращенный ко всем нам

Гурумаи задала нам вопрос, который затем проходил рефреном через всю её беседу: *"Чем вы занимались в последнее время, особенно начиная с 1 января 2026 года?"* Я ощущала, что каждый раз, когда Гурумаи задавала этот вопрос, улыбка на моем лице становится всё шире. Сам вопрос, и та манера, в которой Гурумаи его задавала, показались мне очень характерными для нее. Гурумаи говорила с таким теплом и обаянием, направляя нас и проявляя искренний интерес к тому, что мы делали в течение первых двух недель этого года.

Я стала размышлять о том, как бы я ответила на этот вопрос. Чем я занималась после 1 января? Неужели прошло уже две недели с начала нового года, со дня сатсанга *"Приятный сюрприз"*, с того момента, когда мы все получили Послание Гурумаи на 2026 год? Признаюсь, вопрос Гурумаи заставил меня на мгновение задуматься. С одной стороны, у меня был довольно простой ответ. Сразу же после сатсанга *"Приятный сюрприз"*, я достала свой дневник и ручку и составила личный план для изучения и применения на практике Послания Гурумаи. С этого момента я изо всех сил старалась придерживаться своего плана.

С другой стороны, мне показалось, что я не остановилась и не спросила себя - что я делаю, и насколько у меня это получается - во всяком случае, не спросила так, как это сделала Гурумаи - с необыкновенной мягкостью и открытой любознательностью. Насколько мне помогли предпринятые мною шаги? Насколько те цели, которые я поставила перед собой, осуществимы на практике? Насколько они помогли мне жить в

соответствии с мудростью Послания Гурумаи? Это напомнило мне о том, чему Гурумаи учила меня снова и снова: *садхана* на пути Сиддха Йоги - это динамичный процесс, который является результатом постоянного осмысленного разговора с собой. Гурумаи учит, что мы воспринимаем "Я" с заглавной буквы - то есть Высшее "Я", свет Бога, который пребывает внутри нас и вокруг нас - *через* "я" с маленькой буквы (через работу нашего индивидуального ума и тела).

Каждый раз, когда затрагивается эта философская тема, я вспоминаю, что во всех индийских языках слово *атма* может относиться как к индивидуальному "я", так и к Высшему "Я". Мне вспоминается строфа из *Бхагавад Гиты*, которую Гурумаи приводила в своих беседах. В этой строфе Господь Кришна говорит своему ученику Арджуне:

**उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत् ।
आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुरात्मैव रिपुरात्मनः ॥**

*Уддхаред атманатманамаत्मанам авасадайет ।
атмайива хуатмано бандхур атмайива рипур атманаха । ।*

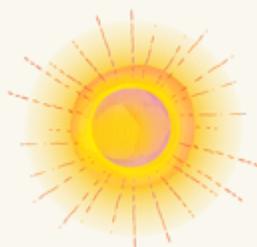
Человек должен возвышать себя
через своё индивидуальное "я",
стараясь не принижать то, кем он является.
Ибо "я" есть друг каждого человека,
и "я" есть его враг.¹

Я уже упомянула о том, что ощутила большую любознательность в том, как Гурумаи задала нам свой вопрос. Я почувствовала, что Гурумаи показывает нам, как мы можем разговаривать с собой, как мы можем — по словам Господа Кришны — подружиться со своим умом. Этот вопрос Гурумаи не предназначался для проверки или опроса. Он не

предназначался для того, чтобы заставить нас врасплох. Конечно, я не хочу сказать, что вы так его восприняли; я просто хочу поделиться своими мыслями - тем, что я почувствовала глубоко внутри себя в тот момент. Мне показалось, что слова Гурумаи были такими нежными и заботливыми — ее слова были подобны ниспадающему на нас солнечному свету.

Я также считаю, что эти слова побуждают нас к более глубокому самоанализу. Они несомненно побудили меня к этому. Итак, поскольку я только что поделилась с вами, чем занималась в последнее время, хочу задать вам тот же вопрос, что задала нам Гурумаи.

Чем *вы* занимались в последнее время, особенно начиная с 1 января 2026 года?



© 2026 SYDA Foundation®. Все права защищены.

¹ "Шримад Бхагавад Гита" 6.5; © Перевод на английский язык 2026 SYDA Foundation®