# ДУША-ПАТУВАЊЕТО НА МОЈОТ ЖИВОТ

Шри Чинмој

Наслов на оригиналот:
“My Life’s Soul-Journey” by Sri Chinmoy
Copyright © 1995 by Sri Chinmoy

Сите права за ова издание се заштитени. Забрането е копирање, умножување и објавување на делови или на целото издание во печатени и електронски медиуми или за друг вид јавна употреба или изведба без согласност на издавачот.

Издавач: Шри Чинмој Центар – Скопје
Наслов: „Душа-патувањето на мојот живот“
Автор: Шри Чинмој

CIP - Каталогизација во публикација
Национална и универзитетска библиотека „Св. Климент Охридски“, Скопје

23-472

ЧИНМОЈ, Шри
Душа-патувањето на мојот живот / Шри Чинмој ; - Скопје : Шри Чинмој центар, 2019. - 387, [12] стр. : слика на авторот ; 21 cм

Превод на делото: My Life’s Soul-Journey / by Sri Chinmoy. - За авторот: стр. [389-391]

ISBN 978-608-4894-07-0

а) Хиндуизам - Поуки
COBISS.MK-ID 111588618

# СОДРЖИНА


Почеток ........................................................ 6
Јануари ........................................................ 11
Февруари ........................................................ 43
Март ........................................................ 72
Април ........................................................ 104
Мај ........................................................ 135
Јуни ........................................................ 167
Јули ........................................................ 198
Август ........................................................ 230
Септември ........................................................ 262
Октомври ........................................................ 293
Ноември ........................................................ 325
Декември ........................................................ 356

# ВОВЕД

Без разлика дали сме почетници во духовниот живот или сме напредни трагачи, сите ние ги поздравуваме секојдневните можности за себепреобразба – можностите да го надминеме гневот, да развиеме повеќе доверба, да станеме повеќе себедавачки, да го слушаме нашиот внатрешен глас и да се предадеме на Божјата Волја.

Оваа колекција на афоризми, поеми и рефлексии на Шри Чинмој е дизајнирана за да ги инспирира вљубениците во Бог од сите нивоа, чекорејќи долж патот на себесовршенството. Напишани од реализиран духовен Учител, овие дела обезбедуваат клопчиња од вистина и мудрост што ќе ни дозволат цврсто да се држиме до повисоки идеали секој ден.

Парипурната

## ПОЧЕТОК

Од духовна гледна точка, трагачот е почетник. Почетник е оној што има внатрешен порив да расте во нешто се побожествено, се попросветлувачко и се поисполнувачко. Во моментот кога ќе посакаш да правиш постојан и континуиран напредок, во моментот кога ќе посакаш постојано да се надминуваш себе и да влезеш во постојано надминувачкото Отаде, во тој момент стануваш вечен почетник.

Ако си апсолутен почетник, тогаш треба да почнеш со читање на неколку духовни книги или списи. Тие ќе ти дадат инспирација. Исто така е добра идеја да се дружиш со луѓе што медитираат некое време. Тие не се во состојба да те учат; далеку од тоа. Но можат да те инспирираат.

Во почетокот не треба ни да мислиш на медитација. Само обиди се да одвоиш време од денот кога ќе се обидеш да бидеш смирен и тивок, и почувствувај дека тие пет минути му припаѓаат на твоето внатрешно битие и на никој друг. Редовноста е од огромно значење. Тоа што ти треба е редовно практикување во одредено време.

За почетник, подобро е да се почне со концентрација. Инаку, во моментот кога ќе се обидеш да го смириш и испразниш умот, милиони несакани мисли ќе влезат во тебе и нема да можеш да медитираш дури ни една секунда. Но ако се концентрираш, во тоа време ги предизвикуваш погрешните мисли што влегуваат во тебе. Затоа во почетокот само практикувај концентрација неколку минути. Потоа после неколку недели или месеци, можеш да пробаш со медитација.

Кога ќе почнеш да медитираш, секогаш обиди се да почувствуваш дека си дете. Кај детето умот не е развиен. На возраст од дванаесет или тринаесет години, умот почнува да функционира на интелектуално ниво. Но пред тоа, детето е целото срце. Детето чувствува дека не знае ништо. Нема никакви веќе формирани идеи за медитацијата и духовниот живот. Сака да научи сѐ од почеток од мајката и таткото.

Прво почувствувај дека си дете, а потоа обиди се да почувствуваш дека се наоѓаш во цветна градина. Таа цветна градина е твоето срце. Детето може да си игра во градината со часови. Оди од еден цвет до друг, но не ја напушта градината затоа што добива радост од

убавината и мирисот на секој цвет. Почувствувај дека има градина внатре во тебе и дека можеш да останеш во неа колку сакаш. На тој начин можеш да научиш да медитираш во срцето.

Ако можеш да останеш во срцето, ќе почнеш да чувствуваш внатрешен плач. Тој внатрешен плач, кој е тежнение, е тајната на медитацијата. Кога плаче возрасна личност, нејзиниот плач обично не е искрен. Но кога плаче дете, дури и ако плаче само за бонбона, тоа е многу искрено. Во тоа време бонбоната е целиот свет за него. Ако му дадеш банкнота од сто долари, нема да биде задоволно; се грижи само за бонбоната. Кога детето плаче, неговиот татко или мајка веднаш доаѓаат да му помогнат. Ако можеш да плачеш длабоко однатре за мир, светлина и вистина, и ако тоа е единственото нешто што ќе те задоволи, тогаш Бог, твојот вечен Татко и вечна Мајка, сигурно ќе дојде и ќе ти помогне.

Секогаш треба да обидуваш да почувствуваш дека си беспомошен како дете. Кога ќе почувствуваш дека си беспомошен, некој ќе дојде да ти помогне. Ако детето е изгубено на улица и почне да плаче, некој љубезен човек ќе му покаже каде е неговиот дом. Почувствувај дека си изгубен на улица и дека надвор беснее бура.

Сомнеж, страв, анксиозност, грижи, несигурност и други небожествени сили се истураат врз тебе. Но ако плачеш искрено, некој ќе дојде да те спаси и да ти покаже како да стигнеш дома, што е твоето срце. А кој е тој некој? Тоа е Бог, твојот Внатрешен Пилот.

Душата на секоја личност има свој начин на медитирање. Мојот начин на медитирање нема да ти одговара тебе, а твојот начин на медитирање нема да ми одговара мене. Има многу трагачи чија медитација не е плодна затоа што не ја прават медитацијата што е соодветна за нив. Ако немаш духовен Учител што може да те води, тогаш треба да одиш длабоко внатре и да ја добиеш твојата медитација од најскриените катчиња на твоето срце.

Денес можеби си почетник во духовниот живот, но не чувствувај дека секогаш ќе бидеш почетник . Во одредено време секој бил почетник. Ако редовно практикуваш концентрација и медитација, ако си навистина искрен во твојата духовна потрага, тогаш сигурно ќе направиш напредок. Важното нешто е да не се обесхрабруваш. Богореализацијата не доаѓа преку ноќ. Ако медитираш редовно и посветено, ако можеш да плачеш за Бог како дете што плаче за својата

мајка, тогаш нема да биде потребно да трчаш до Целта. Не, Целта ќе дојде и ќе застане право пред тебе, и ќе те потврди како нејзин сопствен, многу сопствен.

*~ ЈАНУАРИ ~*

*Само кога ги слушаш*
*наредбите на твојата душа,*
*патот пред тебе*
*станува апсолутно чист.*

~ 1-ви ЈАНУАРИ ~

**Има две моќни сили што владеат со овој наш свет. Овие моќни сили се желба-ноќта и тежнение -светлината.**

Желба-ноќта е љубовта за моќ, а тежнение-светлината е моќта на љубовта. Љубовта за моќ сака да го уништи и да го распарчи целиот свет. Моќта на љубовта сака да го храни и да го направи бесмртен целиот свет. Љубовта за моќ е себељубов; моќта на љубовта е Богљубов. Кога ја користиме љубовта за моќ во нашите секојдневни активности, свесно и намерно го изнесуваме на површина деструктивниот витален гнев во нас. Кога ја користиме моќта на љубовта во нашите разновидни активности, тогаш Бог, од Неговата бесконечна великодушност, ги истура Неговите најодбрани Благослови врз нас.

*Држи го твоето срце отворено*
*за моќта на љубовта*
*ако сакаш да бидеш*
*во близок контакт со Бог.*

~ 2-ри ЈАНУАРИ ~

**Животот има внатрешна врата. Тежнението ја отвора. Желбата ја затвора. Тежнението ја отвора вратата однатре. Желбата ја затвора однадвор.**

Ако тежнееме да станеме големи, тогаш нашето тежнение не е вистинско тежнение. Ако тежнееме да станеме добри, тогаш нашето тежнение е вистинско, божествено тежнение. Добрината е целта на вистинското тежнение. Големината е постојан натпревар. Нема задоволство во тоа. Само со натпреварување никогаш не можеме да постигнеме задоволство. Но ако станеме добри, ако станеме божествени инструменти на Бог, тогаш постигнуваме задоволство далеку над летот на нашата имагинација.

*Можеш да сонуваш за хоризонтот.*
*Можеш да изградиш нов свет.*
*Но не заборавај,*
*срцето на Мајката-Земја*
*ти даде инспирација-светлина*
*и тежнение-радост.*

~ 3-ти ЈАНУАРИ ~

**Ако одиме по патот на желба-ноќта, исполнувањето секогаш ќе остане далечен плач.**

Вчера имавме една куќа; денес сакаме две куќи. Ако денес добиеме две куќи, нема да бидеме задоволни. Утре ќе сакаме да имаме уште една повеќе. Без разлика колку нешта поседуваме, нема да бидеме задоволни. Секогаш кога нашето очекување е исполнето, на негово место ќе дојде ново очекување. Но ако живееме во тежнение-светлината, кога ќе постигнеме дури и најмало задоволство, чувствуваме дека во тоа задоволство еден ден ќе се роди бесконечно, безгранично исполнување. Мора да се следи тежнение-патот. Секој посебен трагач мора да живее во тежнение-светлината ако сака исполнување. Ако живее во желба-ноќта, никогаш не може да има исполнување.

*Поради твојот желба-живот,*
*Бог доаѓа и си оди од твоето срце.*
*Постојано ќе живее*
*внатре во твоето срце,*
*само кога ќе станеш*
*тежнение-плач на твојот живот.*

~ 4-ти ЈАНУАРИ ~

**Само себедавањето има слободен пристап до вечна радост.**

Секој поединец на земјата плаче само за едно нешто, а тоа е задоволство. Но доколку дојде задоволство, мора да дојде преку себедавање. Себедавањето е претходник на Богостанувањето. Колку посвесно и подушевно можеме да го дадеме нашето тело, витал, ум, срце и душа на Севишниот Кормилар во нас, толку поскоро можеме да станеме точен прототип на Неговото божествено постоење.

*Среќата во веселото себедавање*
*е неспоредлива.*
*Тоа е највисоката радост*
*што Бог ја создал за човештвото.*

## ~ 5-ти ЈАНУАРИ ~

**Кога ги негуваме нашите слабости, се ракуваме со здивот на болен компромис.**

Како да ја излечиме злобата? Не со мислење на злоба цело време. Отсега натаму љубезно заземи ја позитивната страна. Злобата е егоцентрична. Ако секогаш мислиш на ноќ, ако секогаш гледаш ноќ, не можеш да одиш во светлина; додека ако свесно мислиш на пространост, на сомилосното срце или единство-срцето, тогаш автоматски злобата исчезнува од тебе.

*Тренирај го твојот ум да ти биде послушен.*
*Тренирај го твојот живот*
*да се предаде на твоето срце.*
*Среќата ќе биде твоја постојана сопственост.*

~ 6-ти ЈАНУАРИ ~

**Секој трагач има два поединци во него - еден е човекот што посакува, другиот е човекот што тежнее.**

Светот ти понудил значителна фрустрација. Кој е одговорен за таа фрустрација? Човекот што посакува во тебе. Човекот што тежнее во тебе никогаш нема да биде фрустриран; секогаш ќе се обидува да ја види светлината на Божји сопствен начин. Ако постојано го чувствуваш присуството на човекот што посакува, ќе ти даде тоа што има - фрустрација. Тогаш нема да видиш цел во животот. Но ако го чувствуваш во себе човекот што тежнее, тогаш во секој момент ќе видиш блескава цел во твојот живот. Секоја мисла, секоја идеја, секој идеал ќе има цел. Секој момент ќе има цел. Во секој момент ќе видиш пространо, свесно нешто. Затоа ако сакаш да ја откриеш целта на твојот живот, отсега натаму љубезно обиди се да го храниш и негуваш човекот што тежнее во тебе. Тогаш неминовно ќе ја откриеш целта во твојот живот.

*Ти не си желба-џунглата*
*на твојот ум.*
*Ти не си уништување-ѕверот*
*на твојот витал.*
*Ти си тежнение-светилката*
*на твоето срце.*

~ 7-ми ЈАНУАРИ ~

**Денешните проблеми те убиваат. Зошто сакаш да бидеш целосно уништен со поканување на утрешните проблеми?**

Сите минати, сегашни и идни проблеми ставени заедно се беспомошни пред лицето на тежнението бидејќи тежнението е пламен што гори и сјае внатре. Тоа е беспочетен и бескраен пламен што се искачува високо, повисоко, највисоко и ги прочистува нештата што треба да бидат прочистени во нашата непросветлена, нејасна, нечиста природа. Додека ги просветлува непросветлените, нејасни, нечисти особини во нас, ги овековечува божествените особини во нас: вербата во Бог, љубовта за Бог и безусловното предавање, што му кажува на Бог: „Нека биде Волјата Твоја.“

*Сите твои витални проблеми*
*ќе исчезнат*
*и ќе бидеш способен да се справиш*
*со сите твои внатрешни бури*
*кога ќе развиеш бессоно тежнение*
*и кога посветеноста*
*ќе стане твоја втора природа.*

~ 8-ми ЈАНУАРИ ~

**Љубовта е птица. Кога ја ставаме во кафез, ја викаме човечка љубов. Кога ѝ дозволуваме на љубовта да лета во сеприсутната Свест, ја викаме божествена љубов.**

Ако дадеме нешто на некого и потоа очекуваме нешто за возврат бидејќи чувствуваме дека личноста е обврзана да ни даде нешто назад, тоа е човечка љубов. Но ако можеме да направиме нешто безусловно, тоа е божествена љубов. Во божествената љубов даваме само поради давањето и чувствуваме дека е до другата личност дали ќе ни даде нешто назад или не. Тоа е безусловна љубов, тоа е божествена љубов.

*Секој пат кога сакаш безусловно,*
*крилест ангел слетува*
*и ти кажува:*
*„Седни на моето крило, брзо!*
*Севишниот Господ те чека.“*

~ 9-ти ЈАНУАРИ ~

**Зборувај и дејствувај секогаш од срцето на твојата великодушност.**

Кога навистина имаш нешто да му понудиш на светот, тогаш стануваш вистински понизен. Кога дрвото нема плодови да понуди, останува исправено. Но кога дрвото е исполнето со плодови, се наведнува надолу. Кога имаш вистинска понизност, тоа е знак дека имаш нешто да му понудиш на човештвото. Ако си целиот гордост и его, тогаш никој нема да може да добие ништо вредно од тебе.

*Моли се Бог*
*не да ја искористи само твојата подготвеност,*
*туку исто така и да ја преобрази твојата*
*надменост во несебичност.*

~ 10-ти ЈАНУАРИ ~

**Твоето срце мора да научи како да го обновува душевно секој ден раскошот на твоето внатрешно богатство.**

За да започнеш со духовниот живот треба да ја чувствуваш потребата од внатрешниот живот. Треба да чувствуваш дека ако си сигурен и задоволен од внатрешниот живот, само тогаш ќе имаш сигурност и задоволство во надворешниот свет. Духовниот живот ќе ти даде внатрешен мир, радост и блаженство во изобилство. Луѓето плачат за име, слава, земски постигнувања, успех и напредок, и толку многу нешта. Во право се на нивни сопствен начин. Но ако сакаш да започнеш со духовниот живот, треба да почнеш да плачеш внатрешно од овој момент натаму за радост, мир на умот и будење на твојата внатрешна свест.

*Ако си подготвен*
*да го затвориш твојот ум*
*кога е потребно,*
*ако си подготвен*
*да го изложиш твојот витал*
*кога е потребно,*
*тогаш Бог ќе биде целосно подготвен*
*да го прими твоето срце*
*кога е потребно.*

~ 11-ти ЈАНУАРИ ~

**Его-задоволувањето е секогаш непрофитабилен бизнис.**

Самата твоја природа, самата твоја душа, самото твое постоење сака да остане во Бесконечноста. Ако некој остане во највисоката светлина, во сеисполнувачката светлина, тогаш останува на светлината да реши дали светлината сака да му даде одредено искуство на поединечниот трагач, давајќи му име и слава и така натаму. Но ако трагачот сака да ги има и двете, желбата и тежнението заедно; и двете, земско име и слава и вистинско тежнение за Највисокото, тогаш нема да биде ниту во духовниот живот ниту во обичниот материјален живот бидејќи постојано ќе биде влечен од две спротивставени сили.

*Имаше време*
*кога сакав име и слава.*
*Тоа беше мојата човечка желба.*
*Но сега*
*сакам само да го манифестирам Бог*
*на Негов сопствен начин.*
*Навистина, ова е моето божествено тежнение.*

Извадок од „Душа-патувањето на мојот живот“
www.knigi.mk