

30 марта 2019

№ 373

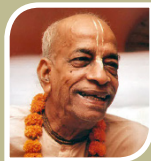
# Дом Прабхупады

• Он ... в котором может жить каждый! •

... международного общества сознания Кришны ...  
... ается с 1997 года •



**Ишвара Кишор прабжу  
и матаджи Лалита Прия**



ISKCON®  
УКРАИНА

Нектар Прабхупады



# Давайте сотрудничать

Ачарья-основатель Международного общества сознания Кришны  
А. Ч. Бхактиведанта Свами Прабхупада

**В издании номера участвовали:**

**Корреспонденты:**

Пандава Прия д.,  
Париджата Кришна д.,  
Валерий Квасный,  
Дмитрий Евтухов,  
Наталья Печеницына,  
Татьяна Тодорович

**Редакторы-корректоры:**

Наталья Ковальчук,  
Наталья Аксютина,  
Татьяна Тодорович

**Транскрибовщики:**

Тарини Радха д. д., Екатерина Седень

**Фотографы:**

Николай Куцый, Ганга Хари д.,  
Париджата Кришна д.,  
Виталий Степанов, Юлия Турикова

**Спонсоры выпуска:**

Николай Куцый, Всеволод Дёмкин,  
Александр Корытцев, Ян Васильев,  
Дмитрий Шатный, Денис Нещеретнев,  
Иван Хорош, Юрий Чередник,  
Александр Береговой

**Главный редактор:**

Париджата Кришна д.

**Дизайнер-верстальщик:**

Юлия Корытцева

Тираж: 700 экз.

Распространяется бесплатно

Сайт журнала:

[domprabhupady.org](http://domprabhupady.org)

Редакция журнала:

[dom.prabhupady@gmail.com](mailto:dom.prabhupady@gmail.com)

Присоединяйтесь к нам в соцсетях:

[vk.com/domprabhupady](https://vk.com/domprabhupady)

[facebook.com/domprabhupady](https://facebook.com/domprabhupady)

Контакты храмов в Киеве:



пер. Зоряний (Звездный), 16  
(возле ул. Белицкая)  
тел. +38 (044) 434-70-28  
ул. Дмитриевская, 21-В  
(возле Цирка)  
тел. +380 (44) 484-09-34

Прабхупада пригласил всех своих духовных братьев из Гаудия-матха на церемонию закладки фундамента нового храма. На этой церемонии пригласили Божество Ананта-Шеши и опустили Его в отверстие глубиной двенадцать футов. Прабхупада сказал своим духовным братьям:

– Для удовольствия Шрилы Бхактисиддханты Сарасвати Прабхупады давайте соберемся вместе и создадим руководящий совет.

Все были удивлены его предложением. Прабхупада уже открыл сорок храмов, но при этом он приглашал каждого:

– Давайте сотрудничать.

Прабхупада продемонстрировал нам, что такое сознание Кришны. Для удо-

вольствия гуру он предложил полное сотрудничество, но никто не согласился. Возможно, у людей были разные привязанности и представления, но у Прабхупады было вселенское видение. Он сказал:

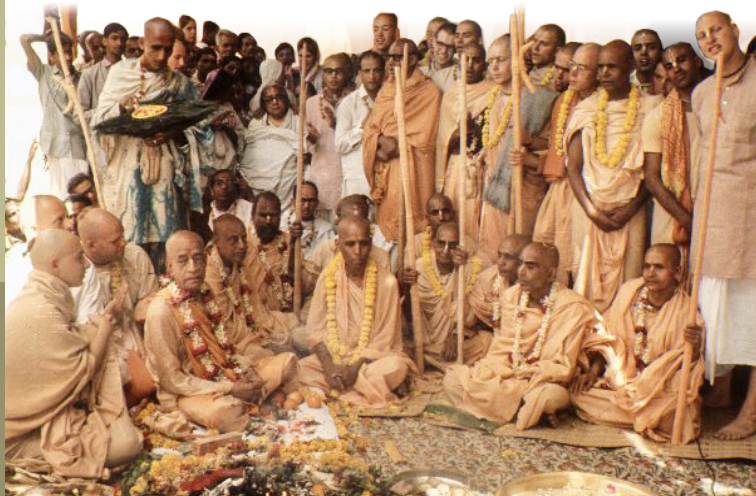
– Окей, они не хотят сотрудничать, но мы будем это делать.

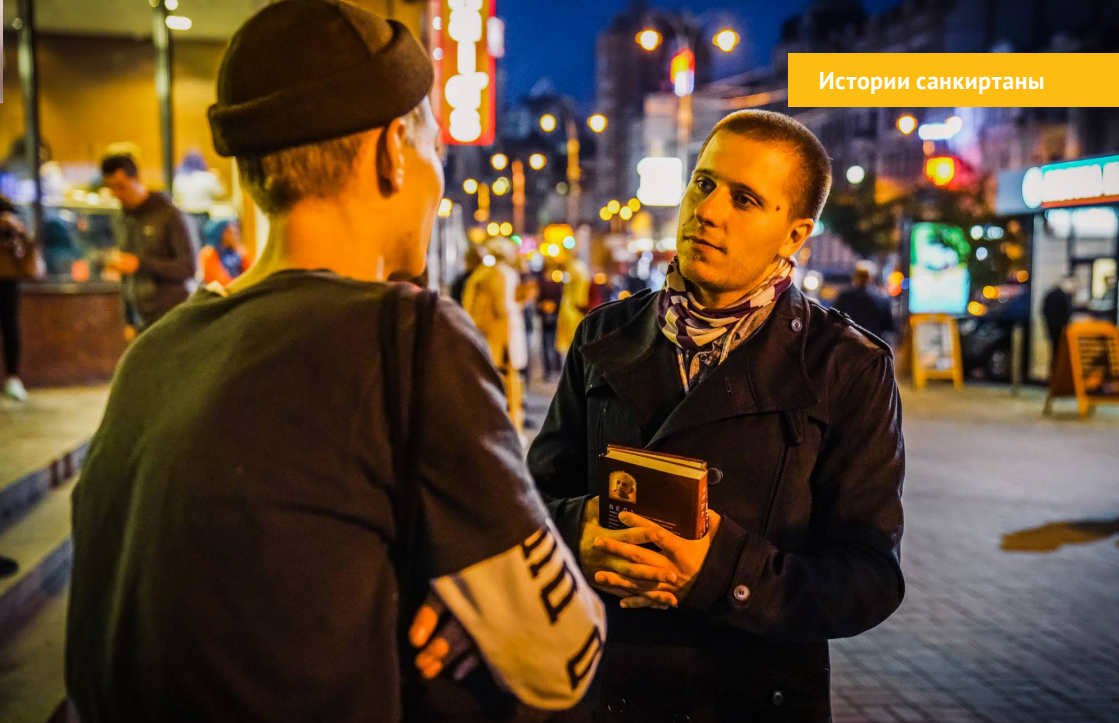
Затем он создал Руководящий совет [Джи-би-си] и сказал:

– Я делаю все как подношение моему духовному учителю. Всегда находятся недоброжелатели, но я просто пытаюсь делать это для удовольствия предыдущих ачарьев.

Е. С. Джаяпатака Свами

Подготовил Пандава Прия дас





# Санкиртанщик-конкурент

**РАСКАЗЫВАЕТ АЧЬЮТА  
ЛИЛА ПРАБХУ (ОДЕССА):**

В пылу санкиртаны на марафоне «обороты набрались», мы подходили ко всем и предлагали книги. Вдруг вижу одного парня. Мы разговорились, и тут я понимаю, что он из тех ребят, которые с папочками ходят, предлагая купить билеты в дельфинарий и цирк. Они тоже, можно сказать, опытные «санкиртанщики» с этими билетами. Ну, в общем, я понимал, что это бесперспективно, но не сдавался.

Вдруг вспоминаю, что мы с ним часто «сотрудничаем» на Дерибасовской: он одно предлагает, я – другое. Не останавливаясь, рассказываю ему, предлагаю взять книги. И тут он соглашается:

– Ладно, давай.

Взял «Науку самоосознания» и говорит:

– Это же не религиозные книги?

– Нет. Это научные, Веды.

– Я мусульманин.

– Все нормально. Там про мусульманство тоже написано.

– О, ты на Новый год что делаешь? В цирк не собираешься?

– В цирк я точно не собираюсь.

На этом и расстались. Обычно таким людям что-то «впарить» вообще невозможно, они сами профессионалы, знают все эти техники, но по милости Кришны он вдохновился взять «Науку самоосознания».

Подготовил  
Дмитрий  
Евтухов



**Ишвара  
Кишор  
прабжу**

**матаджи  
Лалита  
Прия**

Своей историей сегодня делятся сердечные, искренние, интеллигентные, очень стабильные вайшнавцы, настоящие леди и джентльмены. Они преданы духовному учителю и всегда сосредоточены на Кришна-катхе. Матаджи Лалита Прия медитирует на Господа, слагая чудесные стихи.

Наши духовные искания начались с тех времен, когда мы с супругой работали в Институте органической

химии. К нам был приглашен студент-медик, который совсем недавно приехал из Индии. Как оказалось, он

занимался хатха-йогой из-за плохого самочувствия и ему это помогало. Его пригласили как раз для того, чтобы он продемонстрировал эти асаны. Он предложил организовать группу по изучению хатха-йоги, чтобы наши сотрудники могли ее осваивать. Моя супруга записалась туда первой, а потом и я подключился.

Шло время, мы постепенно двигались, посещали различные группы. Господь вел нас очень извилистым путем к сознанию Кришны.



Помню, однажды у меня по определенным причинам была очень сильно расшатана нервная система. Так мы познакомились с системой Порфирия Корнеевича Иванова, которую практиковали около десяти лет. Эта система состояла из десяти пунктов духовного и физического оздоровления, которым надо было следовать. Предполагалось, что два раза в день нужно обливаться холодной водой, и мы либо обливались, либо окунались в Днепре. Это было круглый год, мы даже в мо-

розы окунались в проруби. Для очищения организма Порфирий Корнеевич предлагал 42 часа в неделю практиковать сухие голодания, и мы тоже этому следовали.

Потом мы познакомились с интересным духовным направлением – «Наукой Разума», основателем которой был Эрнест Холм. Коротко говоря, это позитивное мышление. Необходимо настраивать свой ум на то, чтобы все время мыслить позитивно, как оптимист. Потом как-то постепенно это тоже отошло.

Затем, помню, в Киев приехало очень много, как они себя называли, учителей ТМ Махариши. Как я теперь понимаю, это было имперсоналистское учение. Мы получили там инициацию и мантру. Потом к этой мантре были различные добавки, которые стоили очень дорого, но оно как-то особенно не просветляло. О Боге ничего не говорилось, а только свет, свет, свет... Те-

перь-то понятно, что это брахманджюти – свет Господа. Мы всегда коллективно собирались у одной последовательницы этого движения и медитировали.

Однажды пришел Петя Орлов (я не помню его духовного имени) и пригласил всех присутствующих в храм сознания Кришны, где очень известный, квалифицированный, возвышенный человек – Ачьюта Прия прабху – читает лекции по «Бхагават-гите» (это был декабрь 2003 года). Мы начали ходить с какой-то группой. Нам читали лекции по «Бхагават-гите» Ачьюта Прия прабху, Нитьянанда Рай прабху, Бриджабаси прабху, Дамодара Чаран прабху. Получилось так, что мы удивительным образом познакомились сразу со всеми возвышенными преданными храма, а Ачьюта Прия прабху даже потчивал нас прасадом. В этой группе было много людей, но постепенно все отсеялось, и мы остались одни.

Потом мы стали просто приходить в храм на воскресный фестиваль. Ачьюта

Прия прабху заметил, что мы нигде не задействованы, ни-



кто нас не видит. Он представил нас своим близким и дорогим друзьям – Адикави прабху и магаджи Расе Лиле. С этого момента (2006 год) и по сей день мы постоянно ходим на все наставнические занятия Адикави прабху и магаджи Расе Лиле. Мы очень благодарны им за их отдачу, любовь и служение.

В 2009 году приехал Е. С. Радханатха Свами. В храме было невозможно даже стоять, было очень много преданных. Мы были на балконе, и, когда увидели его, у нас обоих кольнуло в сердце. Переглянувшись, мы поняли, что это наш духовный учитель. Прошло какое-то время, и мы повторяли пранама-мантру. В 2013 году у нас не получалось приехать на «Бхакти Сангаму» в Евпаторию, но,



узнав, что придет Махараджа и будет давать инициацию многим преданным, мы все-таки поехали. И вот там мы получили инициацию.

Наши отношения с супругой становились все более дружескими. Вызревало глубокое чувство уважения друг к другу. Мантра хорошо работала по очистке ложного эго. А однажды случилась такая история с нашим внучатым племянником, которого мы с детства воспитывали. Он был очень мил и обаятелен, но с 14–15 лет с ним что-то произошло. Когда мы уезжали, он попросился пожить у нас,

и мы, естественно, согласились, а вернувшись, обнаружили, что он со своим братом нас обокрал. Это был удар, ведь мы были так к нему привязаны. И потом мы поняли, что Кришна ударил по привязанности, чтоб не привязывались. Мы достаточно тяжело это пережили, потому что вкладывали в этого человека всю душу, а он нас как бы предал. Вот такая была неприятная история, а в остальном все проходило гладко.

Со стороны родственников мы не испытывали от-



рицательных отношений к нам. Правда, сестра моей жены говорила, что Кришна – это обыкновенный человек. И тут начиналась дискуссия, она ей рассказывала, объясняла. Сестра пыталась перевести все в систему христианского восприятия, а моя жена говорила ей, что мы уже давно в этом движении и нас не нужно переубеждать.

Коллеги по работе занимались своими делами и не касались этих тем. Мы отработывали свой долг, я ухаживал за своей бабушкой, которая дожила до 100 лет. Моя жена поддерживала маму, можно сказать, мама была на ее плечах. И в результате мы живем сейчас идеально, на каждом шагу я чувствую Кришну и очень благодарю Его за все.

Подготовила Наталия Печеницына

Рецепт

# МАСКАРПОНЕ



500 мл  
СЛИВОК  
ЖИРНОСТЬЮ  
25–30 %

2 ст. л.  
СОКА  
ЛИМОНА

## ГОТОВИМ:

В кастрюлю влить сливки и поставить ее на огонь. Нагреть сливки на огне примерно до 80°C (не доводить до кипения!), периодически помешивая.

Влить сок лимона и перемешать.

Когда в массе начнут образовываться крупинки, снять кастрюлю с огня. Получившуюся массу вылить на дуршлаг, выстланный льняным полотенцем. Концы полотенца связать и поместить сыр в холодильник на 4–5 ч.

Подготовила Татьяна Тодорович



# Нама-хатта

## Как и зачем ее проводить?

Тем, кто посещает нама-хатты, статья поможет еще больше оценить этот щедрый дар; тех, кто их проводит, – вдохновит продолжать и усилит веру в этот процесс. Но ключевая ее цель – побудить тех, кто еще не проводит подобных встреч, начать это делать. Если хотя бы одна из целей будет достигнута, пусть даже частично, автор будет считать это успехом.

Данная тема превосходно раскрыта Ачьютой Прией прабху на страницах «Бха-ката-севы», поэтому для более полного ее осмысления рекомендую обратиться к этой книге.

### ВАЖНОСТЬ

В своем бхаджане «Далалера-гита» Бхактивинода Тхакур определяет и превозносит нама-хатту как трансцендентный рынок, на котором Господь Нитьянанда всего лишь за веру чело-

века готов «продать» ему самое ценное – чистое святое имя. Казалось бы, куда еще более вдохновляющие слова? Однако мы постараемся проникнуть в практический аспект этой молитвы. Определяя важность нама-хатты как малой группы духовного общения, очень уместно вспомнить слова Господа из «Чайтанья-бхагаваты» Вриндавана даса Тхакура:

«Слушайте Харе Кришна маха-мантру и будьте счастливы. Харе Кришна Харе Кришна Кришна

*Кришна Харе Харе / Харе Рама Харе Рама Рама Рама Харе Харе. Идите и повторите эту мантру предписанное количество раз. Так вы все обретете совершенство. Всегда повторяйте, нет иного наставления. Собирайтесь по домам, пять или десять человек, садитесь и, хлопая в ладоши, пойте киртан... Таковы Мои наставления о том, как совершать санкиртану. Отправляйтесь домой и пойте вместе с женой, отцом и сыновьями.»*



Итак, мы видим практическую формулу подлинного счастья, которую дал нам Махапрабху. Она доступна и всем без исключения, но



прежде всего благотворна для домохозяев, обремененных множеством обязанностей по поддержанию семьи. Для таких людей проведение нама-хатты – это отличная возможность выполнять дхарму своего ашрама и при этом совершать духовный прогресс. Киртан и садху-санга в узком кругу близких по духу людей, возможность кормить их правдой, личный подход, эмоциональная и физическая забота, обмен духовными ценностями и передача элементов вайшнавской культуры – важность всего этого трудно переоценить тому, кто серьезен в своей

духовной жизни и не намерен довольствоваться пассивным участием в миссии Господа Чайтаны.

Особый акцент хочется сделать на том, что проповедь и служение другим в их духовных начинаниях является наиболее быстрым и эффективным методом личного духовного роста. *«Тот, кто открывает эту высшую тайну Моим преданным, непременно обретет дар чистого преданного служения и в конце жизни вернется ко Мне. В этом мире для Меня нет и никогда не будет слуги дороже, чем он»* (Б.-г., 18.68–69).

### С ЧЕГО НАЧАТЬ?

Что же нужно, чтобы исполнить это наставление Господа? Прежде всего, понять, что проведение нама-хатты является нормой жизни для семейного человека. Конечно, это большое и важное служение, но если мы ставим перед собой цель достичь каких-либо духовных высот, начиная с образа жизни цивилизованного человека, то данное несложное по форме начинание в таком случае не окажется для нас чем-то экстраординар-

ным. Здесь стоит отметить, что акцент на грихастхах делается намерено, так как брахмачары, как правило, и так заняты подобным служением, а также потому что семейные люди составляют подавляющее большинство как среди практикующих членов Движения, так и среди потенциальных.

В 14 главе «Бхаката-севы» приводится описание квалификации проповедника, который может проводить нама-хатту (и другие регулярные встречи):

1. Стабильная хорошая садхана «16+4» (16 кругов ежедневно и 4 регулирующих принципа).
2. Регулярное посещение группы своего наставника.
3. Представление философии сознания Кришны согласно книгам Шрилы Прабхупады.
4. Принятие принципов и ценностей системы наставничества.
5. Одобрение (назначение) наставником и старшим наставником.



Важно понимать, что это не ограничения (наподобие того как мирские люди воспринимают четыре принципа), а надежный фундамент, без которого не выстроить крепкий дом отношений с преданными на основе Кришна-катхи и вайшнавской культуры. Не будет лишним, если вы обратитесь к наставнику за помощью, чтобы разобраться в этих вопросах и получить благословения. Итак, обретя требуемую квалификацию, можно двигаться дальше.

## СОСТАВЛЯЮЩИЕ НАМА-ХАТТЫ

► **Формат.** Хотя нет строгих правил касательно формата проведения подобных встреч, тем не менее можно выделить основные элементы, которые применяются повсеместно: киртан, катха, прасад, общение. Проводить встречи могут семейные люди, брахмачари, мужчины и женщины по отдельности – каждый для соответствующей категории людей. Нет ограничения по полу, возрасту, ашраму, а также допустимы различные комбинации в рамках принятого этикета (например, могут скооперироваться несколько семей или 2–3 матаджи). Порядок и время проведения могут быть любыми, в зависимости от особенностей вашей группы (например, неработающие женщины с детьми и преданные почтенного возраста могут собираться в любой день даже утром, а если

встреча проходит вечером, то можно почтить прасад вначале, чтобы поберечь здоровье). Стоит понять, что нама-хатта может и должна отличаться от строгого стандарта храмовых мероприятий. Этот формат собраний специально предназначен для неформального личного общения и любовного взаимодействия между его участниками. Здесь одни имеют возможность раскрыться, а другие научиться заботе о тех, кто в ней нуждается. Предполагается, что нама-хатта станет основой для построения близких отношений между преданными на всю жизнь. Когда мы поймем, что преданный является лучшим дру-

гом всех живых существ, тогда нормой для нас станет регулярное доверительное общение за пределами этих встреч, живой интерес к личности. Форматы



т а к о й духовной семьи могут расширяться до бесконечности: пикники, совместный отдых, путешествия, слушание, проповедь, взаимопомощь и многое другое.

► **Место.** Декорации также могут быть любыми в зависимости от возможностей и сезона. Как сказал Ачьюта Прия прабху, «во вселенной еще осталось свободное пространство». Даже в однокомнатной квартире могут при желании поместиться десятки преданных. Вы можете проводить встречи у себя дома, у кого-то из членов группы или на природе (в теплое время года). Шрила Прабхупада, просто сидя под деревом в парке и воспевая святое имя, на своем примере показал, как можно привлечь обусловленные души к Кришне. Еще одна из идей – арендовать помещение.

► **Время.** Рекомендуемая регулярность – один раз в неделю. Это позволит держать



себя и преданных в должном тоне. Всю неделю семья, которая проводит нама-хатту, медитирует на очередную встречу, думая, как лучше послужить вайшнавам. Однако не проблема, если по каким-то причинам вы будете проводить встречи один раз в две недели (например, сначала или после рождения ребенка). Это также хорошо. Хотя есть случаи, когда преданные проводили по две встречи в неделю и были полностью счастливы! Чтобы найти время на проведение нама-хатты, достаточно вспомнить о ее важности (см. выше) и в соответствии с этим расставить приоритеты в жизни. И время найдется. Кришна позаботится, предоставив искренней душе все возможности для служения Его преданным.

► **Деньги.** Еще одна популярная причина не проводить нама-хатту наряду с отсутствием времени, места и квалификации – недостаток денег. Во-первых, учитывая, что Кришна является повелителем богини процветания, у Него нет проблем дать вам денег, тем более для такой цели. Во-вторых, требуется не так много. Если ваши возможности ограничены, готовьте простой, но вкусный прасад. Вы увидите, как со временем ваша искренность и благословения вайшнавов покорят Кришну. В-третьих, если совсем скудно с деньгами (например, мас-

штабы встреч вышли за пределы ваших возможностей), но есть это ценное желание служить преданным, проводя нама-хатту, то можете смиренно просить их разделить эту ответственность с вами (помощью в приготовлении пира, пожертвованиями и т. д.).

► **Люди.** Где найти людей? Кто к нам придет? Известно не только в ИСККОН пословица «нет денег – нет людей» часто становится препятствием в уме даже тех преданных, которые нашли время и место. Иллюзия порождает заблуждение, что это мало кому нужно или никому не интересно. Часто эту картину можно наблюдать в небольших ятрах, где количество член-

ов об-  
щ и -  
ны

сохраняется на одном уровне годами. Руководство небольших храмов не поощряет подобное деление на малые группы, рассматривая его как деструктивный элемент, угрозу целостности ятры, не видит в нем реальной возможности для проявления молодых лидеров, а вместе с этим и возможности потенциального расширения общины. Таким образом, преданные не понимают, откуда могут появиться новые люди. Стоит взглянуть на проблему под другим углом: на улицах ходят толпы ищущих людей. Если вам не удалось собрать группу из числа ваших друзей, близких, коллег, приятелей, как это советует в вышеприведенном стихе Господь Чайтанья, а знакомые преданные уже закреплены за другими группами, тогда вам точно лучше обратить внимание на этот бездонный источник потенциальных преданных.

Устройство нама-хатты столь совершенно, что это забота и проповедь



«в одном флаконе». Если вам пока не о ком заботиться, некому слушать – проповедуйте, и такие люди появятся.

Стоит сказать, что речь идет в первую очередь о воскресных встречах, которые крайне важно проводить. Самые искренние и решительные люди сами приходят к вам в храм, поэтому это проще всего – не теряйте такой шанс. Разумеется, сюда относятся и санкиртана, харинамы, различные проповеднические программы и т. д.

#### ► Навыки.

• *Киртан.* Даже если вы совсем не умеете играть на музыкальных инструментах, освоите незамысловатую технику игры на караталах «1–2–3» и искренне пойте простую мелодию Шрилы Прабхупады. Со временем повышайте свою квалификацию.

• *Катха.* Достаточно прочитать что-то из книг Шрилы Прабхупады и обсудить это. Со временем вы научитесь давать интересные структурированные доклады и лекции и позже поймете, что нама-хатта является лучшим местом для обучения этому навыку. Хорошо, если удастся избежать эффекта монолога,

добавив элементы интерактивного общения («вопрос – ответы», размышления на тему). Это даст возможность высказаться всем желающим.

• *Прасад.* Чтобы обеспечить нама-хатту этим видом милости Кришны, не обязательно быть поваром высшего разряда. Если кулинарный навык пока не развит, то, как я

писал выше, приготовьте с любовью простые, но вкусные блюда, и вкушающие будут счастливы и благодарны. Этот навык, как и все остальные, разовьется у вас с практикой. Опыт многих искушенных проповедников говорит о том, что эта часть нама-хатты (как и других программ) принципиально важна. Секрет заключается в том, что если милость в форме киртана или катхи может открыться не сразу, то прасад практически со 100%-ной вероятностью сразу «попадает в цель».

Идеально, чтобы его хватало всем с лихвой (с учетом



добавки), чтобы он был разнообразный, свежий и вкусный, а для желающих особо удовлетворить вайшнавов еще и изысканный. Однако особо не рассчитывайте, что вы сможете достичь этого в оди-

ночку, – вдохновляйте преданных на сотрудничество, и тогда результат превзойдет самые смелые ожидания. Нама-хатту с таким прасадом ждт неизменный успех.

• **Общение.** Пожалуй, это наиболее простой и доступный элемент таких встреч. Если вышло так, что предыдущие этапы нама-хатты были отмечены ощутимой долей официоза, что не позволило членам группы раскрыться, то теперь самое время побудить их это сделать.

Наиболее естественно, как мы знаем, общение происходит после прасада. Без такого доверительного взаимодействия нельзя считать «ягью» завершённой. По сути, сначала преданные прежде всего нуждаются в общении, и лишь со временем Кришна начинает привлекать их через шраванам-киртанам в большей мере.

Если вы чувствуете, что пока не обладаете этими навыками в достаточной степени, попробуйте действовать постепенно. Не пытайтесь сразу равняться на опытных «нама-хатчиков», но двигайтесь своим темпом. Это позволит вашим навыкам и энтузиазму расти день за днем естественным образом.

Кроме того, вы всегда, особенно на первых порах, можете пригласить своего наставника и других старших преданных, чтобы они приняли участие во встрече и вдохновили вас и всех членов группы. Наставник никогда не откажет и с радостью примет ваше приглашение.



## Выводы

Каждый лидер (в том числе потенциальный) обладает уникальным набором качеств, талантов и духовного опыта, которые привлекут соответствующих людей. Естественным образом каждый делает упор на то, в чем он более силен, и это нормально. Не рассматривайте это как недостаток, но рассмотрите в этом трансцендентное разнообразие духовного мира, в котором каждой личности определено ее уникальное



место в соответствии с ее отношениями с Господом и вайшнавами.

## Жизнь преданных

Если у вас есть желание проводить нама-хатту и должная квалификация для этого (см. выше), остальное обязательно приложится со временем. Однажды попросив, вы больше не сможете жить без этого.

Преданные, которые проводят нама-хатту даже небольшое количество времени, просто не мыслят себя без нее. Не теряя ни минуты, просите благословений у своих наставников и приступайте к этому сладкому служению!

Если читатель найдет эту статью полезной для себя, можно будет продолжить ее, описав возможные проблемы и их решения, а также способы развития нама-хатты. Кроме этого, можно поделиться реальным опытом тех, кто уже проводит эти встречи, поговорить об отождествлении потенциальных лидеров.

Париджата Кришна дас





# Самодисциплина в сознании Кришны

Нужна ли нам самодисциплина для того, чтобы успешно продвигаться на духовном пути? И если да, то можно ли ей научиться?

Как совершать *бхакти-йогу* правильно? Прежде всего нам нужно понять нашу цель: куда мы идем, зачем, с кем хотим развить отношения? Если мы четко ответим себе на эти вопросы, у нас закономерно появится еще один: что нужно для достижения этой цели?

Если наша цель —

Шри Кришна, нам нужно больше узнавать о Нем: какова слава Его имен, как Он выглядит, каковы Его качества, каковы Его деяния, кто Его окружает. А значит, нам необходимо общаться с преданными — с теми, кому очень дорог Шри Кришна. Это называется *садху-санга*. Она предусматривает принятие ценностей и образа действий преданных Шри

Кришны. *Садху-санга* приводит к *бхаджана-крие*.

Тем, кто еще не познал Шри Кришну, зачастую непонятно, как к Нему можно прийти. Поэтому мы нуждаемся в помощи. Понимание необходимости помощи пропорционально решимости достичь любви к Шри Кришне. В «Бхагавад-гите» говорится: *тад видхи пранипатена парипрашна севайа*. Чтобы узнать истину о Кришне, нужен смиренный настрой (*пранипад*), искренний



поиск Кришны (*парипрашна*) и готовность на деле совершить все, что требуется для удовлетворения гуру и Кришны (*сева*).

Чтобы все это стало возможным на практике, нам нужна дисциплина, т. е. выработанная привычка делать то, что нужно. По мере этой практики у нас, занявших положение учеников, развивается разум, мы начинаем понимать, что для нас благоприятно, а что нет. Таким образом, мы становимся способными самостоятельно принимать правильные решения. Со временем дисциплина превращается в самодисциплину – развитый разум *садхаки*, понимающего, как ему относиться к себе, к Господу и окружающим энергиям Господа.

Мы приходим к выводу, что самодисциплина, нацеленная на совершенствование практики сознания Кришны, является результатом ежедневного ученичества. Практикующими самодисциплину являются старшие *брахмачари*, зрелые *грехастхи*, *ванапрастхи* и *санньяси*. Самодисциплина помогает нам динамично продвигаться на духовном пути.

Как же развить самодисциплину в своей жизни, если мы не имеем возможности погрузиться в ежедневное ученичество в сознании Кришны? Это ученичество придется совершать в менее подходящих условиях. Без этого этапа попытки самодисциплинироваться будут постоянно «хромать» и приводить к разочарованиям в себе и духовной практике.

## Что можно сделать уже сейчас для развития самодисциплины:



1 Упорядочить свой день. Например, вставать и ложиться, есть, повторять святые имена, читать книги Прабхупады в одно и то же время.

2 Научиться везде приходить вовремя. Даже если, на наш взгляд, в этом нет особой необходимости.



3 Выполнять данные обещания и не обещать того, что не сможем выполнить или что требует сверхусилий.

4 Быть внимательными к своему общению: с кем и о чем мы говорим, что читаем, смотрим, слушаем. Выбирать общение в гуне благости.



5 Почитать только прасад. Стараться не предлагать Господу и, соответственно, не почитать то, что приготовлено непреданными.

6 Радоваться совершаемым *ангам* преданного служения. Если они приносят страдания, значит, мы совершаем их неправильно. В этом случае важно понять, что мы делаем не так, и внести коррективы.



Сказанное выше в большей степени касается *садхак* в мужском теле. Для женщин обучение практике сознания Кришны частично проходит иначе.

Если у вас возникли вопросы по этой теме, вы можете написать на адрес [info@shastra.top](mailto:info@shastra.top). Валерий Квасный

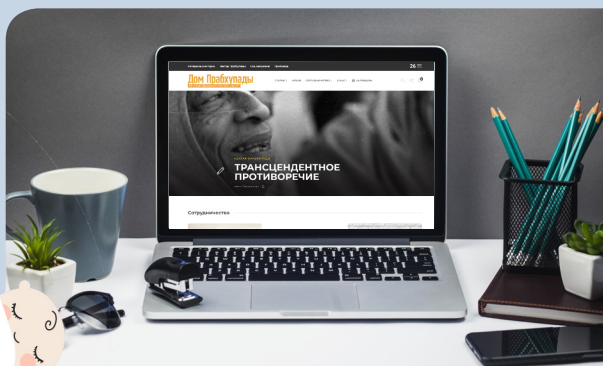


Андрей пр.  
и м. Елена Кобзарь

Дорогие преданные, в нашей общине произошло несколько прекрасных событий: 9 марта в семью Премы Нитая прабху и матаджи Наталии Миронишиной, а 19 марта – Андрея прабху и матаджи Елены Кобзарь пришли маленькие вайшнав. Мы искренне поздравляем эти замечательные семьи с расширением и желаем счастья!



Према Нитай пр.  
и м. Наталия Миронишина



## Архив на сайте «Дома Прабхупады»

Редколлегия журнала нуждается в помощи с систематизацией и размещением архива на сайте [domprabhupady.org](http://domprabhupady.org), а также с различными задачами, связанными с разработкой и поддержкой сайта. Нам нужны:

администратор сайта,

контент-менеджер,

фоторедатор,

веб-дизайнер,

WordPress-разработчик.

## Редакция «Дома Прабхупады»

приглашает в свою творческую семью всех желающих послужить вайшнавам. Всем обучим и поделимся опытом.

[dom.prabhupady@gmail.com](mailto:dom.prabhupady@gmail.com)

+38 (093) 652-15-84

Париджата Кришна дас

### ГОРЯЧИЕ ВАКАНСИИ:

- корреспондент
- дизайнер-верстальщик
- подбор фото

Если вы прочитали этот журнал и он вам больше не нужен, передайте его тому, кому он может быть интересен. Так как этот журнал содержит трансцендентные имена и образы, пожалуйста, не выбрасывайте его.

**31**

марта  
воскресенье

Пост за  
Папамочани-экадаши

**1**

апреля  
понедельник

Прервать пост  
с 10:14 до 10:53  
Уход Шри Говинды Гхоша

**10**

апреля  
среда

Явление Шри  
Рамануджачарьи

**14**

апреля  
воскресенье

Рама-навами  
(пост до заката Солнца)  
Начало Джала-даны  
Шалаграмы и Туласи