

ачарья-основатель Международного общества сознания Кришны

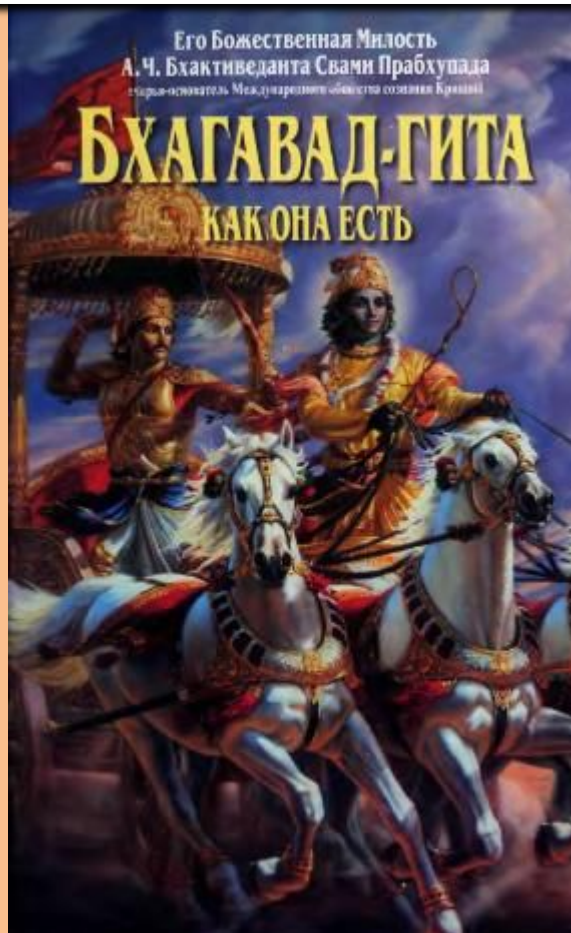
Основной курс

Понимание священных писаний

Дневник и рабочая тетрадь

Основной курс: урок 31 (БГ: 16.1-16.24)

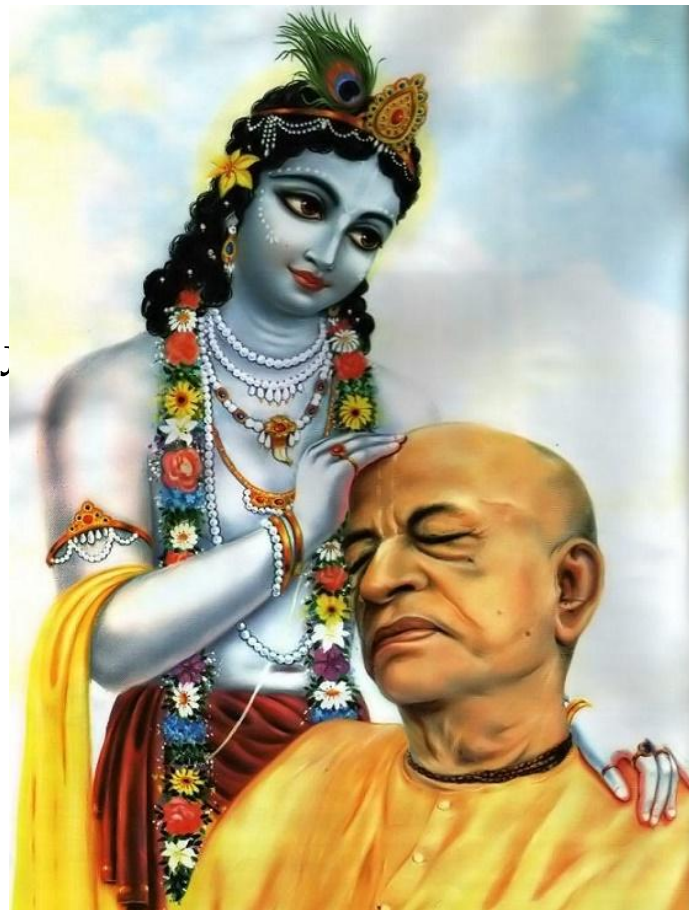
Понимание священных писаний



Повторение

1. Некоторые преданные считают, что мы никогда не бываем в духовном мире.

Что по этому поводу пишет Шрила Прабхупада?



Повторение

2. **Почему** так **важно** научиться **видеть** Кришну в том, что нас окружает?

Приведите несколько примеров того, как можно увидеть Кришну в роли источника того, что нас окружает.



Повторение

3. **В чем** заключается
цель Вед?



Повторение

- 4. *«А тех живых существ, которые пребывают в единстве с Верховной Личностью Бога, называют неизменными» .*

Что значит - "в единстве с Верховной Личностью Бога"?



Повторение

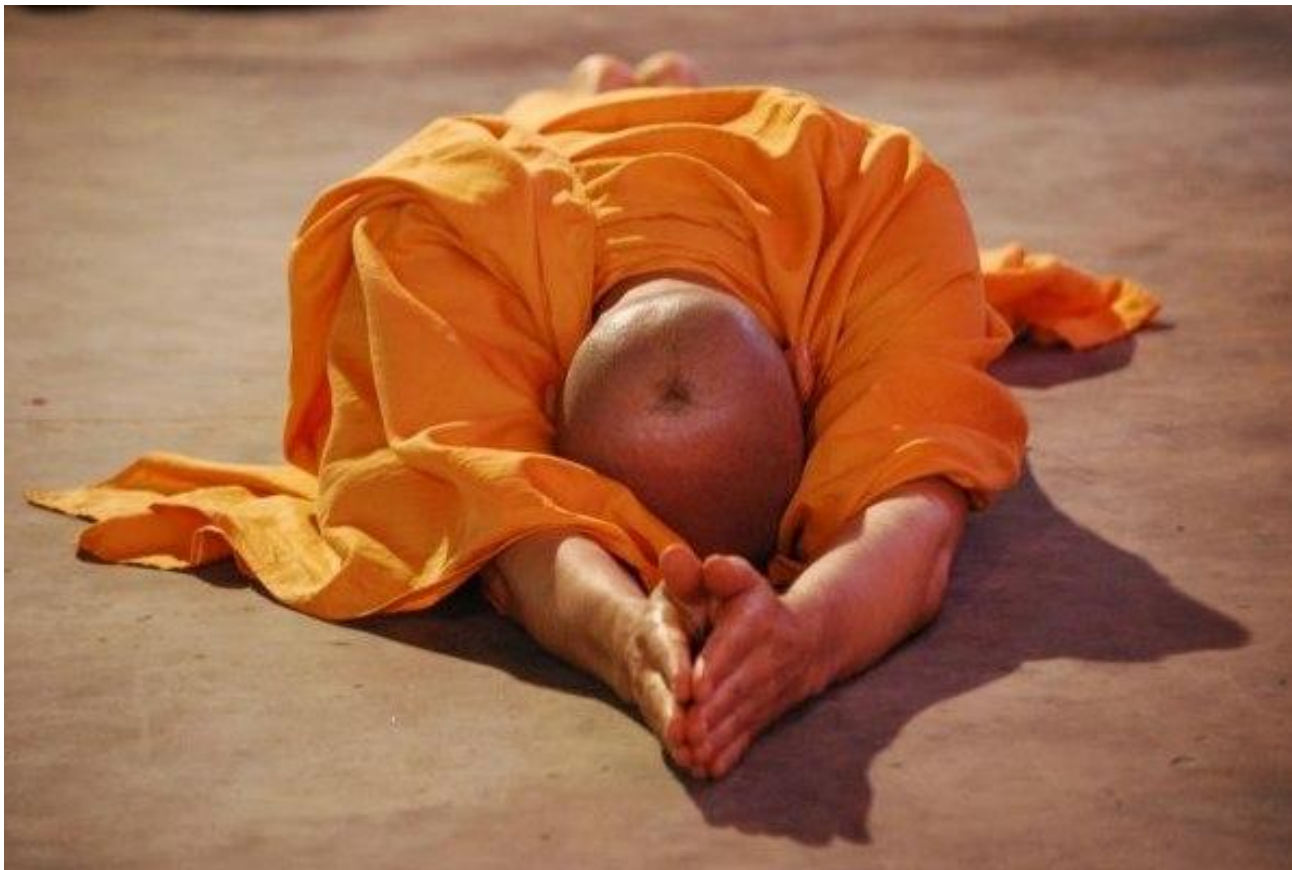


Как от нее избавиться

5. Что такое
"слабость сердца"?

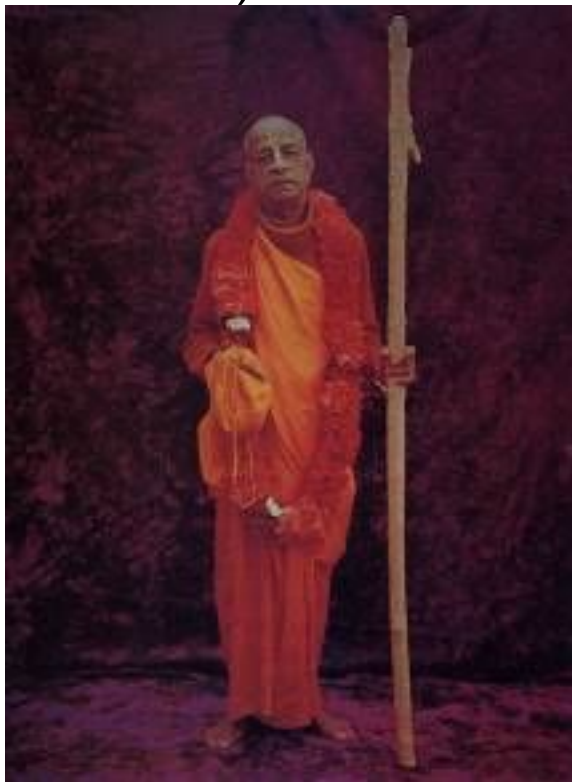


1. Назовите и кратко опишите три обязанности санньяси.



БГ 16.1-3, ком

Итак, санньяси, человек, отрекшийся от мира, должен обладать бесстрашием, саттва-самшуддхи (чистотой) и заниматься гьяна-йогой (познанием истины).



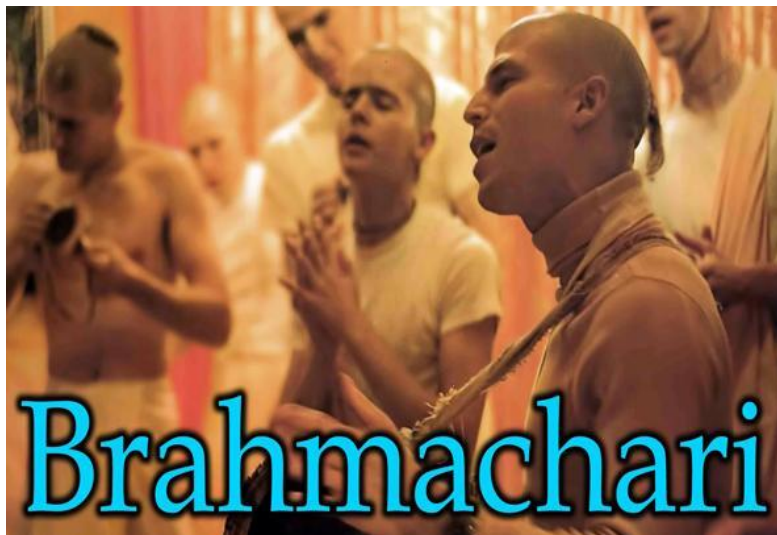
1. **2. Опишите социальную обязанность грихастх.**



БГ 16.1-3

Это обязанность семейных людей. Семейные люди должны зарабатывать на жизнь честным трудом и половину своего дохода отдавать на распространение сознания Кришны по всему миру. Для этого необходимо жертвовать тем организациям, которые занимаются проповеднической деятельностью, а не отдавать деньги случайным людям. ... Что касается владения чувствами (дама), то оно необходимо представителям всех укладов общества и в первую очередь семейным людям. Живя с женой, семейный человек тем не менее не должен без необходимости заниматься сексом. Его половая жизнь должна быть ограничена и преследовать только одну цель — зачатие детей. ... Поэтому совершать различные жертвоприношения —

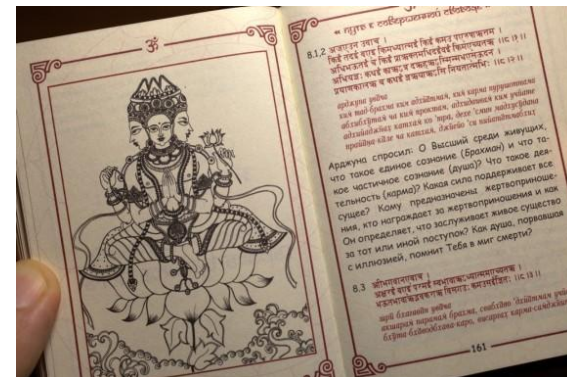
3. Назовите **обязанности брахмачари и** **ванапрастх.**



БГ 16.1-3

Затем следует свадхйайа, изучение Вед. Веды изучают в период брахмачарьи, ученичества. Брахмачари не должны общаться с женщинами; они должны хранить целомудрие и сосредоточивать ум на изучении Вед, что поможет им обрести духовное знание. Это называется свадхьяей.

Тапас, аскетизм, особо предписывается тем, кто отошел от семей



4. Какие **качества** должны **развивать** в себе **брахманы**?



БГ 16.1-3

Что касается такого качества брахманов, как *простота*, ... Следовать принципу *ахимсы* — значит не мешать ни одному живому существу в его развитии. ... *Сатйам*. Это слово значит, что истину нельзя искажать ради достижения корыстных целей. ... *Акродхой* называют умение подавлять гнев. ... *Хри* значит, что человек должен быть очень скромным и не делать ничего предосудительного. *Ачапалам*, решимость, проявляется в способности человека не огорчаться и не отчаиваться, когда постигает неудача.



1. **5. Какие** из перечисленных в стихах качеств **должны развивать мы** с Вами?



БГ 16.1-3

Все эти двадцать шесть качеств являются трансцендентными. Их следует развивать в себе в зависимости от того, какое место мы занимаем в обществе и каким делом занимаемся.



6. **Чем** божественный образ мыслей **отличается** от демонического?



БГ 16.6

Человек должен исполнять обязанности, предписанные авторитетными шастрами. Такой образ мыслей называют божественным. Тех же, кто не следует заповедям священных писаний и действует по собственной прихоти, называют демонами, или асурами. Критерий только один — выполнение указаний священных писаний.



7. "В той же «Ману-самхите» ясно сказано, что женщинам не следует давать свободу."

Поясните это утверждение.



БГ 16.7

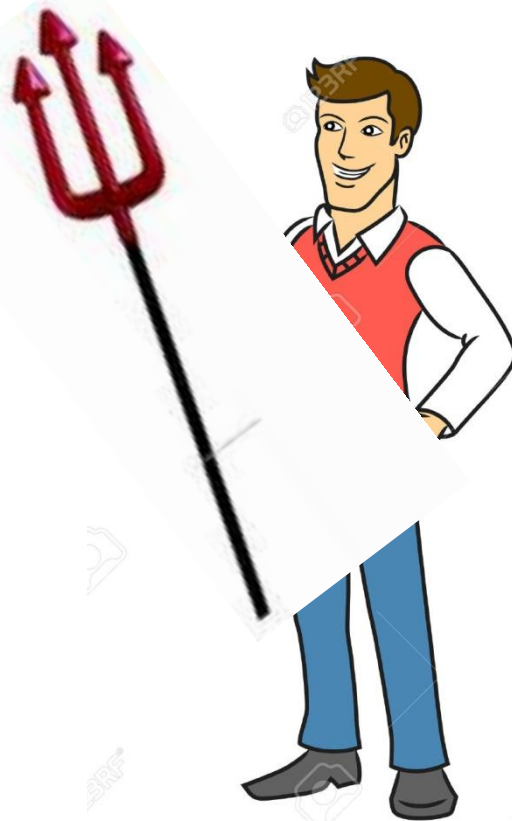
Это не значит, что их нужно превращать в рабынь; нет, к ним следует относиться, как к детям. Детям не дают воли, но это вовсе не означает, что из них делают рабов. Нынешние демоны пренебрегают этими указаниями и заявляют, что надо предоставить женщинам такую же свободу, какой обладают мужчины. Однако это нисколько не улучшило состояния дел в современном обществе. Фактически, женщина на каждом этапе жизни должна находиться под защитой. В детстве о ней должен заботиться отец, в молодости — муж, а в старости — сыновья.



Работа в командах

1. 8. Подготовьте и разыграйте **сценки**, показывающие, **как** различные демонические признаки, описанные в стихах, **проявляются** в Вашей жизни и Вашем мышлении.

1. Дополните список демонических проявлений в Вашей жизни и Вашем мышлении.



1

2

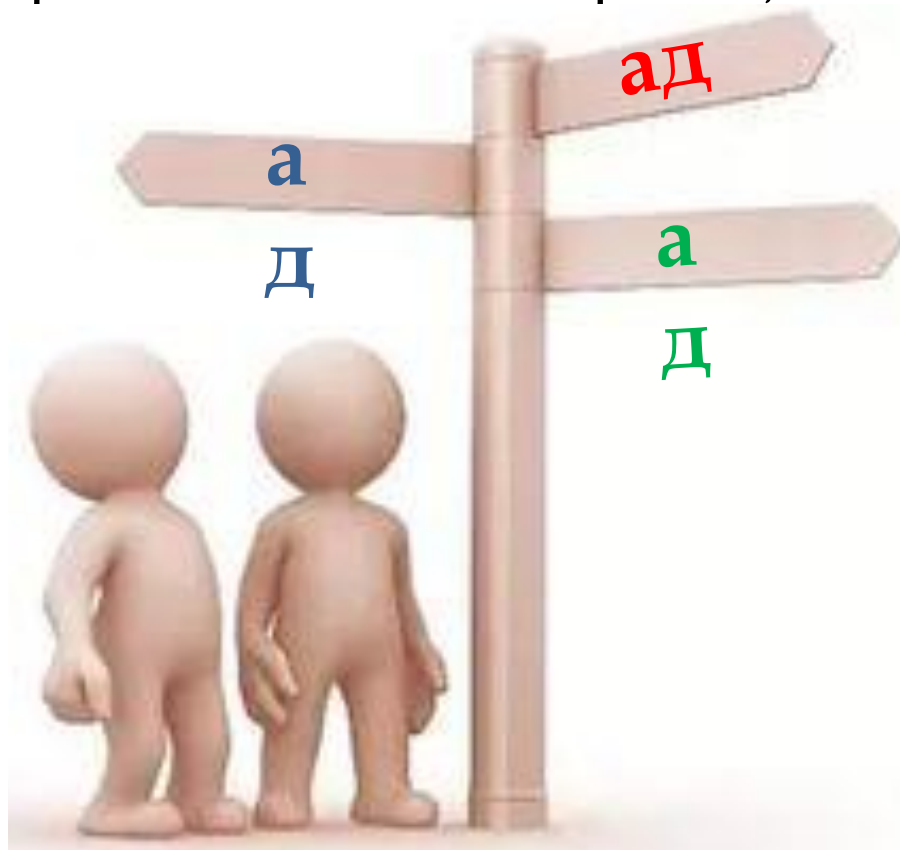
3

9. Назовите
три истока
демонической жи



БГ 16.21

В этот ад ведут трое ворот: вожделение, гнев и жадность. Каждый здравомыслящий человек должен отречься от этих пороков, ибо они губят душу.





чем существуют различные
1. правила и предписания,
2. регулирующие материальную
3. жизнь людей?



БГ 16.23

Душа, получившая возможность родиться человеком, должна действовать разумно и следовать предписаниям шаштр, которые призваны помочь ей достичь высшей ступени совершенства; в противном случае она деградирует. Однако если, следуя всем правилам и законам нравственности, человек все же не приходит к пониманию Верховного Господа, то все его знание обесценивается. И даже если он признает существование Бога, но не служит Ему, он лишь напрасно тратит время.



Домашнее задание

Понимание священных писаний

Ч Прочитайте Бхагавад Гиту 17.1 – 17.28

Т Ответьте на вопросы.

О Подумайте над своими вопросами.

? В течение недели отмечайте **в дневнике** проявления своих демонических и трансцендентных качеств. Напишите **эссе**, в котором постарайтесь проанализировать развитие в себе трансцендентных качеств, в соответствии с положением, занимаемым Вами в обществе.



Уважение



Основные материалы по курсам



Урок № 31: Уважение к дхарме, часть 3



Повторение

(в командах: «по цепочке»)

1. Что такое отречение? В чем его отличие от ложного отречения?
2. Приведите примеры ложного отречения. Опишите, как было бы правильно вести себя в приведенных примерах.
3. Как добавить преданное служение в жизнь, не меняя материальных условий?
4. Как преобразовать нашу материальную деятельность в преданное служение?
5. Можно ли сделать так, чтобы исполнение всех наших материальных обязанностей стало преданным служением? Как это сделать? Приведите примеры.
6. Жизнь как жертвоприношение. Что это значит?
7. Как разрешить вопрос: «Как найти баланс между своей духовной и материальной жизнью?»
8. Что делать, если при исполнении тех или иных обязанностей, у нас почти не остается времени на личную духовную практику?
9. Значит ли это, что отречение от чего-то не является полезным?

Задачи урока

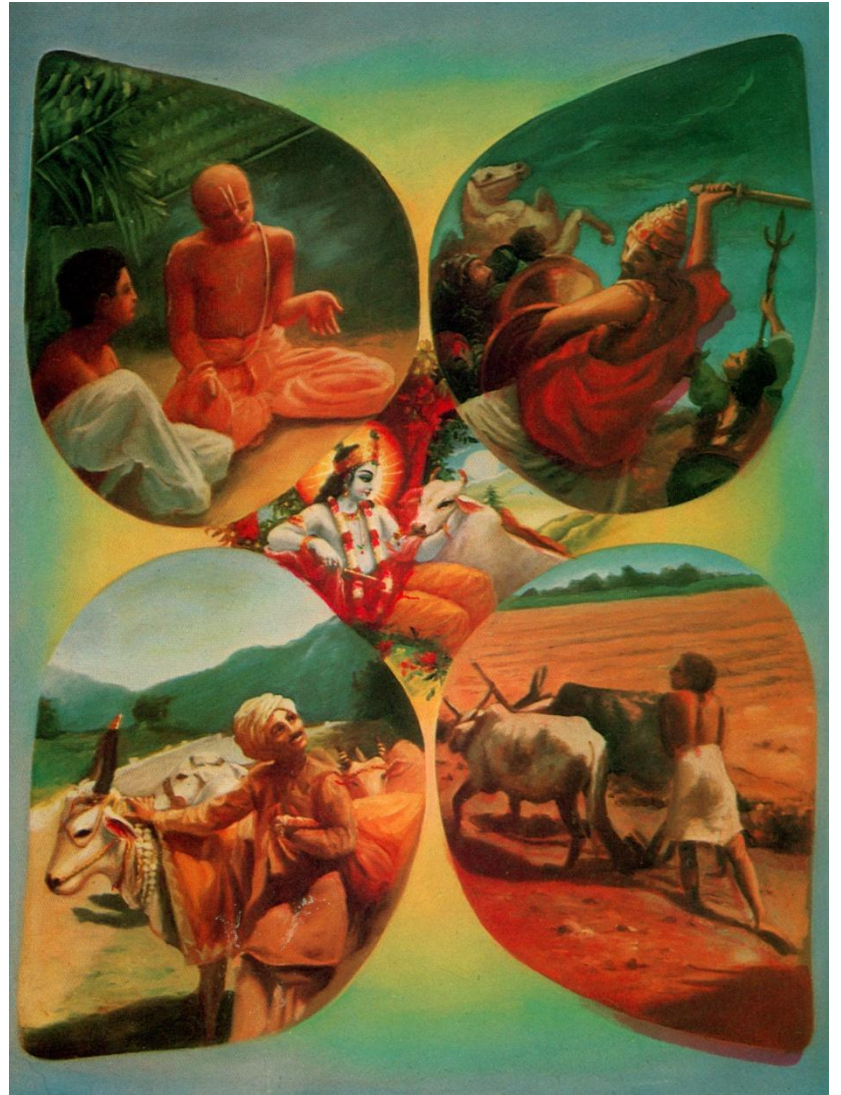
- 1. Понимать ценность уважения к другим ашрамам, варнам, женщинам и простой жизни.**
- 2. Понимать, как различными способами преданные могут оказывать уважение к другим преданным разного пола, ашрама и варны.**
- 3. Понимать важно ли задействовать себя в служении соответственно своей природе.**
- 4. Понимать, как определить свою природу и найти служение, которое соответствует Вашей природе.**
- 5. Понимать, как связать свою природу с преданным служением.**

Задачи урока

6. Понимать, в каком ашраме преданному быть и какой деятельностью заниматься.
7. Понимать, что делать, если необходимо выполнять служение, противоречащее своей природе.
8. Знать, заботятся ли преданные о своем здоровье и понимать, почему.
9. Уметь вносить элемент простой жизни в свою жизнь.
10. Уметь выражать уважение другим ашварнам.
11. Уметь выполнять свои материальные обязанности (дневник).



Уважение
к другим ашрамам
и варнам.



Уважение ко всем преданным независимо от их деятельности и склада характера

В Шримад - Бхагаватам сказано, что брахманы - это голова Верховного Господа, кшатрии - Его руки, вайшьи - живот, а шудры - ноги, и все они выполняют разные функции.

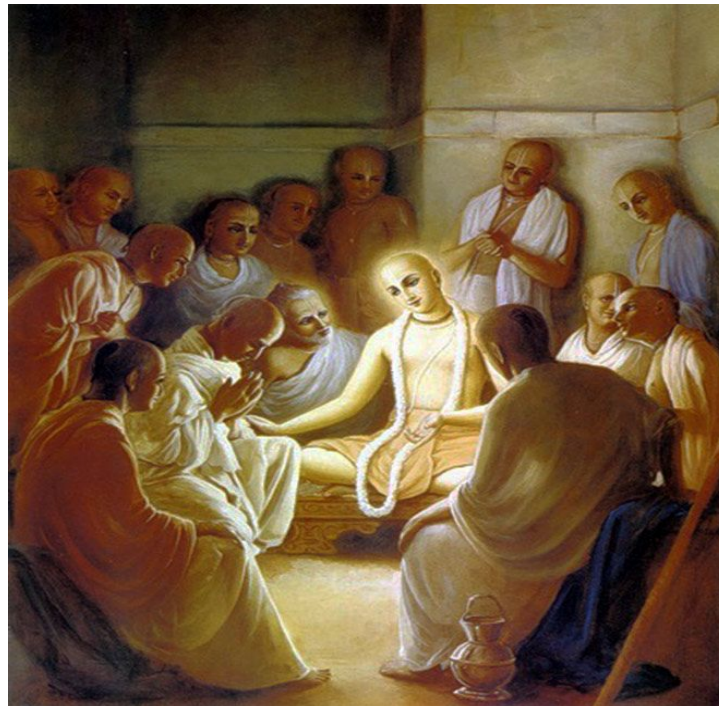
(БГ 7.23, ком)

В человеческом теле самая важная часть - голова, затем руки, живот и ноги. Хотя голова считается самой важной частью тела, нет и вопроса о том, чтобы пренебрегать ногами или какой-либо другой частью. Подобным образом, в классах человеческого общества, ни одно из делений не является более важным, ущемляя других.

Особое уважение к брахманам

Сердце выполняет в человеческом организме очень важные функции, и столь же важным элементом человеческого общества являются брахманы. Кшатрии больше похожи на само тело; хотя размеры тела значительно превышают размеры сердца, сердце играет более важную роль.

(ШБ 3.22.3)



Уважение к брахмачари, поддержка брахмачари-ашрама, важность прохождения брахмачари-ашрама

Действуя под руководством духовного учителя, ученик изучает Ведаы от пяти до двадцати лет, в результате чего его характер становится совершенным. Целью изучения Вед является не воспитание праздных философов, но формирование определенных качеств характера. После того, как брахмачари получал такую подготовку, ему разрешалось жениться и стать домохозяином.



Уважение к семейным людям и семейной жизни (со стороны брахмачари)

Твой муж уже домохозяин-санньяси, потому что у него нет других дел, кроме как служить Кришне. ... Нужно стать санньяси благодаря своим действиям, а не одежде.

(ПШП Индире, 15 августа 1971)

Уважение к ванапрасатха-ашраму и важность этого ашрама

Веды предписывают домохозяину покинуть дом, после того как ему исполнится пятьдесят лет. Панча-шордхвам ванам враджет: по достижении пятидесяти лет мужчина должен оставить семью и удалиться в лес. Таково авторитетное предписание Вед, в основе которого лежит деление общества на четыре уклада: брахмачарью, грихастху, ванапрастху и санньясу.

(ШБ 3.24.25,

Хотя ванапрасатха-ашрам не является необходимым

В утренние часы, а также по вечерам все домашние, собравшись вместе, могут петь Харе Кришна, Харе Кришна, Кришна Кришна, Харе Харе/ Харе Рама, Харе Рама, Рама Рама, Харе Харе. Если человеку удастся создать в семье такую обстановку, и, следуя вышеназванным принципам, развить в себе сознание Кришны, ему не нужно будет оставлять дом и принимать обет отречения.

(БГ 13.8, ком)

Уважение к санньяси

Подобно этому, среди духовных укладов общества (брахмачарьи, грихастхи, ванапрастхи и санньясы) самое высокое положение занимает санньяса. Санньяси является духовным наставником всех варн и ашрамов, и ему должны оказывать почтение даже брахманы. ... Пятьсот лет назад в обществе было принято немедленно кланяться любому встречному санньяси, знакомому или незнакомому.

Уважение к женщинам

Тот является ученым, кто видит всех женщин как свою мать. Кроме своей жены, следует видеть всех женщин как свою мать.

(Лекция по БГ 4.14-19, 3 августа 1966)

Уважение ко всем преданным независимо от их социального положения и кажущихся недостатков

Фанатизм! Мы должны всегда помнить, что ни грихастхи, ни брахмачари, ни санньяси — никто не может строго следовать всем правилам и ограничениям. В Кали-югу это невозможно. Если я буду находить у вас недостатки, а вы найдете их у меня, то мы будем разобщены, и наше настоящее дело останется невыполненным. Поэтому Чайтанья Махапрабху советовал проводить хари-наму, то есть петь мантру Харе Кришна, а это может делать каждый — грихастха, ванапрастха и санньяси. Все должны постоянно повторять мантру Харе Кришна, тогда все проблемы разрешатся. Иначе невозможно развиваться духовно.

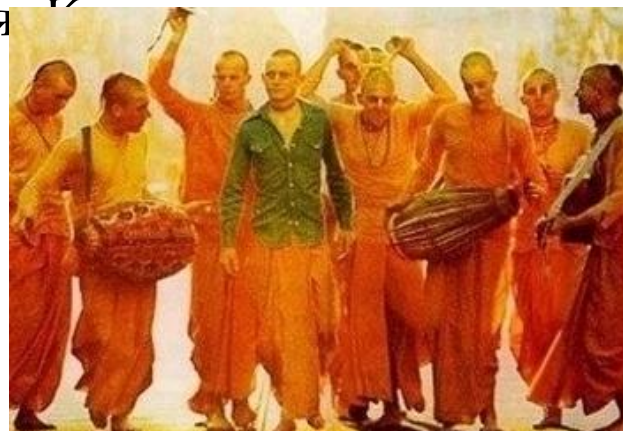
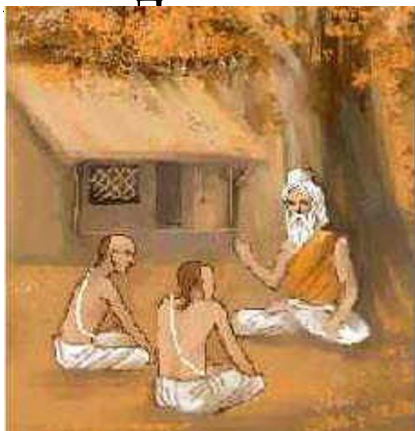
(Прабхупада Лиламрита)

Уважение к варнашрама-дхарме, сельскому хозяйству и простой жизни

Идеальное общественное устройство, называемое варнашрама-дхармой, предназначено исключительно для удовлетворения Вишну.

(ШБ 7.3.24, ком)

Из четырех юг (Сатья, Треты, Двапары и Кали) Кали-юга наихудшая. Однако если в век Кали распространить варнашрама-дхарму, то жизнь станет такой же, как в Сатья-югу. Движение Харе Кришна, *(ШБ 7.3.24, ком)* сознания *(ШБ 7.3.24, ком)* но для этого.



Шрила Прабхупада однажды перед своим уходом говорил со своими учениками:

- У меня нет никаких сожалений. Хотя нет, одно сожаление у меня есть.

- Потому что Вы не закончили перевод Шримад Бхагаватам?

- Нет, потому что я не установил варнашраму.

В другой раз он сказал:

- 50% моей работы не завершено, потому что я не установил варнашраму.

*(По воспоминаниям Абхирама даса,
лечащего врача Шрилы Прабхупады)*

Теперь, нашей следующей программой будет создать сельские хозяйства, чтобы показать всему миру пример того, как люди могут быть умиротворены, счастливы и свободны от всех хлопот, просто благодаря повторению Харе Кришна маха-мантры и ведению достойной жизни в Сознании Кришны.

му ученику в 1975

го



Поразмышляйте, **как** различными способами **Вы** можете оказывать уважение к другим людям разного пола, ашрама и варны.



Важно ли задействовать
себя в служении
соответственно своей природе?



Каждый должен выполнять свои собственные обязанности, пытаясь развить в себе сознание Кришны, и не браться за чужое дело. Материально обусловленным людям шастры предписывают обязанности, соответствующие психическим и физиологическим особенностям таких людей, которыми их наделяют гуны материальной природы. Духовные обязанности определяет духовный учитель, и они связаны с трансцендентным служением Кришне. Любые свои обязанности, и материальные, и духовные, человек должен выполнять до конца жизни и не брать на себя чужие обязанности. Наши материальные и духовные обязанности могут отличаться друг от друга, но, выполняя их под руководством опытных наставников, мы всегда получим только благо. Человек, находящийся под влиянием гун материальной природы, должен действовать, как предписано его сословию или духовному укладу жизни, и не подражать другим. Так, брахман, находящийся в гуне благости, не должен совершать насилие, но оно вполне допустимо для кшатрия, находящегося под влиянием гуны страсти. Поэтому кшатрию лучше достойно погибнуть в бою, чем подражать брахману, который обязан следовать принципу ненасилия. Каждый человек должен очистить свое сердце, но это

происходит

не

сразу,

а

постепенно.

Как определить свою природу **и найти**
служение, которое соответствует Вашей
природе?



■ **Без необходимого обучения - мы все шудры**

- Обучение необходимо первому, второму и третьему классам социального устройства. Люди, которые не подходят под обучение - шудры или ниже шудр. (ПШП Рупануге, 28 апреля 1974)

■ **Духовный учитель обучает нас в соответствии с нашей природой**

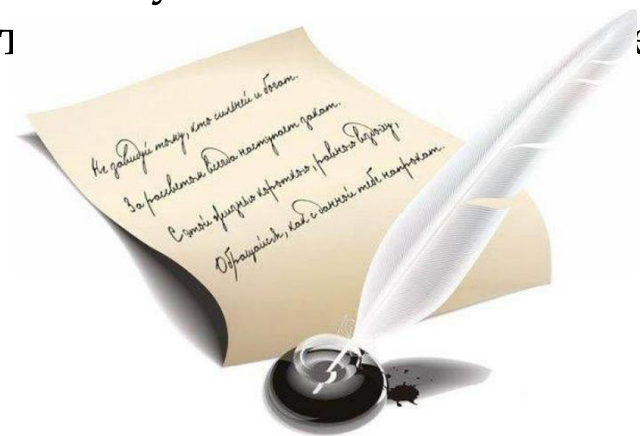
- Если ребенка воспитывают без учета его наклонностей, то крайне маловероятно, что он будет развиваться в соответствии со своей природой. В ведическом обществе гуру или учитель был обязан наблюдать за психологическим развитием своего ученика и воспитывать его на определенную профессию.



///

- **Духовный учитель определяет нашу природу и занимает нас в соответствии с ней**
- Реальная практика основана на том, что истинный духовный учитель знает способности и склонности каждого ученика, знает, какие обязанности он может исполнять в сознании Кришны, и дает ему соответствующие наставления. Ученик слушает духовного учителя, а тот дает ему наставления, причем не наедине, а в присутствии других: «Ты способен на такую-то работу в сознании Кришны. Тебе следует делать то-то и то-то». Одному ученику он велит служить Кришне, ухаживая за Божествами, второму – редактируя книги и журналы, третьего духовный учитель посылает проповедовать, а четвертому советует служить Кришне, работая на кухне. В сознании Кришны есть много различных видов деятельности, и духовный учитель, зная способности и возможности каждого конкретного ученика, поручает ему такое дело, к которому ученик имеет врожденную склонность, чтобы, занимаясь этим служением, он мог достичь совершенства.

- В «Бхагавад-гите» тоже говорится, что высшего совершенства в духовной жизни достигает тот, кто занимается служением в соответствии со своими наклонностями, подобно тому, как Арджуна служил Кришне, используя свои способности к военному делу. До конца исполнив долг воина, Арджуна достиг духовного совершенства. Точно так же художник может достичь совершенства, рисуя картины под руководством духовного учителя. Человек с литературным даром может писать статьи или сочинять стихи, служа Кришне и следуя указаниям духовного учителя. Ученику необходимо получить от духовного учителя указания относительно того, как ему следует применять свои способности, поскольку духовный учитель обладает квалификацией, необходимой для того, чтобы дать наставления.



Сочетание указаний духовного учителя и неукоснительного следования этим указаниям делает весь процесс духовного самоосознания совершенным. Комментируя стих из «Бхагавад-гиты» – вйавасайатмика буддхих, Шрила Вишванатха Чакраварти Тхакур говорит, что тот, кто действительно хочет достичь успеха в духовной жизни, должен получить от духовного учителя конкретное указание, чем ему следует заниматься. Он должен стараться строго следовать полученному указанию, сделав это миссией своей жизни. Неукоснительное исполнение воли духовного учителя – единственная и главная обязанность каждого ученика; только так он сможет достичь совершенства. Человек должен стараться во что бы то ни стало услышать наставления духовного учителя, а услышав их, неукоснительно исполнять его волю. Э



можно

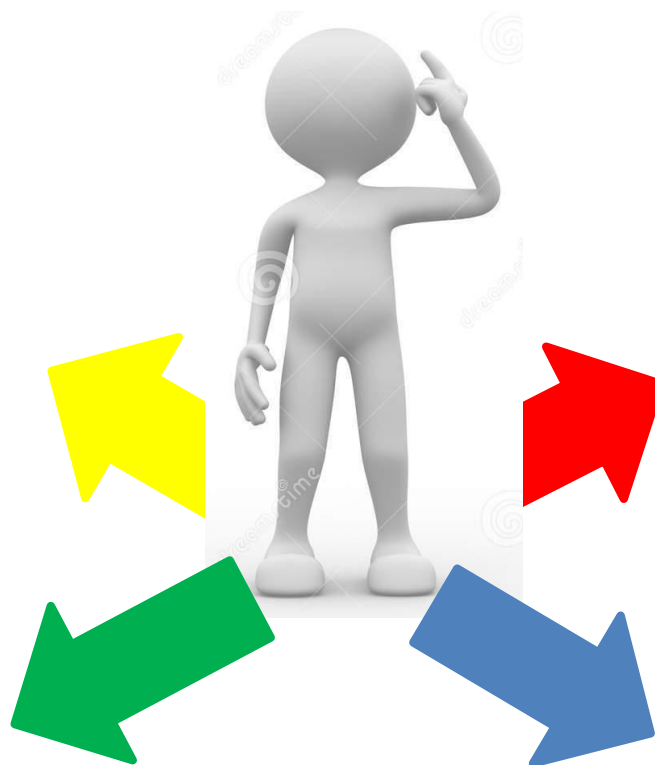


жизни.

Как связать Вашу природу с преданным служением?



**В каком ашраме быть и какой
деятельностью заниматься?**



- Реально вопрос состоит в том, в каком качестве мы можем служить наилучшим образом. В частности, брахмачари не должен быть ленив, напротив, ему нужно исполнять много работы и брать на себя ответственность. Грихастхам необходимо стремиться постоянно пребывать в сознании Кришны и контролировать свои чувства, поскольку у них больше непосредственных контактов с материальным миром. Нужно избрать тот уклад, который больше подходит лично вам, и исполнять в этом укладе свои обязанности с преданностью и чувством духовного достоинства. Если кому-то больше подходит жизнь семейного человека, нет необходимости менять свое социальное положение и становиться монахом. Если человек стремится к отречению и его вдохновляет жизнь брахмачари, это тоже прекрасный путь для самосовершенствования. Каждый из ашрамов совершенен, когда комфортен для конкретного человека и позволяет ему служить Господу наилучшим образом.

(Лекция одного из старших учеников Шрилы Прабхупады)

Что делать, если необходимо выполнять служение, противоречащее природе?



■ Чистый преданный может выполнять любое служение

- Однако тот, кто уже вышел из-под влияния материальных гун и полностью развил в себе сознание Кришны, может выполнять любую работу под руководством истинного духовного учителя. Кшатрий, обладающий сознанием Кришны, может действовать как брахман, и, наоборот, брахман, обладающий сознанием Кришны, может действовать как кшатрий. На духовном уровне нет различий, существующих в материальной жизни. Например, Вишвамित्रа, который по происхождению был кшатрием, стал выполнять обязанности брахмана, а Парашурама, принадлежавший к сословию брахманов, действовал как кшатрий. Это стало возможным потому, что оба они находились на духовном уровне. Но тот, кто еще не достиг этого уровня, должен выполнять свои обязанности, определяемые в соответствии с гунами материальной природы, под влиянием которых он находится. Вместе с тем он должен ясно представлять, в чем суть сознания Кришны. (БГ 3.35)

- Иногда ради миссии нам так же необходимо выходить за рамки комфорта, но не стоит перегружаться. Ты спрашиваешь, сколько часов ты должна работать. Наша жизнь посвящена Кришне, поэтому работать для Него надо 24 часа в сутки. Есть разные виды служения. Что касается тебя, ты должна работать над своей живописью столько, сколько ты считаешь уместным. Не перетруждайся. Оставшееся время нужно использовать для того, чтобы повторять мантру и читать Шримад-Бхагаватам.

■ *(ПШП Джадурани, июль 1967)*

- Поэтому, чтобы избежать беспокойств со стороны тела, надо вести упорядоченную жизнь и без напряжения практиковать наше сознание Кришны. Я буду молиться Кришне о твоём скорейшем выздоровлении.

■ *(ПШП Гаргамуни, 15 сентября 1967)*

**Заботятся ли преданные о своем
здоровье? Почему?**



- Что бы ты ни делал, ты должен быть аккуратен. Твое тело принадлежит Кришне, и потому тебе не следует пренебрежительно относиться к своему телу. Тебе всегда следует думать, что твое тело теперь принадлежит не тебе, а Кришне. И потому тебе следует заботиться о нем.

(Шрила Прабхупада, письмо Джаяпатаке, 6 октября 1968)

- Прежде всего, заботься о здоровье. Это указание предназначено не только для тебя, но и для всех моих благородных сыновей. Я старый человек, я могу умереть или еще пожить — это неважно. Но ты должен жить долго, чтобы развить Кришны.

(ПШП Раяраме, 21 декабря 1967)



- Разъясняя, что материальное тело - признак нездорового, оскверненного состояния живого существа, мы вовсе не призываем относиться к своему телу с пренебрежением. К примеру, чтобы использовать в преданном служении автомобиль, мы должны заботиться о том, чтобы он всегда находился в исправном состоянии, ибо это позволит нам пользоваться им без каких бы то ни было серьезных проблем. Однако мы не должны привязываться к нему; сдувание пылинок с капота не имеет никакого отношения к заботе об исправности двигателя. Аналогичным образом, материальное тело - это своего рода инструмент; чтобы использовать свое тело в преданном служении, мы должны поддерживать его в здоровом, рабочем состоянии, не привязываясь к нему. Это называют юкта-вайрагьей. Мы не должны пренебрегать своим телом. Чтобы поддерживать тело и ум в здоровом состоянии, необходимо регулярно совершать омовения, соблюдать режим питания, режим сна и т.д. Новомодные призывы отречься от тела, погрузившись в состояние наркотического делирия, не имеют ничего общего с истинной практикой йоги.

- Кришна дал нам прекрасную пищу - фрукты, зерно, овощи, молоко; мы можем готовить из них множество самых разнообразных изысканных блюд и предлагать их Господу. Мы вкушаем кришна-прасад и так удовлетворяем чувство вкуса. Однако не следует увлекаться даже кришна-прасадом, дюжинами поглощая самосы, сладкие шарики и расагуллы. Во всем должна быть умеренность. Следует есть и спать ровно столько, сколько необходимо, чтобы поддерживать тело в здоровом состоянии, и не более того.

- йуктахара-вихарасйа йукта-чештасйа кармасу

- йукта-свапнавабодхасйа його бхавати духкха-ха

- *"Тот кто соблюдает умеренность в еде, сне, труде и отдыхе, может, практикуя йогу, стать менее подверженным воздействию материальных невзгод".*

■ (Б.-г., 6.17)

- Еду и сон следует свести к минимуму, однако не следует делать это рывком, в ущерб здоровью. Чтобы избавиться от привычки к перееданию, следует соблюдать дни поста в соответствии с предписаниями Вед. Мы можем сократить время сна и количество принимаемой пищи, но мы должны поддерживать свое здоровье на должном уровне, чтобы заниматься духовной практикой. Не следует искусственно ограничивать себя в еде и сне; по мере духовного продвижения потребности тела естественным образом сводятся к минимуму, и это не доставляет человеку никаких бе



глава 4)

Рефлексия

- ▣ По очереди
- ▣ **поделитесь** впечатлениями от занятия:



Домашнее задание

Уважение

Ч Прочитать цитаты к занятию 31.

! Прочитайте цитаты из блока Уважение к проведенному уроку.

Составьте план, как Вы можете добавить преданное служение в каждый миг своей жизни. Напишите небольшое эссе о том, как исполнение Ваших обязанностей в материальной жизни может быть Вашим преданным слу.





ачарья-основатель Международного общества сознания Кришны