

# Медитация на Кришну

Вам не нужно изготавливать для Кришны роскошный трон. Просто можете представить: «В своём сердце я устанавливаю трон, украшенный алмазами, и Кришна сидит на нём». Так допускается. И это становится реальностью. Даже если вы представляете в уме: «[В сердце] я храню алмазный трон, очень дорогой, поскольку Кришна вот-вот придёт. И Он усядется на него», то это не иллюзия, это факт. Вы создаёте такую обстановку в своём сердце. «Кришна сел, теперь я омою Его стопы водами Ганги и Ямуны. А после я предложу Ему новые, дорогие, роскошные одежды. Затем я украшу Его различными драгоценностями. И предложу вкусную пищу». Вы просто можете думать об этом. Такова медитация. *Свантах-стхена гадабхрита*. Это так замечательно. В любом месте вы можете сесть и начать думать о том, что Кришна сидит в вашем сердце и вы встречаете Его таким замечательным образом. Это не иллюзия, это реальность. Это факт. И это так легко.

*Из лекции Шрилы Прабхупады по «Шримад-Бхагаватам», 1.13.10 — Женева, 1 июня 1974 года*