

# Размышления о словах Гурумаи Иша Сардесаи

## Относясь с уважением к своему времени

После того, как Гурумаи спросила нас, чем мы занимались в последнее время, особенно начиная с 1 января, она задала более конкретный вопрос о наших мыслях и планах относительно её Послания. Гурумаи спросила, какие слова из её Послания сильнее искрятся в нашем сознании. (Когда Гурумаи сказала это, я подумала о названии *сатсанга* и представила, как каждое слово Послания Гурумаи переливается всеми цветами радуги, словно в лучах восходящего солнца.)

Гурумаи также спросила, думали ли мы о том, как мы хотим медитировать на её Послание. И она дала нам руководство “думать о Послании в то время, когда *следует* думать о Послании”.

После сатсанга я много размышляла над этими словами Гурумаи. Что это означает - думать о Послании в тот момент, когда я *должна* о нём думать? И я пришла к такому пониманию: существует разница между тем, чтобы выделить определённое время для какого-то занятия (например, для изучения или применения на практике Послания Гурумаи) и тем, чтобы действительно *следовать* своему решению. Это различие, вероятно, существовало всегда, и в какой-то мере зависело от причуд человеческого ума, но, думаю, будет справедливо сказать, что в последние годы оно стало заметнее в связи со стремительным развитием цифровых технологий. Так легко позволить себе отвлечься. Очень часто можно увидеть, как люди постоянно смотрят в свой телефон во время разговора с другими. Стало почти обычным садиться что-то делать, а в следующее мгновение вскочить и заняться чем-то другим.

Моя коллега, которая уже много десятилетий следует пути Сиддха Йоги, однажды поделилась со мной своими мыслями на эту тему. Она всегда была твёрдо убеждена в том, что люди должны полностью посвящать внимание тому, на что они отвели своё время. В качестве примера она привела еду. Если вы сели есть и предложили свою пищу Богу — как это принято на пути Сиддха Йоги - значит вы, в каком-то смысле, освятили это время. И если вы встали, скажем, для того, чтобы принести соль или проверить свои сообщения на телефоне, не успев проглотить и кусочка еды, значит вы нарушаете данное вами обязательство. Вы не цените своё время. А следовательно, вы не цените себя.

Эта последовательница Сиддха Йоги привела ещё один пример для полной убедительности. Если несколько браминов заняли места вокруг священного огня для проведения церемонии *яджны*, они должны сохранять сосредоточенность до тех пор, пока подношение не будет завершено. Они не могут просто остановиться и начать *чай-пани* (пить чай и перекусывать) в середине церемонии! Какая польза была бы от их подношения, если бы оно происходило в такой бессвязной манере? Какие плоды бы оно принесло?

