

Naslov originala:
PARAMHANS SWAMI MAHESHWARANANDA
„DIE VERBORGENEN KRÄFTE IM MENSCHEN“

Prevod:
Zdenka Milić

PARAMHANS SWAMI MAHESHWARANANDA

skrivenene snage u čoveku

BIBLIOTEKA YOGA
PARAMHANS SWAMI MAHESHWARANANDA
„SKRIVENENE SNAGE U ČOVEKU“

Uredio i priredio:
S. Milićević

Recenzenti:
Mr. D. Zličić
Dr. Z. Mirković

Grafički urednik:
M. Vasilić

Lektor:
V. Vasilić

Korektor:
S. Milićević

Štampa:
NIŠRO „Dnevnik“, N. Sad, 1987.

Tiraž: 3.000

Oslobodeno plaćanja poreza na promet na osnovu mišljenja Pokrajinskog komiteta za obrazovanje i kulturu br. 413-844 od 17. 12. 1986.



BIBLIOTEKA YOGA

Novi Sad, 1987.

Pred vama je knjiga koja na neki način to i nije. Ovaj tekst nije proizašao iz pera autora već je skup njegovih usmenih, tematskih kazivanja izrečenih u okviru tradicionalnih Satsanga (Satsang - susret sa istinom). Učitelji Yoge od pamtiveka podučavaju na taj način i dobar deo drevne Yoga literature je rezultat napora učenika da zapamte i zabeleže reči Gurua. Zahvaljujući savremenoj tehnici ova dragocena kazivanja su zabeležena na magnetofonskoj traci, što nam omogućuje da ih potpuno verno pretočimo u pisanu reč. Ipak, knjiga teško održava svu svežinu i spontanost žive reči i ličnog kontakta. Pored toga, izvesne poteškoće izaziva transkripcija sanskritskih izraza koju smo zadržali u engleskoj verziji budući da je veći deo Yoga literature u nas sledio isti princip.

UREDNIK



POSVETA

Ova knjiga je posvećena mome poštovanom Satguruu Paramhansa Swami Madhavananda-điju i Bhagawan Sri Dip Mahaprabhu-điju.
I svima onima koji teže najvišem cilju ljudskog života, Samorealizaciji.

Paramhansa Swami Maheshwarananda



BHAGWAN SRI DIP NARAYAN MAHAPRABHU-di

Bog je u svakom čoveku i svaki čovek može da spozna svoje božansko poreklo, ali je malo njih svesno ovog divnog obećanja, a još su malobrojniji oni koji postignu suštinsku spoznaju. I u zapadnoj kulturi mnogo ljudi pokušava da realizuje ovaj najviši cilj. Zapadni svet priznaje malo odabranih koji su spoznali najvišu istinu i pravi smisao čovekovog postojanja i naziva ih svecima i prorocima. Isto je i na Istoku; postoji samo jedna razlika: Zapad svece smatra pojavom prošlosti, a za istok oni su realnost i danas. Ali, za većinu nije lako prepoznati sveca; čak i u istočnim kulturama, koje su mnogo prijemčivije od zapadnih, nemaju svi dar da prepoznaju božansku inkarnaciju.

Čista božanska inkarnacija ljubavi i istine bio je Bhagwan Sri Dip Narayan Mahaprabhu-di, Yogi koji je živio u Rajastanu, u severozapadnoj Indiji. Još su živi mnogi svedoci njegovih čudesnih dela, a onima kojima je to bilo određeno doneo je spoznaju i prosvetljenje. Kroz duh njegovog učenja počinjemo da razumemo da je za Samospoznaju jedino važno samosavlđivanje.



Kao petogodišnjaka odveli su ga kod jednog učitelja Sanskrita, ali, umesto da uči od njega, Mahaprabhu-di je učio svoga učitelja. Objasnio mu je suštinu sanskritskog slova „A“, koje sadrži sve kvalitete Boga, početak i kraj svih stvari.

Kada je imao četrnaest godina, sreo je svoga Učitelja Sri Devpuri-dija, koji ga je uputio da u blizini mesta Bari Khatu podigne Ashram. Tu je Mahaprabhu-di živio i podučavao, ispunjen božanskom svetlošću, zračeći svoju veliku ljubav.

Glas o njemu brzo se proćuo; ućenici su dolazili da bi osetili duhovnu snagu i dobili blagoslov Ućitelja. Ćak i danas tamo dolaze mnogi da bi osetili duh koji proćima ovo mesto. Mudrost i milost Mahaprabhu-dija ispunjavali su sve koji su k njemu dolazili, bez obzira na materijalno stanje, pol, boju koće i religiju. On je iznosio svoje ućenje u pesmama zvanim Bhajani, koje su potpuni izraz njegove ljubavi i mudrosti. Mahaprabhu-di se odnosio prema svima na isti naćin. Bio je Ućitelj prinćeva, isto kao i sirotinje. Najnići i najvići bili su pred njim jednaki; njihove duće bile su vrt u koji je sadio seme istine.

On je podučavao SAT SANATAN DHARMU — „pravu vezu sa boćanskim Sopstvom“ (Sat = istina, Santan = spoj, veza, Dharma = zakon), što treba razumeti na sledeći naćin: veza sa istinom koja je većna, koja ima suštinski znaćaj za svako stvorenje. Ćitavim univerzumom upravljaju nepromenjivi zakoni, jer postoji samo jedan fundament za ceo svemir — Bog, koji je većit. Religije sveta predstavljaju samo razlićite staze koje vode istom cilju. Tek pravo razumevanje ovog jedinstva uprkos raznolikosti, vodi ka univerzalnom duhu i stvarnom miru.



PARAMHANSA SWAMI MADHAVANANDA-di

Dugo je živeo uz Mahaprabhu-dija i beležio njegove govore i Bhajane. Njemu treba zahvaliti što su se zadržale Mahaprabhu-dijeve divne pesme i prosvetlene reči. On je i autor biografije svoga božanskog Gurua pod naslovom „Živuća svetlost“. Inspirisan dobrotom i mudročću svoga Učitelja, i pokrenut njegovim blagoslovom Madhavananda-di dostiže Spoznaju. Po celoj Indiji on širi svetlost znanja i pokušava da pomogne ljudima gde god je to potrebno.

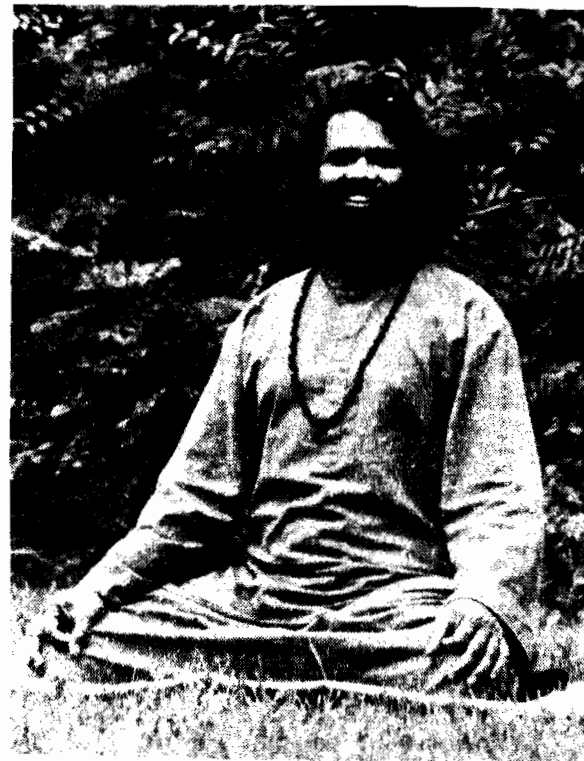
1975. i 1980. dolazio je u Evropu na poziv svojih evropskih sledbenika i posetio Yoga-centre koje je osnovao njegov učenik Paramhansa Swami Maheshwarananda. Paramhansa Swami Madhavananda-di, čija je duša čvrsto usidrena u božanskoj, jedan je od istinskih Učitelja našeg vremena. Danas većinu vremena provodi u svom Ashramu u Jaipuru, gde radi ne samo kao Satguru, nego i kao pobornik za socijalnu pravdu i vaspitanje i obrazovanje u Indiji.



PARAMHANSA SWAMI MAHESHWARANANDA

Od svoje trinaeste godine živeo je u Ashramu svoga Gurua, a već sa sedamnaest godina dobio je Sannyas-Dikshu (postao Swami). Posle mnogo godina provedenih u Indiji, skoro petnaest godina živi u Beču, gde je osnovao austrijsko-indijsko Vedanta-Yoga-društvo i Sri Dip Madhavashram i gde vodi raznoliki program vežbanja Yoge. Svoje kurseve je postavio u različite stepene u kojima se malo po malo napreduje od jednostavnih telesnih i disajnih vežbi ka višim i težim tehnikama. Takođe vodi mnogobrojne druge grupe Yoge u Austriji, Zapadnoj Nemačkoj, Mađarskoj, Čehoslovačkoj, Jugoslaviji, Grčkoj, Engleskoj, SAD, Kanadi i Indiji, koje redovno posećuje. Njegov sistem „Yoga u svakodnevnom životu“ obuhvata sve grane Yoge, a baziran je na drevnim spisima.

Učenje Paramhansa Swami Maheshwaranande počiva na jasnoći i ljubavi koje potiču iz života i učenja Mahaprabhu-dija. Naklonost i poštovanje, koje ljudi iz celog sveta izražavaju prema Swami-diju, dokaz su da za istinsko svetlo ne postoje ni vremenske ni prostorne granice.



Još od pra-vremena čovek sebi postavlja pitanje smisla postojanja. Iskustvo nas uči da je život povezan sa patnjom. Naša životna želja je, međutim, da budemo srećni. Zar smo zaista samo grančice bacane tamo-amo olujom događaja na koje ne možemo uticati? Racionalan način mišljenja našeg vremena takode nam više ne dozvoljava da demone i bogove smatramo onima koji upravljaju našim sudbinama i kojima treba ugadati ritualima i žrtvama. Ali, ni moderne nauke nisu učinile čovečanstvo srećnijim.

Pre više hiljada godina nastale su u Aziji filofske nauke koje su, najpre usmeno prenošene među posvećenima, uticale na sve velike religije sveta. Ove nauke o Yoga-Vedanta-filosofiji, o kojima su kasnije pisali vidovnjaci i mudraci i koje sada na Zapadu stiču sve veći značaj, daju nam novu sliku i rešenje sveta.

Sâm čovek je odgovoran za svoju sudbinu i životnu sreću. On ima moć i sposobnost da svojim delima progna patnju iz svog života i postigne oslobođenje. Vidljivi svet je, međutim, samo mali deo onih činjenica koje imaju uticaja na naš život. Naše stvarne korene grade energije i snage nevidljive fizičkom oku. Biti svestan sfera i moći spoznati i zagospodariti snagama koje tamo deluju, znači, pak, napustiti mali, stešnjeni ego i pratiti božansku dušu koja je naše stvarno biće.

Svrha našeg života je spoznaja i realizacija našeg stvarnog i besmrtnog Ja. Svaki čovek nosi osnove za ispunjen život u sebi samom. Onaj ko ozbiljno traži smisao, naći će put do njega.

Ovaj put ka unutrašnjosti zahteva, međutim, uvođenje i vodstvo pravih, samorealizovanih Učitelja. To nije lak put; on zahteva disciplinu i rad. Tek kad naučimo da savladamo sebe, bićemo u stanju da upravljamo svojom sudbinom.

Ovaj niz predavanja Paramhansa Swami Maheshwaranande, jednog od velikih Učitelja i mudraca našeg vremena, koji je jednako priznat i u Indiji, Evropi i Americi, daje prečlad uzroka i načina delovanja centara snage i skrivenih snaga koje određuju našu sudbinu. On nas uči da ih tražimo i nađemo, ne izvan sebe, nego u sebi.

Ova knjiga će sigurno stići do onoga kome je namenjena. Neka za njega bude izvor mudrosti i znanja.

dr RENATE LAVICKA

U kosmosu postoji beskonačno mnogo snaga od kojih mi ne znamo ni promil. One se neometano kreću prostorom i pojedinačno su bez vidnog efekta. Međutim, ako se sastanu, dolazi do reakcije. Ako više njih koncentrisano dođu u jednu tačku, grade snažnu silu. Ali, za to mora prvo da se formira jedan centar. Najviši i najjači nama poznat centar je čovek. Kroz ljudsko obličje teku nebrojene snage koje deluju i u biljkama i životinjama. Telo je jedan deo ovog kosmosa i u njemu postoje određene tačke gde ove sile teku zajedno i ostvaruju se u jednoj novoj snazi.

Ove snage se manifestuju kroz dva aspekta — jednom kao elementi, zračenja ili TATTVE, drugi put kao izvanredne snage velikih duša, koje su kao sveti ljudi živele na našoj zemlji, koje će živeti i ubuduće i koje su i sada među nama. Ovi elementi koji su zajedno formirali jedan lik da bi okružili dušu, razdvajaju se posle izvesnog vremena i ponovo vraćaju u kosmos. Duša takode ide dalje i formira novi lik. Ovaj proces se naziva „kruženje“ ili CHORASI KA SHAKRA (Chorasi znači 84, Ka znači biće ili život, a Chakra je krug). Po Yogi postoji 8,4 miliona vrsta živih bića, koja se dele u tri grupe: NABH—CHAR, THAL—CHAR i JAL—CHAR — bića koja žive u vazduhu, na zemlji ili u njoj, i u vodi. Razlikujemo četiri različita načina javljanja, manifestovanja ovih živih bića:

JARAIYUJ— razmnožavanje semenom i jajetom u majčinoj utrobi (sisari);

ANDAJ — razmnožavanje jajima iz kojih se legu potomci (ptice, gmizavci, ribe itd);

SVEDAJ — razmnožavanje najnižih živih oblika (bakterije. . .)

UDHBIJ — razmnožavanje biljaka koje rastu iz zemlje.

Svaka od ovih grupa ima određene sposobnosti koje se nazivaju KLA. Udhbij ima 1 Kla, Svedaj 2, Andaj 3 i Jaraiyuj 4 Kla. Ljudi, koji pripadaju grupi Jaraiyuj, mogu razviti do 16 Kla.

Duša, koja se našla u tačku egzistencije, mora proći kroz čitav razvoj, kao što se kugla u ruletu okreće zajedno sa broččanikom. Točak se neprestano kreće, podstican voljom Apsoluta i Karmi.

Imamo samo jednu mogućnost da izađemo iz ovog toka: ljudskim rođenjem. Tako je to prenosila filosofija Yoge od pamtiveka. Ovo prenošenje je starije i od Veda. To govori da Vede potiču od samog Apsoluta, ne od inkarnacije, nego direktno od Apsoluta. Ipak, Yoga se u Vedama već spominje — mora da je postojala u to vreme. Niko ne zna koliko je Yoga stara. Ona je stara koliko i samo čovečanstvo.

Kao što je već pomenuto, čovek je jedino biće koje može izmaći tačku Karme. On ima sve mogućnosti, ali sopstvenim greškama može ponovo upasti u točak i tada mora proći sve iznova.

Da bi se ostvarilo rođenje čoveka, deluju, dakle, voljom Apsoluta različite kosmičke snage zajedno. To je sreća za čoveka, jer on poseduje najveće sposobnosti i mogućnosti na zemlji. To možemo uporediti sa vatrom, koja je u svojoj osnovi uvek ista, ali ako se ujedini više plamenova, nastaje veća i jača svetlost. Čovek živi, da tako kažemo, „više“, intenzivnije.

Ovim snagama razvio se Buddha, intelekt po kojem se čovek razlikuje od svih drugih živih bića. Stoga bi on trebalo više i da ga koristi. Jesti, spavati i radati mogu i životinje. Čovek, pak, pomoću Buddhi može da istražuje natprirodne stvari. Samo on je u mogućnosti da razume šta je Apsolut i da ga spozna. Tako on može da istupi iz kruga rađanja da bi pomogao drugima, a to je cilj kojem nas Yoga vodi. Među Tattvama ili snagama, o kojima sam prethodno govorio, postoji pet glavnih: PRITHVI — zemlja, JAL — voda, TEJAS — vatra, VAYU — vazduh i AKASHA — etar. Preko njih se stvara naše fizičko telo. Tattve u njemu imaju više funkcija koje se nazivaju PRAKRITI. Ima 25 Prakriti (vidi tabelu 2 u dodatku). One označavaju fina zračenja ili dejstva u našem telu koja nam daju signale, npr. ako nekoj biljci nedostaje voda ona opušta lišće i mi prepoznamo da treba da je zalijemo.

Pet navedenih Tattvi nazivaju se „grube“ Tattve. Postoje još dve „više“ Tattve: ANUPADA—TATTVA i ADI—TATTVA. Tih ukupno sedam Tattvi deluju u sedam Chakri. Anupada-Tattva nije povezana samo sa našom planetom i fizičkim telom, nego stoji izvan vremena i prostora. Adi-Tattva je božanska Tattva, čista Atma. Naziva se i Atma-Tattva ili Atma-Jnana. Najviši Yogi, BRAHMANISTHA SHROTRIA, naziva se još i TATTVA—DARSHI. U jednoj pesmi Mahaprabhudi je napisao:

**SRI TATTVA DARSHI GURUDEVA KO ANUGHAVA APARAMPAR
DHANIYA JIGHIYASU JO LAKHE HOT SINDHO BHAVA PAR
SATGURU SAM TIHU LOKA ME NAJAR NA AVE OR
SVARGA LOKA PATAL ME NAM DEKHYA SARVA DHANDHOR
SURVIR SE ADHIK HE SADHU KO SANGRAM
KAMA KRODHA MADHA LOBHA MOHA KHODA UTHAVE NAM**

„Iskustvo Tattva Darshi Gurudeva je beskonačno. Aspiranti koji to shvate imaju veliku sreću. Oni prelaze okean neznanja. Tragac sam svuda — na nebu i u paklu — ali ni u jednom svetu nisam našao nikoga kao što je Satguru. Teško je osloboditi se ponote, ljutnje, zavisnosti, pohlepe i ega, teže od borbe na bojnopolju.“

Tattva-Darshi poznaje i vidi sve Tattve. Njegova iskustva su bezgranična. On je Atma-Jnani, Samsopoznati. Onaj ko u sebi ujedini Atma-Jnana i Tattva-Darshi naziva se Brahma-Jnani. To je najviše znanje koje može da se ostvari u sebi. To je božanska svest, jedinstvo sa Apsolutom.

Filosofi Vedante veoma detaljno objašnjavaju Tattva-Jnanu, nauku o elementima. Oni su tražili odgovor na pitanje „Ko sam ja?“ Razmišljajte uvek o tome šta ste vi — vaše telo, vaše misli, vaša osećanja — ili nešto drugo? Dolazićete do sve finijih aspekata, sve do elemenata. Konačno ćete shvatiti da niste ni elementi, nego SAT—CHIT—ANANDA—ATMA (apsolutno biće, apsolutna svest, apsolutna sreća, to su kvalitete Atme — duše ili samog Ja, koje je besmrtno, neograničeno i božansko).

Razvitak života vodi do sve viših stepena svesti i konačno do božanske svesti, koja se u Sanskritu naziva i Samadhi. U Samadhi stanju sjedinjuju se tri stvari: znanje, onaj koji zna i objekat znanja. Trojstvo ima veliki značaj u celom svetu. Tako postoje tri glavne Gune ili kvaliteta: SATTVA—GUNA (čistota, harmonija), RAJAS—GUNA (patnja, agresivnost) i TAMAS—GUNA (neznanje, lenjost). Postoje tri stanja svesti kroz koja naš MANA (duh) svakodnevno luta: duboki san bez snova (nesvesno), svest sa snovima (podsvesno) i stanje budnosti (svest). Zatim postoje još i tri TAPAS, smetnje koje deluju na nas, našu dušu i uopšte na sve živo: ADHI—BHODIK, ADHI—DEVIK i ADHI—ATMIK.

ADHI—BODIK su smetnje koje dolaze spolja, iz materijalnog sveta — od drugih ljudi ili životinja. Životinje nas, na primer, mogu veoma ometati, čak ugrožavati. Životinjski princip odgovara niskom stanju svesti koji postoji i u čoveku i koji se može probuditi. Neki ljudi su okrutni i bezosećajni „kao životinje“; moguće je, međutim, i da jedna životinja bude bespomoćnija od čoveka i da oseća više ljubavi nego on. Pošto se ovde radi o materijalnim snagama, ljudi imaju sredstva da se brane od životinja, imaju brave, reze i kaveze da bi ih zadržali i otrove i oružje da bi ih načinili bezopasnim.

ADHI—DEVIK su astralne sile koje postoje u kosmosu i protiv njih je naše oružje nemoćno. Ove sile postoje stvarno, nisu nikakvo priviđenje. Sve kulture na ovoj zemlji govore o dobrim i zlim duhovima.

ADHI—ATMIK leže izvan materije i astralnog sveta u ravni Tattvi. I one mogu da zbunjuju duh i odlučujuće utiču na život.

Ova tri principa treba, dakle, uvek da smo svesni i da se čuvamo njihovih štetnih uticaja. Onaj ko je iznad njih nalazi se u najvišoj svesti.

ISTRAŽIVANJE SNAGA DUŠE

Istraživanjem snaga duše bave se dve nauke: astrologija i umetnost čitanja sa dlana.

Astrolog polazi od svojih proračuna, od položaja planeta u vreme rođenja. Pravilnije i određenije bi bilo ustanoviti konstelaciju planeta prilikom začeća, ali se taj momenat praktično ne može utvrditi. U Upanishadama, a takođe i u jevrejskoj i islamskoj religiji, zastupa se mišljenje da duša ima svoje boravište u muškom semenu. Time se prvobitno mislilo da duša ulazi u nov život preko muške semene ćelije, a ne preko ženske jajne ćelije. Ovaj stav su ljudi kasnije krivo tumačili — kao da sama žena nema dušu, što je ipak protivurečno, jer ne postoji život bez duše. Dubokom meditacijom i astralnim kretanjem po ovom kosmosu, otkrio sam da se JIVATMA (individualna duša) javlja tek prilikom sjedinjenja semena i jajne ćelije, dakle prilikom začeća. Ako se inkarnira spiritualno visoko razvijena Atma, roditelji u tom momentu doživljavaju osećanje duboke harmonije i vide divnu svetlost. Žene to doživljavaju češće, pošto su muškarci uglavnom suviše strastveni za ova finija doživljavanja. Duša novog bića je, takođe, više povezana sa majkom, jer ona nosi dete i donosi ga na svet. Isto tako, ona nosi i više elemenata za stvaranje tela i lika deteta. Za vreme trudnoće posebno su važne dve stvari: muškarac treba u to vreme da se brine o svojoj ženi s mnogo ljubavi, da se ona ne bi osećala usamljenom i nikada ne treba da joj uputi grube reči, a buduća majka treba da se trudi da ima samo pozitivne misli. Dobro je ako se u to vreme više bavi spiritualnim stvarima, da o njima čita, govori i razmišlja. Naravno, treba da izbegava uzimanje alkohola, droga, cigareta . . .

Četiri stvari znače veliku sreću u životu:

- roditi se kao čovek,
- biti vaspitan od strane spiritualnih roditelja punih ljubavi,
- težiti ka spoznaji i istini i
- sresti Satgurua.

Ako se sretne ove četiri stvari, život je uspešan. Sve dok ne dođe do toga, čovek uvek iznova dobija mogućnost za ljudsku reinkarnaciju. Ukoliko je postigao sve četiri stvari ali ih nije iskoristio, menja se njegova Karma. Možda još dugo neće imati takvu priliku.

Za astrologiju bi, dakle, bila važna konstelacija planeta u momentu kada duša ulazi u telo. To je zapravo momenat u kojem ona dolazi na zemlju i počinje svoje Ja da realizuje u mesu. Astrolog, naravno, ne zna datum i sat kada je duša ušla u majčinu utrobu. On mora da računa sa časom rođenja. U Sanskritu postoji izraz GHAN, koji označava momenat, odnosno konstelaciju u kojoj deluju određene snage u prostoru. Onaj ko je rođen u to vreme može da zapazi mnoge pojave koje nisu vidljive za druge ljude, ali ukoliko govori o tome drugi ga neće shvatati ozbiljno. Lekari u takvim slučajevima prepisuju tablete za

umirenje da bi otkloniti tobožnje „halucinacije“, što je besmisleno, jer to stanje psihe zavisi od astralne konstelacije (svaka ravan ima svoj Ghan vidi tabelu na kraju). Ako se dve osobe nalaze na istom mestu, može se dogoditi da jedna od njih vidi pojave koje su za drugu nevidljive i kojoj će se, naravno, takve priče činiti neverovatnim i luckastim. Ove snage i pojave potiču iz Adhi-Devik, astralne ravni, i nije u našoj moći da ih zadržimo. To je jedan od razloga zašto Yoga-učenje govori da živimo vegeterijanski i da ne ubijemo životinje. Životinje osećaju izvesno vreme unapred da će biti ubijene i plaše se, tužne su i drhte. Sva ova negativna osećanja nalaze, naravno, svoj negativan odraz u materiji — u mesu. Taj proces nije vidljiv za naše oči, jer se odigrava u području finih materija, dakle postoji samo u Prani. Kada jedemo meso, uzimamo i sva negativna osećanja i strahove. Moguće je da ova hrana momentalno daje fizičku snagu, ali kada svest ovih ljudi dođe iz Adhi-Bhodik (materijalne ravni) do Adhi-Devik (astralne ravni), bude se u njima ovi strahovi i negativna osećanja. Iz tog razloga mnogo ljudi danas oseća strah pred Bogom i religijom. Oni često posećuju crkvu samo iz društvenih ili kulturnih razloga, oni uopšte ne žele da saznaju ko su ili šta je Bog, jer se ovaj strah krije u podsvesti. Ipak, svako nailazi na ove snage u dva navrata: u meditaciji i posle smrti. Razlikujemo dva zakona:

1. Kosmički zakon — važi za sva živa bića, za čoveka kao i za životinju,

2. Ljudski zakoni, pravila i propisi — stvaraju ih ljudi i u svakoj kulturi su različiti.

Posle smrti ne potpadamo više pod ljudske i zemaljske nego pod kosmičke zakone. Napuštamo ljudsko telo koje konačno opet postaje zemlja. Finija tela, međutim, mentalna, kauzalna i Prana tela — egzistiraju i dalje. Doduše, ostaju osećanja, saznanja itd, ali nedostaje jedno: Kriya-Shakti (mogućnost za rad). Stoga se u nekim spisima o Yogi zemlja naziva Karma Bhumi, mesto gde možemo nešto da učinimo. Samo na zemlji možemo da činimo dobra ili rđava dela, posle smrti to više nije moguće. Elementi se ponovo razdvajaju — voda ide u vodu, zemlja u zemlju, vatra u vatru i mi se nalazimo još samo u astralnoj ravni kao duh. Kroz koji deo kosmosa ćemo proći i na koga ćemo naići, zavisi od naših dela i Karme.

Postoje dve vrste loših dela: nesvesna i svesna. Onaj ko svesno radi protiv zakona Karme, navlači na sebe tešku Karmu. U drugom slučaju ne meri se tako teško. Mnoge greške činimo iz neznanja, pošto su naš mozak i intelekt ograničeni. Često mislimo da činimo dobro, ali samo Bog zna šta je dobro, a šta loše.

Rada se telo, a ne Atma koja je nerođena i besmrtna. Telo se stvara različitim snagama koje se sjedinjuju kada je „kralj“ tu. Kao što se pčele uvek okupljaju oko svoje kraljice, tako automatski čine i sve snage i Tattve kada Atma stigne u telo. Ako Atma napusti telo, prestaje rast i nastupa pobačaj. U Indiji se astrologija naziva „Trećim okom Boga“ koji

sve vidi. Teškoća ipak leži u pravilnom proračunu i tumačenju, Jedan Brahmanista Shrotriya ili Tattiva Darshi Gurudev uvek je, međutim, tačno upućen u Atmu.

Prema Yogi, u našem telu se nalazi više vrsta snaga. Osim pet elemenata (zemlja, voda, vazduh, vatra i etar) postoji još mnogo finijih snaga, koje mi, doduše, ne možemo fizički da spoznamo, ali koje uprkos tome osetno utiču na nas. Za tumačenje ovih uticaja koristimo umetnost čitanja sa dlana. Jedan pravi čitač sa dlana ne obraća pažnju samo na linije dlana, nego uključuje u svoj sud mnogo više: bore na čelu i oko očiju, oblik nosa, bore oko usta i na obrazima, tabane, hod i celokupnu konstituciju i izraz tela. Iz svih tih obeležja on zaključuje o karakteru i sudbini čoveka. Kao što jedno divno pismo može da zabrlja i zaprlja jedna jedina crtica, tako i jedna pogrešna linija na dlanu može sve da pokvari. Ona pokazuje prepreke koje ne možemo da savladamo sami, jer se one nalaze izvan naše moći. Doduše, znaci su fizički, ali su uticaji takoreći „podzemni“ — npr. smetnje, blokiranja, nesrećni „slučajevi“ itd. Postoje dve mogućnosti da se na ove smetnje ipak povoljno utiče:

— prva je Guru-Kripa, milost Gurua. Jedna Mantra glasi: „MANTRA MULAM GURU VAKIYAM“ — reči Gurua su suština Mantre. Stoga učenik treba da pazi na sve reči Učiteljeve i da sledi njegove savete, jer su oni za njega od velikog značaja. Onaj ko ne shvati ovu Vakiya ili Shadba (reči Gurua), neće imati uspeha. Samo onaj na koga se odnose, može da shvati njihovo značenje.

— druga mogućnost da se savladaju prepreke je Yoga. To je put kojim, do izvesne granice, možemo ići i samostalno. Možemo, doduše, probuditi sve snage, čitav Brahmand ili kosmos realizovati u nama, postići Sunyakash (apsolutno prazan prostor), ali MOKSHA (oslobodenje) ne može se tako lako dostići.

Mahaprabhu-di je rekao u jednom Bhajanu:

*„Mali mrav može u jednom danu
da dosegne do Boga Indre (najvišeg od Božanstava).
Ali isti Indra može jednog dana, pošto je izvršio
sva svoja dela, ponovo da postane mali mrav.“*

Svi, i Deve ili bogovi, podvrgnuti su ponovnom rođenju. Oni koji čine Devik Upashana ili Tantric Upashana ili idu dalje bez Gurua, mogu stići u određene ravni gde razvijaju okultne snage, mogu čak postići i najviše ravni, ali su još uvek vezani za vreme. Čak i kada proborave milione godina u jednoj ravni, ipak se i to vreme jednom završava. Ali onaj čija svest zalazi u kosmos preko Guru-Kripa — neograničen je i bezvremen. To je Moksha koju treba da spoznamo u jednom, dva ili tri života. Svaki čovek na svoj način veruje u Boga i traži ponekad neko sveto mesto da bi se tamo pomolio. Ali, zašto idemo u crkvu kada se kaže da Bog živi u svakom srcu? Zato što uvek iznova zaboravljamo svoje srce, pa

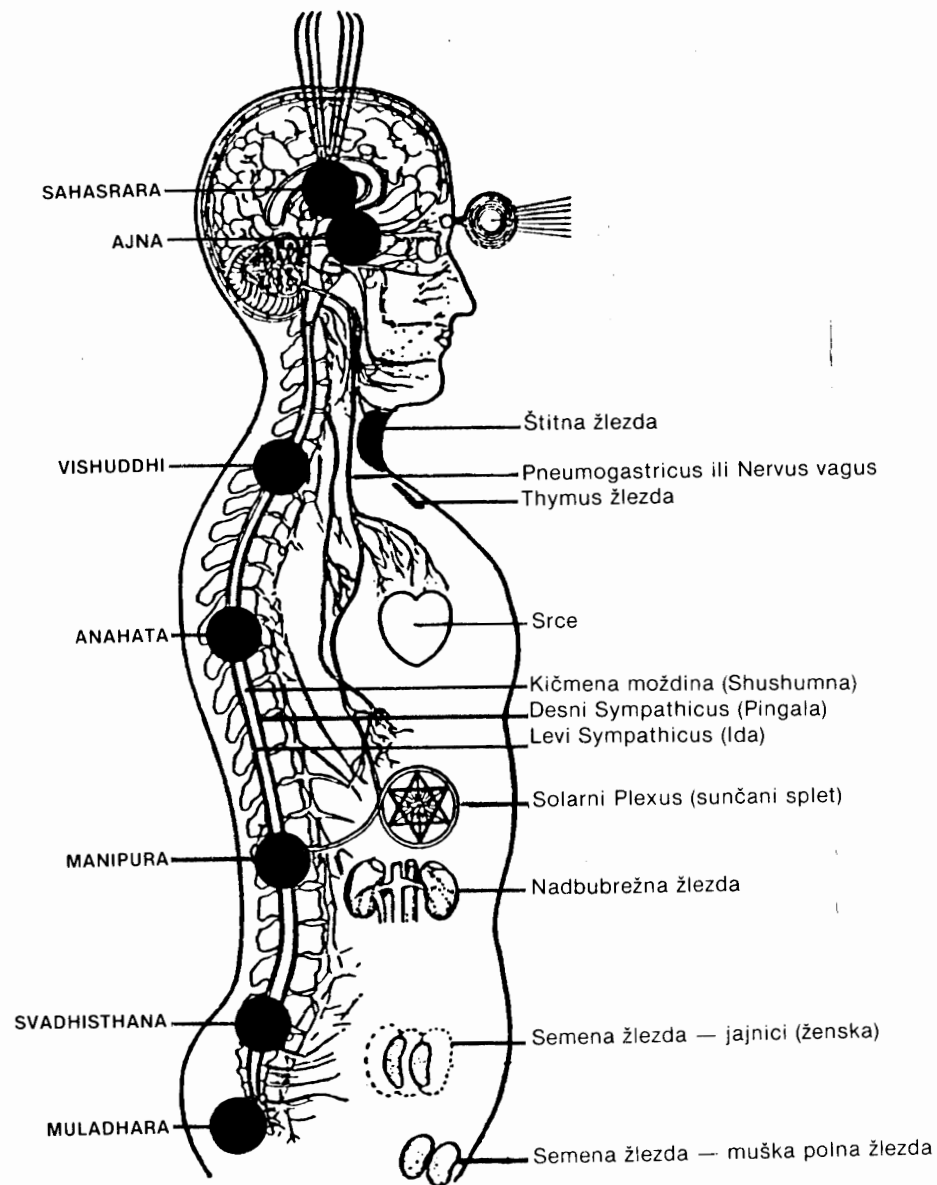
nedovoljno osećamo Boga u njemu, on je još uvek suviše duboko i neotkriven u nama. Odlazimo u crkvu, hram, džamiju ili u ashram, pošto atmosfera i okolina tamo čine prihvatljivijim naša osećanja za Boga. Samo posetom crkvi ili molitvom mi svakako ne možemo postići Mokshu. Bog jeste svugde, ali moramo naći put do njega, takoreći držeći se za jednu nit koja vodi do njega i koja se u Indiji naziva Guru, a na Zapadu to može da bude neki svetac ili neka druga samorealizovana osoba.

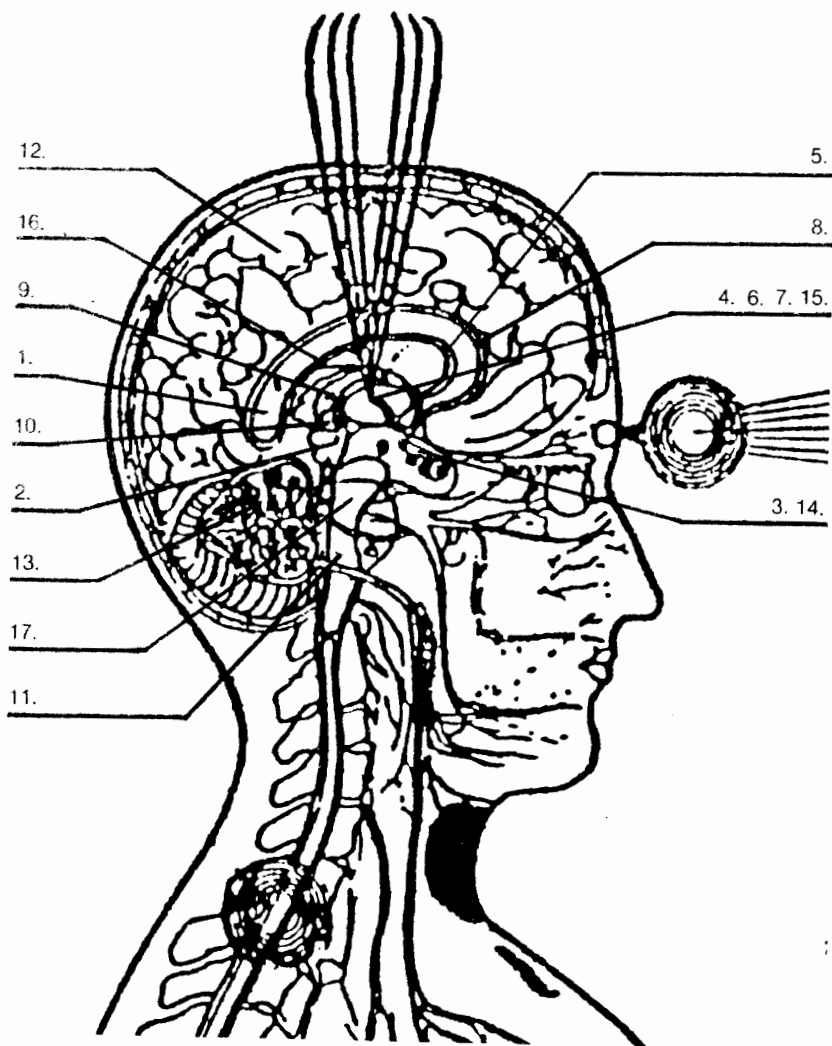
Samo je jedan Brahmanistha Shrotriya Satguru sposoban da nas vodi. To je samorealizovani Učitelj koji zna drevne spise i koji je prošao put. Intelektualne reči i poznavanje knjiga tu nam više ne mogu pomoći. Slično kao što psiholozi pokušavaju da pomognu psihički obolelima, tako nam knjiško znanje daje samo određenu utehu. Ono nam doduše pruža izvesnu pomoć za savladavanje određenih teškoća u normalnom životu ili nam pomaže da ih zaboravimo, ali ni na koji način ne pretpostavlja spiritualno vođstvo ili pomoć. Samo Guru-Kripa može da nam pomogne da savladamo nevidljive ravni i kosmičke snage. Inače bi to bilo kao kada bi nam neko objasnio put na visoku planinu na koju se sâm nije nikada popeo. Nema vlastito iskustvo da bi nam rekao kakav će biti uspon — težak, strm, opasan — i da li ovaj put uopšte vodi do cilja. Tako je i kod čisto intelektualnog vođstva u Yogi, koji lako može da odvede na stramputicu, iako je aspirant momentalno oduševljen. Svaki deo našeg tela iskazuje koje snage gospodare i deluju, čak i vrhovi prstiju i njihove linije imaju svoje dejstvo. Samo se posebnom naukom sa tih linija može očitati dobar predznak. Yogiji su ovo proučavali u dubokoj meditaciji i potom izneli na svetlost dana. Oni ove znake nazivaju Ratna, što znači drago kamenje u telu.

NADI

Nadi su putevi kojima teče Prana. U čovečjem telu ih ima 72.000. Još pre pravremena Yogiji su ih otkrili u meditaciji — za svaki mišić, svaki hormon, svaku bolest, postoje imena u Sanskritu. U Ayurvedskoj medicini, koja je bez ogleada na životinjama i bez upotrebe hemijskih sredstava, opisane su terapije protiv svih bolesti. I svaki Nadi ima svoje ime. U Yogi se razlikuju tri glavna Nadija: Ida, Pingala i Shushumna. U nekim knjigama o Yogi nalaze se i nazivi Ganga, Yamuna i Sarasvati. To su imena triju reka koje su za Hindusa svete. Ganga i Yamuna teku iznad zemlje, a Sarasvati pod zemljom i izlazi na površinu samo jedanput u 12 godina u vreme određenog položaja planeta. Ovaj događaj se naziva Kumbha-Mela. Ponekad postoje posle tri ili pet godina male Kumbha-Mele, pri čemu se samo mali deo reke Sarasvati penje na površinu. U čast ovog događaja, milioni ljudi dolaze u blizinu Illahabada, gde se sastaju tri reke da bi se tamo kupali. Indusi veruju da se time oslobađaju svih Karma i ponovnog rođenja.

VITALNI CENTRI SVESTI





- | | |
|-------------------------|--|
| 1. Corpus Calosum | 10. Četvrta komora |
| 2. Optički Thalamus | 11. Produžena kičmena moždina |
| 3. Hipofiza | 12. Veliki mozak |
| 4. Epifiza | 13. Mali mozak |
| 5. Fornix | 14. Infundibulum |
| 6. Corpora quadrigemina | (stablo, drška, stabljika hipofize) |
| 7. Corpora quadrigemina | 15. Peduncles epifize (nožica, podnožje) |
| 8. Septum Lucidum | 16. Corpus Striatum (poledina od 8) |
| 9. Treća komora | 17. Varolijev most |

Za Yogije je ipak Ajna-Chakra pravo mesto gde se stiču tri reke: zbog toga znamo i sledeće nazive: Trikuti, Bhrukuti, Trivenitat, Sangham i Trinetra.

Ganga ili Ida odgovara mesečevom sistemu, Yamuna ili Pingala sunčevom sistemu, a Sarasvati ili Shushumna sjedinjuje obe u znanje ili svest. Mesec otelovljuje princip duha, emocija, sunce princip svesti. Između duha i svesti mora vladati ravnoteža, ako hoćemo da budemo sposobni da radimo i usavršavamo sebe. Za to postoje specijalne Yoga-tehnike: Chandra-Bhedi-Pranayama i Surya-Bhedi-Pranayama (Bhedi znači čišćenje ili prolaženje).

Shushumna ili Sarasvati teče pod zemljom. Ovaj Nadi je aktivan samo u određeno kratko vreme, npr. u vreme svitanja i sutona. Tada se mogu sjediniti sva tri glavna Nadija, tada teče samo jedna struja — Shushumna-Nadi. Za vreme stvarne meditacije ili Samadhia, kada osećamo božansku milost, teče Sarasvati. Sve dok se na aktivira Shushumna, još uvek su tu Chitta-Vritti — misli, patnje, brige itd, a kada poteče Shushumna prestaju da rade Citta-Vritti i mi se „kupamo“ u našem Trivenitat.

Ida i Pingala počinju u mozgu, otprilike tamo gde se nalazi hipofiza. Oni se ukrštaju u visini grla, u gornjem delu kičmenog stuba, i u toj tački grade plexus. Tu se sastaju snage i zračenja sunca i meseca i njihovo se dejstvo još pojačava uz pomoć Shushumne. Ako dlanove držimo jedan uz drugi, osetićemo da između njih deluje sila privlačenja — Prana energija. Tako će ovo ukrštanje Nadija snažno privući i sve snage i one će se tamo uliti. Levi Nadi ide nadesno, a desni nalevo, da bi se opet sastali kod Vishuddhi-Chakre, u području štitne žlezde.

Svi elementi ili Tattve posebno snažno deluju u Chakrama. Prema školskoj medicini kičmena moždina se završava ispod pupka. Prema Yogijima Nadi se prostiru do kraja kičmenog stuba, gde stvaraju sasvim fini ćvor koji se naziva Grandhi (žlezda). On je vrlo tvrd i leži veoma duboko i ako se oslobodi i aktivira, automatski se otvaraju svi ostali Grandhiji u celom telu. Tada doživljavamo i razvijamo sve snage: sposobnost lečenja, vizije, viđenje aure i druge Siddhije ili sposobnosti. Ovo nazivamo skrivenim snagama u čoveku. Sa ovim mislima je Yoga počela. Neki to nazivaju Kundalini-Yoga, drugi Raja-, Bhakti- ili Karma-Yoga. Cilj je, međutim, uvek isti. buđenje skrivenih snaga u čoveku i, uz njihovu pomoć, Samospoznaja i spoznaja Boga u nama ili, bolje rečeno, sjedinjenje PARAMATME i JIVATME — kosmičke i individualne svesti.

Postoji više mogućnosti da se probude ove snage — pomoću Kriya, meditacije, Mantri, muzike, Asana, Pranayame ili Bandha.

KUNDALINI YOGA

Kundalini je snaga svesti Jastva, skrivena i uspravna u svakom čoveku. Cilj je vežbama i čistotom življenja, probuditi ovaj veličanstveni potencijal i dozvoliti da se on sa dna kičmenog stuba uzdigne do vrha glave prolazeći kroz Chakre — vitalne centre svesti.

Najpre bih hteo da ispravim nesporazum o tzv. „penjanju zmijske snage“. Na Zapadu mnogi veruju da se ona oseća kao da se zmija penje uz leđa. To je velika zabluda. Kundalini znači mnogo više: buđenje znanja i sposobnosti da spoznamo sami sebe. U zapadnoj literaturi često se Kundalini-Yoga meša sa Tantrama i okultnim silama i stoga karakteriše kao opasna. Napominjem, Yoga je Yoga, a Tantra je Tantra, a stav o opasnosti Kundalini-Yoge uporedio bih sa pričom o lisici koja tvrdi da je grožđe kiselo samo zato što je za nju nedostižno.

Jedna druga parabola je priča o lisici koja je pronašla kokosov orah. Njegov omamljujući miris ju je veoma privukao i poželela je da ga pojede. Nije mogla da otvori njegovu tvrdu ljusku, iako je sve preduzela. Ali nije mogla ni da odustane, jer ju je mamio orahov slatki miris. To se dešava i sa ljudima koji su nešto čitali o Kundalini-Yogi i postali ljubopitljivi: nisu mogli ni da je realizuju ni da je mirno napuste. Na žalost, mnoge knjige o Yogi napisali su tzv. „knjiški moljci“ — oni koji kopaju po knjižarama, čitaju knjige i daju sud o nečemu što sami nisu iskusili. Ni jedan čovek, čija se Kundalini zaista visoko popela, nije imao teškoća. Problema ima samo onaj ko nije mogao da dozvoli da se ona popne.

Kundalini-Yoga je duboka nauka i put Raja-Yoge. Raja znači kralj. Kao kralj, koji o svemu sâm odlučuje i sve sâm kontroliše, ide i Yogi svojim putem. Naravno, pritom je vrlo važna pomoć Gurua.

Oni ljudi koji pišu o navodnim opasnostima Kundalini-Yoge, drže se najčešće svoga ega. Lako je saviti koleno, ali je vrlo teško saviti srce. Ako je neko iznad njih, oni postaju ljubomorni, postaju negativni. Ako, dakle, čujete nekog da tako govori, upitajte ga: „Da li si sâm vežbao? Kako i s kim si vežbao? Koliko je velika tvoja Bhakti (predanost) i Shradha (vera) u tvoj put?“ Tada ćete sigurno zaključiti da samo ego i ljubomora govore iz tog čoveka.

Važno je da prema ovim stvarima budemo bez predrasuda i osećanja prisile. Sve treba da se odvija i razvija spontano i iz nas samih. Jednoga dana možda uopšte nećemo znati kako se sve dogodilo, jer se sve odvijalo spontano. Vaša Kundalini je možda još odavno pokrenuta i možda ste postigli određene sposobnosti kojih uopšte niste svesni. Kundalini je tada kao kocka šećera rastopljena u mleku — vi je tražite, ali ona se više ne može naći, postoji samo sladak okus.

Kao ljudi, posedujemo mnoge sposobnosti i snage u sebi. Većina nas nije toga svesna i zato ne može ni da ih koristi. Kao ljudi i Yogiji, kažemo da ljudski život nema cenu. Novcem možemo kupiti skoro sve,

ali ne i ljudski život. Smrt ne možemo odgoditi ni jednu sekundu, čak i ako za to ponudimo milijarde.

Poznajemo dva božanska zakona: zakon vremena i zakon dela. Vreme ne čeka ni na koga, bilo da je kralj, prosjak, službenik ili seljak. Dela koja smo učinili sigurno će se bilo kad i bilo gde opet vratiti nama. To se spoznaje putem meditacije.

SHAT SAMPATTI — ŠEST BLAGA U LJUDSKOM ŽIVOTU

Ljudi pate od mnogih bolesti, za koje, po svojoj prilici, nisu sami krivi. Postoje dve vrste bolesti: fizičke, koje se leče lekovima, lekovitim biljem i lekarskim tretmanom, i psihičke — nervoze, depresije, od kojih danas pati veoma mnogo ljudi, loši snovi, strah i duševni nemir. O uzrocima i razlozima ovih patnji ljudi ne znaju skoro ništa. Niko ne želi da bude tužan, bolestan ili depresivan. U depresiji se čovek oseća kao da je zatvoren u mračnu špilju, bez tračka svetlosti.

Svega toga bismo se rado oslobodili. Uzrok tome leži u delovanjima Karme ranijih dela. Mi radimo, ali na žalost, često pravimo greške, uglavnom nesvesno i ne iz loše namere. U momentu kad počinimo greške, one nam se i ne čine greškama, tek posle izvesnog vremena shvatamo da smo pogrešili. Mnogi ljudi za čitavog svog života nisu učinili ništa zbog čega bi trebalo da osećaju strahove i depresije. Odakle oni ipak dolaze? Iz kompleksa koji postoje u našoj podsvesti ili odatle što smo nekada nekoga duboko povredili ili oneraspoložili. Ovi bolovi nam se vraćaju pre ili kasnije u pojačanoj meri. Oni nemaju fizičke ili nervne uzroke, nego potiču iz drugih ravni i izazvani su različitim Tattvama ili kosmičkim uticajima. Izvesne negativne Tattve uziču na naš duhovni ili opšti razvoj i izvode nas iz ravnoteže.

U nama postoji šest sasvim posebnih dragocenosti koje nam pomažu da savladamo sva ova stanja. To su Shat Sampatti, šest blaga u ljudskom životu. Sve dok ne saznamo šta je u nama, osećaćemo se usamljenim, napuštenim i tužnim i tražićemo pomoć i utehu spolja. Kako možemo prepoznati te dragocenosti i u čemu se one sastoje? To zavisi od naše svesti i naše pažnje. Moramo pažljivo posmatrati, sebe a to će opet uticati na našu svest. Ako se svest menja, menjaju se i Tattve i svi negativni uticaji se mogu lakše savladati.

Naša četiri glavna neprijatelja su Moha - vezanost, Lobha — pohlepa, Krodha — ljutnja i Kama — strast.

Moha je pravi uzrok depresija, staha, ljubomore i tuge i izaziva tri druge osobine. Zavisnost i vezanost za porodicu, klasu, rasu, naciju, slavu, titulu itd. veoma je teško pobediti. Posebno je jaka vezanost za porodicu, za krvne rođake. Ne kaže se uzalud „krv nije voda“. Naravno, članove porodice i rođake treba da volimo i ne napuštamo ih, ali je važno da od njih ne zavisimo i da u njima ne tražimo uzrok sopstvene

patnje. Na žalost to često ne uspeva: čovek uvek iznova pada kao muva koja ne može da se oslobodi iz meda, zato što sedi u sredini umesto pored njega.

Druga zavisnost je jaka vezanost za partnera, prijatelja ili prijateljicu. Kada dođe do razdvajanja uvek jedno od dvoje jako pati. Ukoliko jedno počne da traži nešto novo za svoje telesno i duhovno zadovoljstvo, za drugog je to najčešće vrlo bolno i dovodi do straha i nerveze i neretko se završava depresijama.

Moha, vezanost, izaziva automatski strah: i ako smo u jednom momentu srećni, duboko u nama je strah da ćemo izgubiti to što posedujemo. Tako nastaje Lobha, pohlepa, koja je usko vezana za Kamu, strast. Naše brige, nesigurnost, sumnja, vode pre ili kasnije do Krodme — ljutnje, ljubomore i mržnje. Stoga bismo se morali potruditi da savladamo ove negativne kvalitete, a to sigurno nije jednostavno. Razmislite o takvom stavu. Naša zavisnost je kao paukova mreža u koju se hvatamo i konačno umiremo. Nemojte me pogrešno razumeti: ne treba da napustite svoju porodicu i prijatelje niti da ih odbacite. Volite ih i poštujujte, ali razmislite o tome koliko dugo će trajati te veze. One nisu večite i šta će te raditi kad se one završe? Telo umire, ali duševni život i dalje traje. Toga treba uvek da budemo svesni.

Unutrašnjim čišćenjem naše Antakarane treba da savladamo ove zavisnosti. Antakarana su naši unutrašnji, psihički kvaliteti ili funkcije. Oni obuhvataju Mana, Buddhi, Chittu i Ahamkaru.

MANA je duh ili SUPSTANCA MIŠLJENJA. Treba da čistimo svoj duh i da pazimo da uvek imamo pozitivne misli, bez obzira šta se dešava.

BUDDHI je intelekt, razum koji nas vodi dalje. Buddhi i Mana utiču jedan na drugog i usko su povezani. Pomoću Buddhi čistite sve negativne misli i osećanja.

CHITTA je svest. U njoj ne treba da budu sumnja, kompleksi, mržnja.

AHAMKARA je ego, najveći neprijatelj svih ljudi, posebno onih koji idu duhovnim putem, kao i onih koji imaju psihičke probleme. Takvi ljudi se vrlo lako i brzo vredaju i tada često reaguju na način zbog kojeg im je kasnije žao. Neki ljudi se ponašaju uvek negativno, principijelno odbijaju sve što im se kaže i rade suprotno. Njihov ego ne prihvata ništa od drugih, čak i kad je očigledno da su drugi u pravu. Oni su za žaljenje, jer su veoma labilni, takoreći bolesni. S druge strane, oni su i vrlo tvrdoglavi, sebični i egoistični. Zbog svoje tvrdoglavosti pate od depresije, nerveze i unutrašnjih strahova. Uvek iznova menjaju svoje mišljenje i svoj put i zbog toga doživljavaju razočarenja i bol. Za njih bi bilo uputno da uz pomoć Mantre i Guru-Bhakti čiste svoju Antakaranu.

Pošto smo očistili svoju Antakaranu, možemo potražiti šest blaga: Sam, Dam, Shradha, Titikshu, Uparati i Samadhan.

SAM znači iz spoljašnjeg sveta upijati samo ono što je pozitivno i vredno za nas.

DAM znači da Mana (duh), kao i naše Karma-Indriye (pet organa rada) i Jnana-Indriye (pet organa spoznaje), pomoću Buddhi (razuma), stalno posmatramo i držimo pod kontrolom, tako da oni ne galopiraju kao divlji konji u spoljašnji svet, pa nam se neće desiti da činimo dela koja će nam kasnije stvarati probleme i patnje.

SHRADHA znači poverenje i predstavlja veoma važnu tačku. Tamo gde nema poverenja nema ljubavi, samo sumnje, a sumnja je kao pesak u salati — salata koja nije dobro oprana ne može prijeti iako je dobra i zdrava. Nemojte biti sumnjičavi, imajte Shradhu — poverenje. Beba koja je uznemirena i uplakana smesta zaboravlja sve probleme kad dođe majka i uzme je u ruke. Beba zna da je sigurna i zaštićena i niko ne mora da joj objašnjava da je to njena majka. Fine Tattve povezanosti jednostavno su prisutne. Treba da imamo poverenja da bismo imali i uspeha.

Kome treba verovati? Pre svega sebi samome. Mnogi ljudi su izgubili samopouzdanje. Spoznajom dragocenosti koje nosimo u sebi trebalo bi da ponovo steknemo samopouzdanje. Imajte poverenja u sebe i svoje sposobnosti. Kao ljudi posedujemo mnoge i velike sposobnosti, ali ih, na žalost, nismo svesni. Imajte, dakle, poverenja prvenstveno u sebe. Drugo, budite sigurni u svoj put i svoje zadatke, tako da vas niko ne može odvratiti od njih. Budite čvrsto uvereni u to. Problema, teškoća i neprilika ima svuda i sve dok živimo biće i razočarenja. Upravo čovek, kao najviše biće, vrlo je ranjiv. Ali ljudi nas mogu razočarati samo spolja. Važno je da sami sebe ne razočaramo. Imajte, dakle, poverenja u svoj put. Bez poverenja ni jedan put ne vodi do savršenstva. Treba da budemo čvrsto uvereni u ono što preduzimamo i da kažemo s punim poverenjem: „Ja to mogu“, a ne „Pa, dobro, probaću jednom“, jer time odmah na početku kočimo sopstveno Ja. Kada nam sudbina pruži šansu, prihvatimo je hrabro. Možda sve pođe kako treba, ali od samog početka moramo biti jaki i sa sigurnošću ići svojim putem.

Najzad, poverenje u Učitelja, u Gurua, od najveće je važnosti. Onaj ko stalno sumnja nikad neće saznati istinu. Stvarnost će spoznati tek onda kada bude imao poverenja u svog Učitelja, onako kao što ga dete ima u majku — to se naziva Shradha.

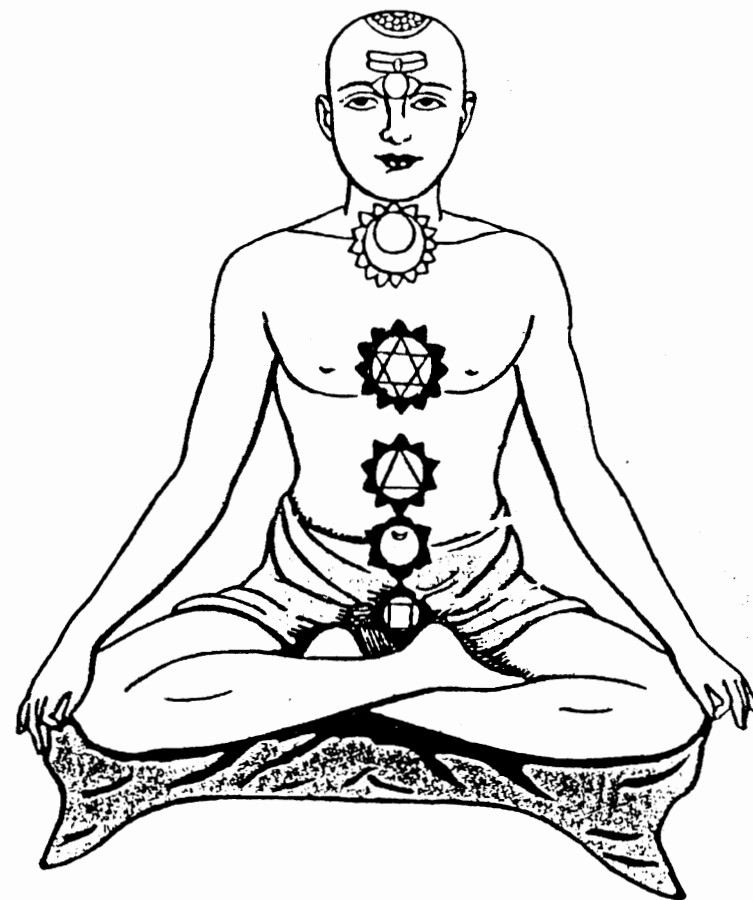
UPARATI znači biti iznad stvari. Mahatma Gandhi je govorio: „Odreći se i uživaj“. To je velika istina. Po principima Yoge — ne treba ništa sakupljati. I hrišćanstvo uvek ističe: „Ne vuci ništa sa sobom“. Strah i problemi nastaju uvek kad čovek nešto ima i pazi da to ne izgubi. Ako ne posedujemo ništa, nećemo osećati ni strah, bićemo slobodni i srećni. Stoga je za jednog Yogija bogat čovek u stvari vrlo siromašan, jer se

mora štiti bravama i alarmnim uređajima. Duhovno treba da stojimo iznad stvari, ničega da se ne bojimo i da prema svemu imamo pozitivna osećanja. Tada nas ništa neće pogoditi.

TITIKSHA znači ostati čvrst. Svugde ima teškoća, hladnoće, vrućine, gladi i žeđi. Ali nemojte gubiti nerve, budite sigurni da ništa ne traje večno. Nepromenljiva i večita je samo najviša istina, Jastvo, Atma, Bog. Sve druge stvari će se uvek iznova menjati. I naše telo se menja svake minute, svake sekunde, menjaju se misli, osećanja, razmišljanja. . . Vreme ide dalje. Stoga nemojte očajavati i ako vam ide loše i ako ste tužni. Razmišljajte o Titikshi, o odvažnosti i samosavladivanju.

SAMADHAN, poslednje od šest blaga, znači ne izgubiti cilj pred sobom. Kada se pojave teškoće i problemi, kada ste nemirni i nervozni, sedite, zatvorite oči i razmišljajte o situaciji i svom stanju. Ako ste, npr, ljuti, osetićete kako u vama besni oluja. Ne reagujte, samo posmatrajte. Kada su talasi veliki, ne treba ulaziti u more — sačekajte da se smire i tada sebe oprezno i pažljivo zapitajte: „Šta sam učinio, Šta bi trebalo da učinim i kada? Šta sam mislio? Zašto sam tako mislio? Šta mislim sada? Zašto tako mislim? šta treba da mislim?“ I Dalje se zapitajte: „Koliko je to bilo važno? Šta ću izgubiti? Da li je to od suštinskog značaja za mene?“. Ako je od suštinskog značaja za vas, onda to sigurno nećete izgubiti i uopšte ništa niste ni izgubili. Drugi aspekt Samadhana je: razmišljajte o tome šta je svet, odakle dolazi, ko ga je stvorio? Odakle sam došao i kuda idem. Šta je istina i šta je stvarno? Šta je moj zadatak? Samadhan, dakle, znači povući se, razmisliti i posmatrati. Kada se naši unutrašnji talasi smire, možemo zaroniti duboko u samog sebe. Tada ćemo spoznati istinu i stvarnost i razumeti smisao svih izvora i patnji života.

Chakre



CHAKRE

Kod Chakri razlikujemo tri ravni . Prva od njih pruža se od palca na nozi do karlice, najniži svet niskih životinjskih Chakri (Pashu-Chakra). Pošto se mi, kao ljudi, već dugo nalazimo iznad životinjskih Chakri, nikada ne treba da meditiramo na njih ni da se koncentrišemo na noge. Takve vežbe mogu da izazovu duboke depresije i osećanje straha, čak da dovedu i do samoubistva, jer one u nama bude životinjska osećanja apatije i ravnodušnosti. Stoga Yogiji ne iznose detalje o ovim niskim Chakrama.

Duž kičmenog stuba do njegovog gornjeg kraja leže ljudske Chakre (Vira-Chakra). Od gornjeg kraja kičme do temena nalaze se božanske Chakre (Devik-Chakra). Prema Yogi postoji osam Chakri od Muladhare do Sahasrare i sve su one povezane sa određenim osećanjima i osobinama. Naš zadatak je da meditacijom i Kriyama probudimo Chakre da bismo napredovali u svom životu. Šta znači Chakra? U doslovnom prevodu: točak. Slično kao što voda otičući kroz odvodnu cev kade stvara vir koji odlazi u dubinu, tako i najrazličitije snage i zračenja iz kosmosa protiču kroz telo. U tom točku skrivena su različita osećanja, vizije i boje. Kosmičke snage prolazeći kroz nas utiču na nas shodno našoj svesti ili konstelaciji planeta i upravljaju našim osećanjima i osobinama u određenim pravcima i to opet uzrokuje Karma. Prema našoj Karmi formira se naša sudbina, što ne treba prihvatiti negativno. Često se dogodi nešto zbog čega smo tužni i nesrećni, a kasnije otkrivamo kakav se smisao iza toga krije i zahvalni smo zbog toga. Moguće je, naravno, da se desi i obrnuto: da se nečem veoma radujemo, a da se to posle pokaže negativnim. Svaki čovek doživljava u svojim Chakrama drukčija osećanja i stvara sasvim lična iskustva. Takođe, nije svako podjednako povezan sa svakom Chakrom, neko najviše doživljava u Manipuri, neko najbolje meditira u Anahati, a neko u Trikuti- ili Ajna-Chakri. Pošto se ne može ući u sva individualna iskustva, u Yoga-knjigama najčešće stoji da treba meditirati u Trikuti-Chakri.

Chakre deluju u nekolikim ravnima naše egzistencije. Prva ravan je fizička. U telu na određenim mestima postoje određene žlezde i nervi (vidi tabelu u dodatku) na koje možemo da utičemo vežbama disanja, meditacijom, Asanama i Mantrama, da bismo telo održali zdravim. Druga ravan je duhovna ili astralna ravan. Chakre su astralni centri. Možemo ih uporediti sa spiralama ili virovima koji svojim okretanjem privlače kosmičke snage i upijaju ih. Pogrešnom ishranom, pogrešnim vežbama, pogrešnim društvom, pogrešnim mislima itd. ovo okretanje može ići u pogrešnom pravcu. Time se mogu prouzrokovati bolesti različitih vrsta.

Chakre se, međutim, mogu ponovo okrenuti. Možemo naučiti i uvežbati da ih osetimo svojim sopstvenim rukama i ustanovimo da li se okreću u pravilnom smeru ili ne. Onaj ko ne uspe da to oseti treba bar jednom mesečno da primeni sledeću vežbu: da postavi ruku otprilike

jedan santimetar iznad dela tela gde se nalazi Chakra i da oko 3—4 minuta izvodi lagane kružne pokrete u pravcu kazaljke na satu. Vežba se ne mora izvoditi kod svih Chakri odjednom, može se iz dana u dan tretirati druga Chakra i na taj način ćemo biti sigurni da se one okreću u pravilnom smeru.

Treća ravan Chakri je viša, spiritualna ravan, iz koje primamo duhovna zračenja znanja i samosaznanja. To se može dogoditi sa svakom Chakrom. Kada se koncentrišemo na jednu Chakru, najpre dolazimo do osobina koje joj pripadaju.

Savladavanje osobina je dugotrajno, jer one u astralnoj ravni deluju još jače i snažno utiču na naše fizičko telo. To se oseća čak i telesno; počinjemo da mislimo u tom pravcu i upadamo često baš u osobine koje zapravo treba da savladamo. U svakoj Chakri možemo da kontrolišemo svoje osobine, da ih korigujemo, čistimo i preko Chakre manifestujemo svoje božansko Jastvo. Chakre preko kojih se to najčešće dešava i koje se u filosofiji Yoge često imenuju, su Mul-Kamal (Muladhara), Nabi-Kamal (Manipura) i Kanth-Kamal (Vishuddhi). Kamal znači lotos.

I ostale Chakre imaju značajnu ulogu, ali tri navedena centra ipak predstavljaju tri najvažnije stanice.

Muladhara Chakra



मूलाधारचक्र

1. MULADHARA—CHAKRA

Ljudsko telo je podeljeno na tri nivoa: ispod bedara nalaze se životinjske Chakre. Od početka do kraja kičmenog stuba leže ljudske Chakre, povezane sa pet Tattvi. Iznad toga su Ajna- i Sahasrara-Chakra, božanski centri koji su povezani sa Anupada- i Adi-Tattvom.

Muladhara-Chakra se naziva i Mul Prakriti. Prakriti ima dva značenja: elemenat i priroda. Mul znači — baza, uzrok, koren. Adhar takode znači fundament ili baza. Čitava naša ljudska sudbina bazirana je na ovim Mula ili korenima. Prema našim Pralabdharma upravljaju se našom sudbinom, našim bolestima, našim delima, osećajima itd. Pralabdhe su dela iz ranijeg života koja deluju u sadašnjem životu. Ove snage leže skrivene u Muladhari i, na žalost, nevidljive su, jer nisu materijalne nego utiču na nas iz drugih ravni. Kada dođe proleće počinju da rastu biljke i drveće — zimi ne cvetaju čak i ako je toplo, jer u atmosferi nema potrebne Tattve. Tako u Mul Prakriti spavaju Pralabdhe i Shakti. Vežbama, meditacijom, Kiyama i Mantrama one se mogu probuditi i osloboditi. To nema nikakve veze sa telesnim osećajima, nego isključivo sa razvojem svesti. Mi razvijamo više osećanja za Tattve i prirodne zakone. Povećavaju se iskustva i znanja o čitavom kosmosu i njegovim odnosima. Znanje znači svetlost, a da bismo postigli znanje potrebno nam je iskustvo. Svako iskustvo, bilo loše ili dobro, razvija znanje u nama. Problema će biti sve dok živimo - međutim, neko ih shvata samo kao probleme, a neko ih prima kao vredna iskustva.

Muladhara je prvi stepen razvoja čovečanstva, seme naše svesti. Rast ovog semena možemo pospešiti preko Bhakti-, Jnana-, Raja ili Karma-Yoge. Čovek nije nikada isključivo Bhakti-, Jnana- ili Karma-Yogi. Svi putevi su međusobno povezani, samo su težišta različita. Neko je vrlo intelektualan, drugi vrlo predan, treći mnogo vežba, a četvrti kaže: „Moj rad je moja molitva.“ U tom odnosu su veoma važne i Mantre. Postoje tri vrste Mantri: Molitva, Guru-Mantra i Bija-Mantra. (Man = duh, Tra = oslobodenje). Mantra oslobađa naš duh od svih zavisnosti i problema ili, drugim rečima, našu Cittu (svest) od različitih Vritti (misli). Mantra nam daje snagu i u astralnoj ravni utiče na čitavu našu sudbinu. Svi elementi u kosmosu čiste se kroz Mantre.

Kako ovo razumeti? Mantra znači i oscilaciju ili vibraciju. Postoje npr. određene frekvencije ili vibracije pomoću kojih se mogu oterati komarci. U današnje vreme mnogo se istražuje u pravcu muzičke terapije, pokušava se lečenje muzikom ili se tako ubrzava rast biljaka. Vibracije menjaju elemente ili Tattve i time menjaju i naša osećanja. To je i osnova drevnih jezika kao što je Sanskrit. Čovek ne može jednostavno „govoriti“ Sanskrit, nego ga mora povezati sa određenom melodijom ili vibracijom i tačno paziti na izgovor. Reči i kombinacije moraju imati

sasvim određen zvuk. Na žalost, ljudi u današnje vreme više ne vode brigu o tome i zanemaruju ovo znanje. U Chakrama, dakle, značajnu ulogu imaju Sanskrit-Mantre. Razlozi za to vode nas na početak filozofije Yoge i kreacije uopšte. U našim iskustvima o Yogi na početku stoji trojstvo Brahma-Vishnu-Mahesh (Shiva). Prethodno je postojao samo Sunyakash (Sunya = prazan, Akash = prostor). Ništa nije postojalo, čak ni atmosfera. U Sunyakash imaju svoj početak tri Shakti: Iccha-Shakti, Vishnu-Shakti i Prakriti. Oni su Brahma, Vishnu i Shiva, a njihovi simboli su tri kvaliteta ili Gune: Rajas-, Sattva i Tamas. Ova tri kvaliteta ili Gune sastaju se u Sunyakashi i ostvaruju se zvukom. Taj prazni zvuk naziva se Adi-Anadi, tj. „On je bio, on jeste i on će biti“. Stoga se kaže — OM je Bog, OM je Brahma, Najviši, Duša, OM je sve. OM-Mantra je najsvetija Mantra, ona ima sve kvalitete: Brahma-Shakti, Vishnu-Shakti i Shiva-Shakti — stvaranje, održavanje i razaranje.

Shiva je božanstvo Yogija i meditacijom o zvuku doneo je čovečanstvu jezik. Taj prajezik naziva se Devas. Deva ima tri značenja: Bog, zaštitnik ili anđeo zaštitnik i vibracija. NADA RUPA PARA BRAHMA-vibracija nas štiti, vodi nas, ona je najviša.

Kada je proširio svoju svest, Shiva je u ovom kosmosu video različite Bogove ili vibracije i doneo ih na zemlju kao slova. Stoga se slovo pismo u Sanskritu naziva Deva-Nagrik — božansko pismo ili nebeski stanovnik. Time se ne misli na ljude koji govore ili pišu jezik, nego na jezik bogova — sâm jezik je Bog. On je vibracija u određenim ravnicama ovog kosmosa. Iste ravni egzistiraju i u nama samima. U Sanskritu postoji isto toliko slova koliko i ravni ili LOKA — 52. Pored toga, postoje još Ikisho Brahmand — četrnaest svetova. U njih se mora duboko ući u meditaciju i tada se vide Sanskrit slova. Ali ona se ne vide tako kao što su često predstavljena na Chakra-slikama koje su stvorene u fantaziji umetnika. Ili se vidi boja ili se vide slova onako kako su napisana u Deva-Nagrik ili se čuju ton i vibracija Chakre i čovek u sebi oseća određenu Tattvu i njena svojstva.

Sve ovo ćemo moći spoznati tek kad spoznamo svoja unutrašnja blaga i očistimo svoju Antakarana (Mana, Buddhi, Chittu i Ahamkaru od Kame, Krodhe, Lobhe i Mohe). Ako smo ova blaga, Sam, Dam, Shradhu, Titikshu, Uparati i Samadhan, realizovali u sebi, a cilj nam je postao jasan, onda su i Chakre jasne i čiste i mi zalazimo duboko u meditaciju.

Najbolje tehnike za to su Kriya-Yoga i Kaya-Kalpa. Takođe su veoma važne i Manana (razmišljanje), Shankalp i Vikalp (odlučivanje šta je važno a šta nevažno) i Atma- i Brahma-Chintan (razmišljanje: ko sam Ja, i šta je Bog). Razmišljajte, premišljajte, idite strpljivo dalje i, pre svega, vađajte. Vežbom se stiže do savršenstva.

U ravni u kojoj se nalazi Muladhar-Chakra ima određenih simbola. Kao što je već pomenuto, u meditaciji se Chakre ne vide tačno onako kako su predstavljene na ilustracijama, ali često postoje izvesne sličnosti. Simboli Muladhar-Chakre su:

1. četvorolisni lotosov cvet,
2. Shiva-Lingam,
3. Slon sa sedam surli i
4. obrnuti trougao.

Shiva-Lingam je simbol za Pashupati-Mahadev (Lingam je astralna forma, kao Mandala, Pashu = životinja, Pati = gospodar, Mahadev = najviše božanstvo). Ovaj simbol označava granicu između životinjske i ljudske svesti.

U Muladhari se nalazi naša nesvesna snaga. Ovoj Chakri pripada Tattva — Zemlja, koja ima mnogo energije i označava se i kao Majka, jer majka hrani decu, brine o njima i podiže ih, a tako i svi mi živimo od zemlje i ona nam daje sve što nam je potrebno.

Slon u indijskoj filozofiji, između ostalog, simboliše blagostanje. Kada nije bilo novca, bogatstvo se merilo količinom zemlje i stoke. Slon je snažna i skupa životinja. Čak i njegove kljove su skupocene. Slon je takođe i simbol mudrosti. Brahma jaše belog slona, a kada neko sanja belog slona, to je poseban znak sreće; ako ga u snu još i jaše, to ima još lepše značenje. Ali ova velika i snažna životinja može se kontrolisati jednim malečnim štapićem ili trskom — koje koriste goniči slonova. Tako su um u čula kao divlji slonovi koje automatski držimo pod kontrolom pomoću naše Mantre i naše Sadhane.

Slon simbol Muladhare ima sedam surli, koje simbolišu sedam glavnih elemenata skrivenih u zemlji, sedam osnovnih minerala, sedam glavnih dragulja, u Sanskritu nazvanih Saotdhatu. Svaki od njih ima određeno značenje, boju i dejstvo i pripada određenoj planeti. Planete, opet, znače različite ravni ili manifestacije naše svesti i stoga su povezane sa pojedinim Chakrama. Muladhari pripada crvena boja koja simboliše zemlju i vitalnost.

Svaka Chakra ima svoje sopstvene Mantre. Glavna Mantra Muladhare je LAM, simbol buđenja svesti. To je Bija-Mantra ili vibracija Muladhar-Chakre; koncentracija na ovu Chakru sledi sa Mantrom Lam.

I na listovima četvorolisnog lotosovog cveta stoje Mantre. Sanskrit slova imaju određene vibracije koje se nazivaju Devghan. Preko njih se kontrolišu naše četiri Antakarane (Mana, Buddhi, Chitta, Ahamkara). Antakarane, dakle, imaju svoje poreklo duboko u nama; one su važne funkcije, veoma značajne za naš razvoj: mišljenje, razum, svest i ego.

Trougao, koji je na vrhu, simboliše stvaranje, rađanje, energiju ili Shakti koje se bude. O Kundalini se uvek govori kao o „zmijskoj snazi“. Zmija je u čitavom svetu vrlo značajan simbol — ona označava greh, vreme i promenu. U Sanskritu zmija se zove Kala, što ima dva značenja: crno i vreme. Postoje tri vremena: Bhut-Kal (prošlost), Vartman-Kal

(sadašnjost) i Bha-Vishiya (budućnost). Ako nas ujede zmija, potpuno se menja naša svest — završava se vreme našeg života, umiremo i dospevamo u druge vremenske dimenzije. Bog Vishnu počiva na jednoj zmiji sa hiljadu glava, iz koje prva izlazi Sphurna, tj, kretanje koje je uzrok celog univerzuma. Svet je, dakle, u stvarnosti nastao preko Vishnua, a ne preko Brahme. I u ovoj mitološkoj vezi zmija znači vreme i promenu.

Neizvesno je šta će se dogoditi kad probudimo Muladhara-Chakru — kao što ne znamo šta se krije u zemlji ispod nas, gvožđe, zlato, dijamanti, škorpije, zmije, pećine ili bombe, tako ni naša svest ne zna šta se krije u našem nesvesnom. U Muladhari je pokopano ono što je prošlo i kada vežbama to počnemo da čistimo izlaze na videlo razne stvari i svojstva. Mogu se pojaviti ljutnja, mržnja, pohlepa, ružni snovi i sećanja, ali i divni snovi, osećanja velikog olakšanja, oslobođenja i sreće. To sve potiče iz naših ranijih života.

Zar ne bi bilo bolje da se sve to uopšte ne iznosi? Ne! Samo suočavanjem sa tim možemo ga se konačno osloboditi. Nismo odgovorni samo za ono što radimo, nego i za ono što propuštamo. Jednom se moram očistiti, a Yoga je najbolje put da se to uradi potpuno svesno. Pritom je izuzetno važno da nas neko vodi i da nam objasni naša osećanja. Možemo iznenada zapasti u depresije ili čak osećati telesne bolove za koje se ne može naći fizički uzrok. Razlozi su u Muladhari ili u nekoj drugoj Chakri koja se upravo čisti. Najdelotvornija metoda je Kriya-Yoga i Bhakti. Bez Bhakti nema oslobođenja.

Čišćenjem Muladhara-Chakre razbistrava se svest. Opet bih naglasio da oni koji govore o opasnosti od Kundalini-Yoge govore samo kao lisica o grožđu. Takvi ljudi nemaju Bhakti i poštovanje prema Učitelju koji ih vodi i puni su zavisti i ljubomore. Dosad nisam nikoga upoznao ko je uložio pravilan trud a da je imao negativna iskustva sa Kundalini-Yogom. Ako smo bolesni, pa od trojice lekara dobijamo različite lekove, ni jedan nam neće pomoći. Ako učenici u svom usavršavanju koriste nekoliko tehnika, neće postići napredak, nego će samo izazvati zbrku. Njima nedostaje Shradha, poverenje u Učitelja, bez kojega su svi naponi uzaludni.

Vežbajte bez prestanka i čistite svoju Muladharu od sumnji. Mahaprabhuđi kaže: „Kundalini je Shakti (snaga), božanska majka.“ A majka neće nikada nauditi svome detetu. Shakti je snaga koja širi našu svest. Svest je Chetana-Shiva. Kad se ovo dvoje sjedini, budi se snaga u svesti tako da može da proдре u sve Loke — to je rast Kundalini.

Prema iskustvima samorealizovanih Gurua, Kundalini snaga se naj lakše budi pomoću Bhakti-Yoge. Bhakti je najbolji put za buđenje Muladhare i za širenje svesti. Bhakti-Yogi ne uočava ništa od svih ovih iskustava. On je kao malo dete o kojem se brinu roditelji. Raja-Yogi je, nasuprot tome, vrlo samosvestan i snažan, ali je njegov put mnogo tvrdi. Najbolja je sinteza ovih puteva: izboriti se sasvim svesno, ali sa Bhakti.

S tim u vezi, veoma je važno i buđenje Ajna-Chakre. Ona je Učitelj, Guru. Ako je ona aktivna, Buddhi (razum) daje nam odgovore na pitanja, snove, osećanja, psiho-fizička stanja i meditaciona iskustva. Učenici često u meditaciji imaju doživljaje koji izazivaju strah — čuju različite šumove, vide da se neko nalazi pored njih. To su samo uobraženja iz podsvesti i mogu se javiti vrlo živo i stvarno. Na žalost, mnogi tada prestaju sa meditacijom. Oni sami nemaju znanja, a Učitelju ne veruju. Mahaprabhuđi je jednom rekao: „Često ljudi svesrdno mole za neko skustvo, a kada dođe vreme da ga steknu, oni drhte od straha. Ali, ako ne dođu do iskustva, sumnjaju i govore da vežbe ničemu ne vode.“

I još jednom: nikakvi snovi, nikakva osećanja neće vam naškoditi! Treba samo da radite i vežbate ono što vam kažem, a ne da isprobavate pet različitih tehnika na dan. Ako se razvije vaš Buddhi, moći ćete sami da analizirate sve pojave i iskustva i nećete ih se bojati.

Manifestacija i razvoj ljudske svesti ide od Muladhare nagore. Početak je u Muladhari, različite osobine su, međutim, skrivene u drugim ravnima, u Svadhisthani, Manipuri, Anahati, Vishuddhi itd. Muladhara-Chakri pridodat je elemenat zemlje, a zemlja je kao majka. Ali, majka nam daje samo rođenje, i brine o nama sve dok može. Ona nam ne daje sudbinu, osobine i Karme. Svako od njene dece ima drugu sudbinu, drugi karakter, druge osobine . . .

Iz priloženih tabela vidi se kako iz međusobne povezanosti pet elemenata nastaje 25 Prakriti i koje značenje one imaju. Ajna-Chakra se nalazi između ljudske i božanske svesti, a Sahasrara je božanska svest. Njima više nisu pridodati materijalni elementi.

REZIME SIMBOLA U MULADHARA—CHAKRI

MUL — koren, baza

SLON — mudrost, blagostanje

7 SURLI — 7 glavnih elemenata zemlje

SHIVA LINGAM — svest

ZMIJA — Shakti, snaga, vreme, promena, aktivnost

OBRNUTI TROUGAO — buđenje

BROJ LOTOSOVIH LISTOVA — četiri Antakarane: Mana, Buddhi, Chitta i Ahamkara

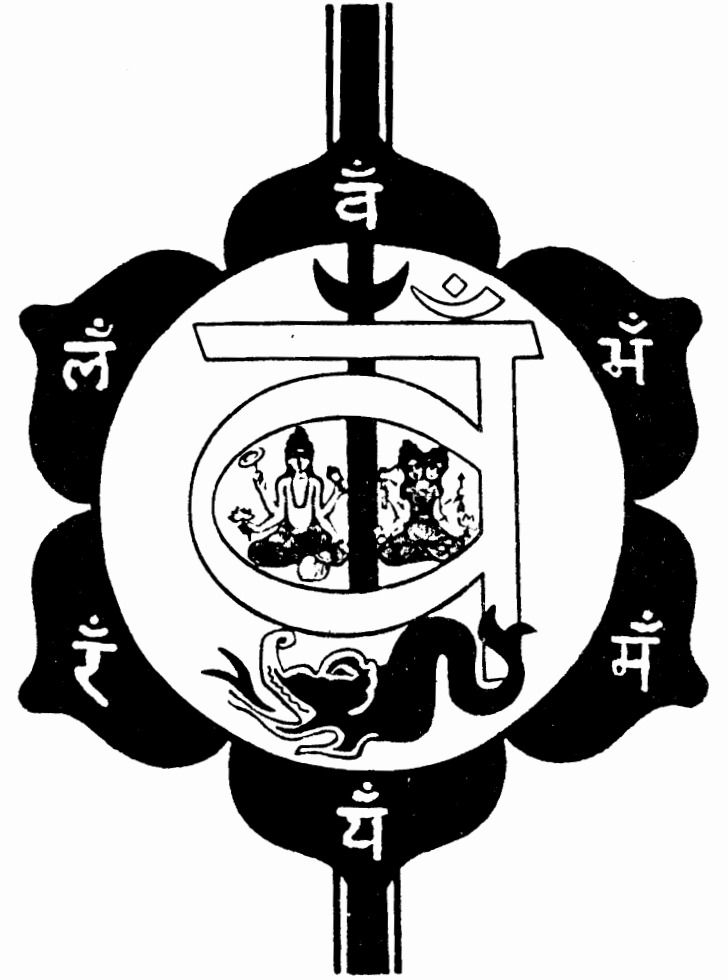
TATTVA — zemlja

SHAKTI — Brahma-Shakti, Iccha-Shakti, Prakriti

BIJA—MANTRA — Lam

BOJA — crvena (vitalnost, energija)

Svadhithana Chakra



स्वाधिष्ठानचक्र

2. SVADHISTHANA—CHAKRA

SVADHISTHANA je vrlo važna Chakra i označava drugi stepen našeg razvoja (Sva = sopstvo, Sthan = mesto). U njoj se nalaze sledeći principi ili osobine: strast, mržnja, ljutnja, prezir, okrutnost, lažni ponos, sumnja, ljubomora, tupost, lenjost. Kada ovi negativni elementi u nama ojačaju, svest ponovo pada u donje planete i tone u Muladharu.

Kod svakog čoveka često se budi Kundalini-snaga i dolazi do Svadhistane, ali tamo nailazi na prepreke, na navedene negativne osobine, koje su neprijatelj našem razvoju. Energija ne može dalje da raste, pada ponovo u Muladharu i tako se ljudi stalno šetaju gore-dole, između Muladhare i Svadhistane.

Svadhishana-Chakra je direktno povezana sa podsvešču u koju tonu svi utisci naših čula, dela i osećaji naših Indriya (Karma- i Jnana-Indriya). Ona je tako fina i senzibilna da snima sve, kao filmska traka. To je razlog što naše Karme bezuslovno deluju na nas, hteli mi to ili ne. Iako trenutno nismo ništa učinili, ne možemo sprečiti njihovo dejstvo, jer je u našoj podsvesti sve zabeleženo. Našom sadašnjošću stalno upravlja podsvest. Poreklo naših dela, osećanja i misli nije u sadašnjem trenutku, nego u ranijim vremenima, kada je sve memorisano u našoj podsvesti. Karme možemo savladati samo pomoću Bhakti, ali to je težak put. Dogod se nalazimo u Svadhisthani povezani smo sa negativnim osobinama; ljubomora, ljutnja, mržnja . . . znače nezrelost, ko je njima podređen, ima nezrelu i slabu svest i gdegod ima ovih svojstava svest će uvek biti vraćena u niže ravni.

Element Svadhisthana-Chakre je voda. Voda je blaga, ali teško savladiva. I ako nam uspe da pobedimo ove loše osobine, još uvek postoji opasnost da zapadnemo u Layu (pospanost i lenjost) i tako opet potonemo.

Simbol Svadhisthane je krokodil. To je slika sablasti koja simboliše astralnu svest, odnosno naša dela i Karme koji se još neoformljeni nalaze u našoj podsvesti. Krokodil je lenj, ali vrlo opasan kada je aktivan. Bija-Mantra ili vibracija Svadhisthane glasi Vam. Boja ove Chakre je narandžasta — simbol aktivnosti, energije, radosti, nade i samosvesti.

Božanstva Svadhisthane su Brahma i Sarasvati. Brahma je stvaralac svega postojećeg, a Sarasvati je oličenje znanja i istovremeno u mitologiji predstavlja kćer i suprugu Brahme. To je često bio povod nesporazumima. Brahma ovde znači stvaranje ili buđenje svesti. Tako nastaje znanje, koje zatim upravlja svešču. Tako je znanje stvoreno svešču i na nju povratno deluje. Brahma, kao stvaralac, je otac Sarasvati ili znanju. Ako znanje zatim upravlja i potpomaže Buddhi i Viveka (sposobnost razlučivanja), Sarasvati postaje i supruga i saputnica Brahme. Dalje se možemo razvijati samo pomoću znanja. S tim u

vezi Brahma se naziva i Hiranaia-Garbha, „zlatna materica“ ili „oko kosmosa“, iz kojeg se rađa znanje.

Svadhithana-Chakra je naš prvi korak posle Muladhare. Ona je još usko povezana sa životinjskom svešću i naziva se još i Pashupati (Pashu = životinja, Pati = gospodar). Muladhara je najviša Chakra životinjske svesti i nad njom je životinjsko božanstvo Pashupati. Stoga se mržnja, ljutnja, strast i ljubomora nazivaju i „životinjskim“ osobinama. Kad se jave u čoveku i njegova aura se menja i postaje kao aura životinja. Ali mi, kao ljudi, treba da se izdignemo iznad životinjskog carstva i da pokušamo da savladamo ove negativne osobine pomoću Bhakti, razumevanja, saosećanja i razmišljanja o smislu i svrsi života.

Ova borba traje doživotno, ali u nekom od života ćemo ipak konačno pobediti i to će biti naš poslednji život. Mi ne znamo da li smo možda u nekom od naših ranijih života bili Yogiji i možda se nalazimo na stepenu Vishuddhi-Chakre. Kao ljudi imamo uvek dve mogućnosti — da padnemo ili da se popnemo do još višeg stepena, što će biti lakše onome ko je još ranije vežbao Yogu, meditirao i išao duhovnim putem.

Ako nešto iz naše podsvesti prodre na površinu, često ne znamo o čemu se radi i smatramo sebe luckastim, ali to nije duhovna zabuna, nego nas samo zbunjuje, deprimira i uznemirava nejasnoća ovih doživljaja. Verujemo da neko spolja nama upravlja i utiče na nas, u zbilji, u tom momentu je samo naša Svadhithana-Chakra vrlo aktivna.

Ova osećanja ne javljaju se u samoj Muladhari- ili Svadhithani, nego se manifestuju u centru mozga odakle se projektuju u svest. Vežbač Yoge lakše savladava ova stanja, jer može bolje da razume i analizira ono što se u njemu događa. Inače uvek iznova padamo iz jednog osećanja u drugo i šetamo gore-dole po čor-sokaku Svadhithane — jednom kličući do neba, sledećeg momenta tmurni do smrti. U takvom stanju ne treba da se uplašimo, nego samo da posmatramo i idemo dalje sa Mantrom, pomoću koje se budi Sarasvati, znanje, koje olakšava napredovanje.

I ovde se postavlja pitanje kao i kod Muladhare — ne bi li bilo bolje sve ovo ostvariti da miruje. Ne, to ne bi bilo mudro. Ako pokušamo da potisnemo negativne stvari kao što su strasti, mržnja itd. i pobeđemo od njih, propustićemo dragocenosti — kao kad bi neko u kantu za smeće bacio dijamantski prsten, a mi smeće izručili u kontejner, ne pogledavši unutra, nećemo nikada saznati da je u njoj bio dijamant. U Kundalini-Yogi ne treba ništa unapred osuditi kao loše i negativno; prvo treba analizirati svako osećanje, tačno i pažljivo ga ispitati i tek onda savladati. Tada se ostvaruje uzajamni proces između Brahme i Sarasvati, između svesti i znanja. Treba uvek da budemo svesni svega i da znamo šta se iza toga krije. Samo je tako moguće savladati stepen po stepen i postići cilj u jednom životu. A to se najlakše postiže pomoću Bhakti-Yoge i Mantre.

Mantra je, sasvim sigurno, jedina pomoć za buđenje svesti i savladavanje puta. Ali ona mora biti Guru-Mantra, a ne neka sugestivna ili psihološka formulacija, mora biti Siddha-Mantra, koja se po prastaraj tradiciji nasleđivanja majstorstva uvek prenosi i saopštava od Učitelja do učenika. To je Mantra koju je otkrila i koristila božanska inkarnacija u sopstvenoj meditaciji. To nije formula koju znamo iz vežbi samosugestije i autogenog treninga, kao „Dobro mi je“, „Osećam božje prisustvo“, „U meni je mir“ itd, ili, kao što se ponekad praktikuje, nizanje jedno za drugim nekih glasova ili brojeva bez smisla i značaja. Ove metode služe samo za unutrašnje umirenje i ravnanje Chitta-Vritti (talasa sećanja). U Siddha-Mantri radi se, međutim, o snagama ostvarenim u reči.

*Šta bi moglo da se desi bez reči?
Dajemo i uzimamo pomoću reči,
govorimo, razumemo, saznajemo pomoću reči.
Bilo kuda da ideš,
ne možeš ostaviti reči iza sebe.
Reči nas vode jedne drugima.
Reči nam daju znanje —
pomoću reči (Mantri) oslobađamo se.
Pomoću reči spoznaješ Najviše i iluziju.
Bhagwan Sri Deep Narayan Mahaprabhu-di mi je
podario svetu reč.
Njegovom rečju prelaziš okean.*

(Bhajan Sri Swami Sivanande iz knjige „Živuća svetlost“)

Pored božanstva Brahme i Sarasvati, u Svadhithani deluju dve Shakti: Shankalp-Shakti i Mantra-Shakti.

O Shankalp-Shakti postoji mala priča.

U vrtu kraljeve palate rastle su divne voćke i mlado drvo mangoa koje je prvi put donelo plod. Jednoga dana, kada je sa kraljem šetala vrtom, kraljica ugleda drvo mangoa i požele da dobije prvi plod. Kralj joj ga obeća i naredi baštovanu da preko drveta stavi finu mrežu da bi plod ostao neoštećen i da ga danonoćno nadgleda. Posle mesec dana, mango je već sazreo, a neki su čovek i žena prolazili pored zidina dvorca. Žena ugleda zlatno-žuti plod i reče svome mužu: „Čovek bi trebalo da svojoj ženi ispuni svaku želju, a ja želim da pojedem onaj mango.“ Čovek je posedovao Shankalp-Shakti — samo je ispružio ruku i već je u njoj držao plod. Žena se obradovala i sa uživanjem pojela mango. Ali, sledećeg dana kraljica pozva baštovana i naredi mu da joj donese obećani plod. Ovaj morade priznati da je plod na misteriozan način nestao iako je čuvan danonoćno. Razlučena kraljica naredi svome sinu da pronade kradljivca mangoa i da ga obesi. Kada je čovek koji je bez zle

namere uzeo mango za svoju ženu čuo za to, javio se dobrovoljno. Ispričao je princu kako je pomoću Shankalp-Shakti došao do ploda. Princ oseti veliko poštovanje prema ovom čoveku i razmisli kako bi mogao da ga spase. On se uputi svome ocu, kralju, i izvesti ga da je počinilac pronađen. Ispriča mu o njegovoj sposobnosti da odmah dobije sve što poželi i predloži mu da ga čovek pre izvršenja presude nauči ovoj umetnosti. Kralj pristade na ovo i naredi čoveku da ga nauči svojoj sposobnosti. Ali, iako se ovaj veoma trudio, ništa nije uspevalo. Tada princ reče: „Oče, tako neće ići. Ti sediš na svome prestolu, a tvoj učitelj pred tobom na zemlji. Voda ne može da teče uzbrdo — to je jednostavno protiv prirode. Morate zameniti svoja mesta, inače nećete uspeti.“ Tako kralj siđe sa svoga prestola i pusti čoveka da sedne na njega. Ovaj ga blagoslovi, i — gle! njegova snaga prede na kralja i kada je kralj ispružio ruku i poželeo plod iz vrta, on je smesta bio u njoj. Tada kralj htede da dozvoli da odvedu čoveka na izvršenje presude, ali se opet javi princ: „Onaj ko ubije svoga Gurua počinio je težak greh i moraće da ga okajava tokom mnogih života.“ I kralj se pokloni svome Učitelju, ukaza mu dužno poštovanje i pusti ga na slobodu.

Shankalpa je, dakle, nešto što želimo. Shankalp-Shakti funkcioniše u svakom slučaju, bilo da se radi o pozitivnoj ili negativnoj želji. Bilo gde i bilo kada u ovom kosmosu ostvariće se svaka od naših misli. Ako, kao u Yoga-Nidri, ponavljamo svoju Shankalpu ili svoju nameru sa čistim duhom, čistim osećanjima i od sveg srca, sigurno će se ispuniti. Yoga-Nidra je tehnika koja na to posebno deluje, jer se pritom naša svest spaja sa podsvesću. Nismo ni sasvim budni, niti spavamo, nalazimo se kao u nekom snu. Dospevamo u astralni nivo svesti u kojem se sve misli brzo ostvaruju. A na taj način deluje Shankalp-Shakti.

Za vaš razvoj postoje različite vežbe, npr. Tratak ili meditacija sa svećom. Za uspeh je, međutim, potrebno istovremeno prisustvo jedne druge Shakti — Mantra-Shakti, kao što su automobilu potrebni motor i točkovi da bi se kretao. Mantra-Shakti je Shakti koji se nalazi u našim rečima.

Potrebne su nam, dakle, dve stvari: snaga i reči, snaga naše želje ili naših predstava i reči kojima svoju želju izražavamo. Najpre mora postpvena Guru-Mantra da dospe do petog stepena, Ajape.

Svi koji dobiju takvu Mantru treba s njome da sprovedu pet stupnjeva vežbi: Likhit (pisanje), Bekhari (govor), Upamsu (šaputanje), Mansik (mišljenje) i Ajapa (neprestano unutrašnje ponavljanje). Kada smo postigli peti stepen, gde se naša Mantra automatski odvija u nama bez svesnog ponavljanja i sećanja i kada je ona, neposredno posle buđenje, pre nego što otvorimo oči, naša prva misao, onda od ove Mantrre stvaramo Anusthan, intenzivnu vežbu: ako hoćemo da ispunimo neku želju ili nameru, tada u toku izvesnog vremena (nedelje, meseci, godine) preduzimamo izgovaranje naše Mantre određen broj puta. (Ova misao je temelj budističkim molitvenim molitvama — u njihovoj

unutrašnjosti je papirna traka na kojoj je nekoliko stotina puta ispisana Mantra tako da se malim brojem obrtaja bez napora može sprovesti odmah hiljadu Mantri; — to, naravno, nema dejstva).

Jedan takav Anusthan bio bi, npr, u jednoj nedelji izgovoriti 100.000 Mantri. Pri tom se mora dnevno izvesti 132 Male. Ako izračunamo da je za jednu Malu (brojanica sa 108 zrna) potrebno oko 8 minuta, to je skoro osamnaest časova na dan. Onaj kome je to mnogo može taj vremenski raspon povećati na dve nedelje. U to vreme treba biti telesno i duhovno vrlo čist i u ograničenoj meri postiti tako što se uzimaju samo određena satvična jela. Anusthan izaziva intenzivno „pročišćavanje“ tela i duha — i tada se manifestuje Duša.

Tako pripremljeni, ponavljajte svoju želju pre odlaska na spavanje, neposredno posle buđenja — pre nego što otvorite oči i pre i posle svake molitve i svake meditacije. Unesite pritom celo svoje srce i celu Mantra-Shakti u ovu želju i ona će se brzo ostvariti, naravno uvek poželite samo pozitivne stvari i one zbog kojih kasnije nećete zažaliti. Kao upozorenje mogla bi poslužiti priča o majmunu koji je iz neznanja poželeo nešto zbog čega je zapao u velike teškoće.

Jednoga dana pođe ukrotitelj zmija u šumu da uhvati zmiju za svoje predstave. Ubrzo je pronašao veliku kobru, uhvatio je i zatvorio u korpu. Bio je veoma topao dan i on, idući kući, odlučio da se malo odmori u senci Banyan drveta. Na drvetu je sedeo majmun, koji je odmah spazio korpu i pomislio da je to korpa za hvatanje divljih pčela i da je u njoj med. Silno je poželeo da se dokopa toga meda i pomoću njegove Shankalp-Shakti ova želja je počela da se ostvaruje. Majmun je od zaspalog čoveka lako uzeo korpu, obesio je oko vrata i popeo se visoko uz drvo. Ukrotitelj zmija se probudio i doviknuo majmunu da ne otvara korpu, ali mu je majmun odgovorio samo nipodaštavajućom grimasom. Pun radosnog očekivanja otvorio je korpu i — ukočio se od straha kada je iz nje izvirila glava kobre; sada je majmun imao samo jednu misao: „Kako da se oslobodim ovoga?“. Situacija se u sekundi potpuno izmenila: malopre je bio pun radosti i trijumfa, a sada ispunjen strahom i užasom. Iste stvari, koju je tako čežljivo poželeo, sada je po svaku cenu hteo da se oslobodi.

To se dešava i mnogim ljudima. Bez razmišljanja i pravog znanja oni žele mnoge stvari, a ispunjenjem ovih želja često zapadaju u velike teškoće i bezizlazne situacije. Mi imamo mnogo želja i pomoću Shankalp-Shakti možemo ih ispuniti, ali o tome treba prethodno dobro da razmislimo. Dvoje zaljubljenih, npr, žele samo da budu zajedno, ali se često dešava da se posle nekog vremena zajedničkog života — rastaju. Šta se u međuvremenu izmenilo? Bili su toliko privreženi jedno drugom a postali su najveći neprijatelji. Zašto su se njihove želje pretvorile u suprotnost? Očigledno je da nisu jasno spoznali o čemu se radi i poželeli su nešto što u stvari nisu želeli. Stoga želite samo ono za šta vam je jasno da će u budućnosti doneti samo sreću i prijatna osećanja.

To je i zadatak Svadhishthane, ali on zavisi i od razvoja Ajna-Chakre, gde možda još vladaju zbunjenost i nesigurnost. U svakom slučaju, važno je i potrebno probuditi i koristiti svoju Ajna-Chakru.

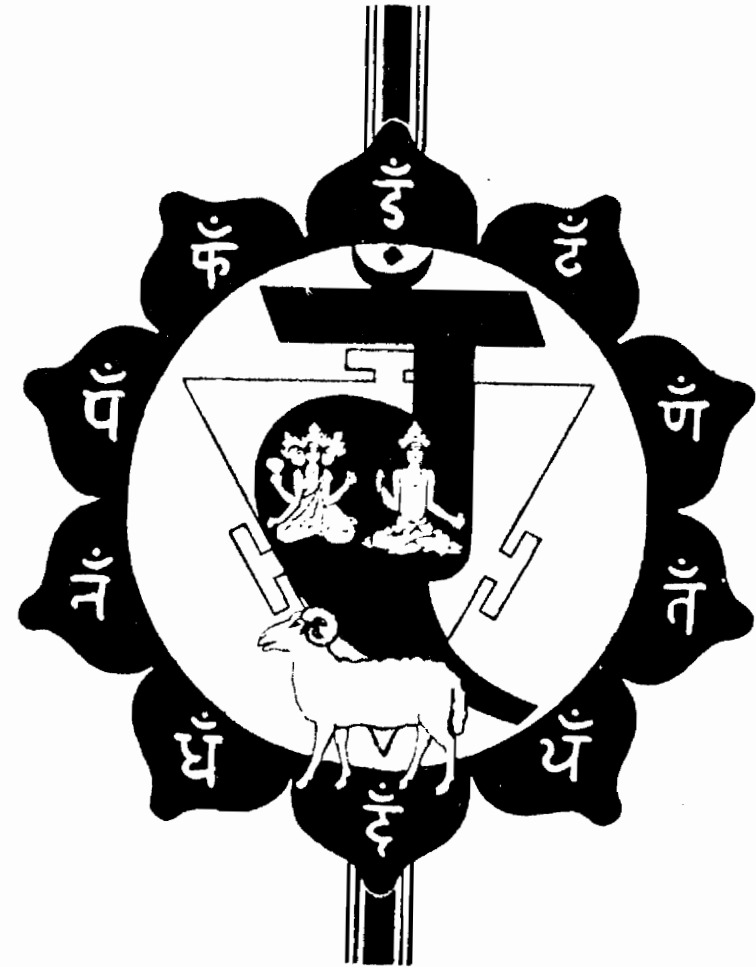
U Svadhasthani se razvija znanje i jačaju Shankalp- i Mantra-Shakti. Savladajte svoja negativna osećanja i osobine i posmatrajte sve što izranja iz Ajna-Chakre. Kada znate da to što se događa nije vaša ludost, nego faza kroz koju svako na neki način mora da prođe, proći ćete lakše i bez straha. To najbrže uspeva pomoću Bhakti-Yoge. Kod meditacije bez Bhakti često istupi ego i može se dogoditi da više ne možete kontrolisati podsvest. Po Mahaprabhu-điju, Bhakti je posebno važna za one koji provode Kriya-Yogu.

Kroz Muladharu i Svadhishthana-Chakru morate proći, hteli vi to ili ne, radili Yogu ili ne, molili se, meditirali ili ne radili ništa, jer svaki čovek u toku svog razvoja mora jednom proći kroz ove stadijume svesti. Zato koristite svoje znanje iz Ajna-Chakre, jačajte svoju Shankalp- i Mantra-Shakti i pokušajte bolje da razumete svoju podsvest. Pralabdha (buduća sudbina) već se nalazi u „zlatnoj materici“ i pomoću razumevanja svoje podsvesti postićete znanje o svojoj budućnosti.

REZIME SIMBOLA U SVADHISTHANA—CHAKRI:

KROKODIL — astralna svest, Karme, opasnost
 BOŽANSTVA — Brahma i Sarasvati — tj. svest i znanje
 TATTVA — voda
 BOJA — narandžasta, tj. aktivna: delo, radost, nada
 HIRANAIA GARBHA — zlatna materica
 BIJA—MANTRA — VAM
 SHAKTI — SHANKALP— i MANTRA—SHAKTI
 BROJ LOTOSOVIH LISTOVA — šest

Manipura Chakra



मणिपूरचक्र

3. MANIPURA—CHAKRA

Svest ili Kundalini penje se u Manipura-Chakru preko Muladhare i Svadhisthane, koje su još snažno povezane sa životinjskim ravnima. Onaj ko dostigne ovaj treći stepen, skoro je uspeo, 99% je sigurno da će postići buđenje najviše svesti mada je poslednji, nedostajući procenat teže postići od prethodnih 99).

Manipura-Chakra nalazi se na unutrašnjoj strani kičmenog stuba iza pupka. Tu se nalaze tačke gde ulaze i izlaze Tattve i energije, pa se Manipura-Chakra može uporediti sa „kosmičkim vratima“. Ovaj tok energije možemo predstaviti kao vir ili spiralu.

Mani znači dragulj, a Pura mesto ili grad — Manipura je, dakle, grad dragulja. Pojam Mani se pojavljuje i u budističkoj mantri OM MANI PADME HUM, što je napisano u svim molitvenim mlinovima (OM — Bog, Mani — dragulj, Padam — lotos, takode stopala Učitelja, HUM — klanjam se, ili ja sam). Mantra ima dva značenja: klanjam se pred lotosovim stopalima svoga Učitelja, i: ja sam To, sve te dragulje nosim kao božanske osobine u sebi.

Manipura-Chakra sadrži sledeće osobine: jasnost, sreću, samopouzdanje i samosvest. Manipura nam daje snagu i božanska osećanja.

Princip ili Tattva Manipure je vatra. Ona znači čišćenje, ona sagoreva sve. Kada svest prođe kroz prethodne dve Chakre — Muladharu i Svadhisthanu — i savlada životinjske ravni, izlazi kao vatrom očišćena i oplemenjena.

U Svadhisthani se nalaze sve negativne osobine — strast, ljutnja, pohlepa, mržnja itd, a Manipura ima obrnute, u pozitivno preobraćene kvalitete — iz strasti nastaje čista ljubav, iz ponosa samosvest, iz neznanja jasnoća itd. Kada postignemo ovu Chakru ne treba više da se bojimo, jer je skoro sigurno da ćemo postići svoj cilj.

Bija-Mantra Manipure je RAM. Ovaj slog nema nikakve veze sa bogom Ramom, nego izražava vibraciju koja nastaje prilikom sretanja Nadia u ovom centru.

U Manipuri, kao i u Muladhari, nailazimo na trougao koji stoji na svom vrhu. To ukazuje na buđenje: vrh je sićušno seme koje se budi i njegova svest se širi nagore.

Božanstva Manipure su Vishnu i Lakshmi. Vishnu ovde znači stvaranje, a Lakshmi je boginja blagostanja (stoga je Manipura „Grad blagostanja“). Božanstvo u Muladhari je Shiva koji predstavlja svest i vodi evoluciju od životinjskog carstva do ljudske svesti. Vishnu je, nasuprot tome, čisto ljudska svest, koja ovde ima svoj početak.

Životinjski simboli u Manipuri je ovan — vrlo aktivna životinja povezana sa „vatrenim“ elementom Manipure. Prvih pet Chakri imaju životinjske simbole. Svi mi nosimo u sebi biljne, životinjske i ljudske osobine, koje utiču na naš karakter. Ove osobine, doduše, treba da prevaziđemo, ali do Vishuddhi-Chakre moramo raditi sa ovim stepenima svesti, jer oni reprezentuju pet elemenata u nama.

Boja Manipure je narandžasto-žuta sa zelenim zracima.

Od posebnog značaja su snage koje se sreću u Manipuri. Manipura je spojna Chakra i tačka ukrštanja između Prane i Apane (v. tabelu pregleda o pet Prana i pet Upprana — poslednje pripadaju astralnim ravni, pet Prana ili Vayu tiču se naše zemaljske ravni).

Prana je ono što udišemo, a Apana ono što izdišemo. Apane idu i kroz donji deo našeg tela i zato su više povezane sa životinjskim ravni. Nasuprot tome, Prane pripadaju gornjim, ljudskim ravni. Prane i Apane uobičajeno teku suprotnim smerovima. Dokle god je tako, ne možemo napredovati.

U Manipuri se sastaju tri Nadi: Ida, Pingala i Shushumna i grade otvor kroz koji naša svest može da se popne do Sahasrara. Pupak je vrlo važan centar. Svi embrioni sisara i ljudi povezani su pupčanom vrpcom za majku i preko nje se hrane. Tako se sve Prane spajaju u Manipuri i tu fine Prane rastaču hranu koju uzimamo.

U Bhagavad Giti Krishna kaže: „Ova vatra, koja pomaže da se hrana u telu očisti, svari i stvore čiste Prane, najviša je snaga. To je plamen života kojem Yogi ne žrtvuje samo svoju Pranayamu, nego i hranu.“ Zato pre jela pevamo sledeću mantru:

**BRAHMA ARPANAM BRAHMA HAVIR
 BRAHMA AGNO BRAHMANA HUTAM
 BRAHMAIVA TENA GANTAVIAM
 BRAHMA KARMA SAMADHINA**

„Ovo žrtvovanje je Brahma. Žrtva je Brahma. Onaj ko prinosi žrtvu je Brahma. I vatra je Brahma. Brahma će dostići onaj ko ga spozna u njegovim delima.“

(Bhagavad Gita, pogl. 4, stih 24).

Ali, kao što je već rečeno sve dok Prana i Apana teku suprotnim pravcima, sa njima se ne može raditi. U Yogi postoji nekoliko Pranayama-vežbi koje se nazivaju KUMBHAKA (= uliti snagu u sebe i zatim je pustiti određenim pokretima u Shushumna-Nadi da se popne visoko u Sahasraru). Kada se Prana i Apana sretnu u Manipuri i tamo kroz vatru očiste i pročiste, to deluje kao vakuumski zatvarač koji obe vuče visoko u Sahasraru. Time se postiže najviše stanje svesti.

Kada ovladamo sledećim vežbama, možemo svesno dozvoliti da se Kundalini-Shakti popne visoko u nama:

1. PRANAYAMA,
2. BANDHE (MUL—BANDHA, UDDYAN—BANDHA, JALANDHAR—BANDHA),
3. ASHVINI—MUDRA, AGNISAR—KRIYA, NAULI—KRIYA. i
4. MANA—BANDHA (sve četiri Bandhe zajedno).

Mnogi aspiranti se žale da ne doživljavaju nikakva iskustva i da ne mogu da osele svoje Chakre. Bez Bhakti ili Jnana-Yoge i izvođenja ovih sistematskih vežbi, ne može doći do buđenja. Mi, međutim, ne treba samo da imitiramo ove vežbe, nego da ih sprovodimo postepeno i pod nadzorom.

Manipura, na žalost, ima i jednu veliku manu. Ona je u vezi sa Bindu-Chakrom koja se nalazi ispod uvojka gornjeg dela glave. I životinje imaju uvojke; jedan poznavalac konja neće nikad kupiti životinju koja na određenim mestima na telu ima uvojak-kovrdžu. Nije praznoverje da takva životinja može da donese nesreću. Stolica sa kičmavom nogom ili nekim drugim znakom koji „donosi nesreću“, može zaista da nam donese veliku nesreću ako na nju sednemo. Tako je i kod životinje: u ovu kovrdžu ulivaju se i iz nje izlivaju određene snage koje na Tattve cele okoline utiču pozitivno ili negativno, prema svojim kvantitetima.

BINDU—CHAKRA je mesečev centar iz kojeg kod svakog čoveka kaplje Amrit (Ambrosia ili Nektar — sok koji čini besmrtnim). U Bhagavad Giti Krishna kaže Arjuni: „Postaću mesec i snabdeti sve biljke sokom života.“ (pogl. 15, stih 13). Međutim, ovaj Nektar pada iz Bindu-Chakre direktno u Manipuru i sagoreva u njenoj vatri. Vatra ne pravi razliku, sagoreva sve na isti način. Tako Jatha-Agni, vatra varenja ili solarni sistem konsumira sve što je došlo do Manipure. Postoji jedna delotvorna vežba koja sprečava da Nektar iz Bindu-Chakre padne u Manipuru — to je Kechari-Mudra.

U nekim knjigama govori se o pet vatri, Panch-Agni. One simbolišu pet Prana koje treba da izgore u vatri Manipure.

Mnogi ljudi gube unutrašnju, duhovnu stvarnost i tada pokušavaju da je nađu izvan sebe ili da je imitiraju. Objasnimo ovo jednom pričom: dete sa verande gleda svoga dedu kako ide oko jednog grma i štapom iz sve snage udara po zemlji. Zatim baca štap i vraća se u kuću. Dečak imitira dedu —uzima štap i ponavlja ono što je deda radio. Kada su ga pitali zašto to radi, on odgovara da je deda radio isto. Deda je štapom oterao zmiyu koja se tu našla, a dete ga je samo imitiralo, ne shvatajući pravi smisao tog čina. Tako se i mnogi ljudi samo igraju i rade neke vežbe a da ne znaju zašto.

U biografiji Mahaprabhu-đija, opisana je jedna zgoda o Panch-Agni. Jednoga dana dođe neki Yogiji u Mahaprabhu-đijev Ashram u Khatuu i stadoše se hvaliti pred njim da su najjači i najbolji u Yogi. Svaki je o sebi mislio da je najbolji. To, međutim, sigurno nije tačno. Postoje milioni ljudi koji su bolji od nas i takođe milioni kojima ide lošije nego nama. Stoga uvek mislite u dva pravca: kada se podigne ego, treba da mislimo kako su mnogi bolji od nas. Kada smo tužni i deprimirani, treba da budemo svesni da je mnogima gore nego nama. Tako se može proći kroz život. A Yogiji u poseti kod Mahaprabhu-đija opisao mu svoj način vežbanja i meditiranja. U najtoplije podnevno vreme — a u Indiji je veoma vruće! — zapale oni pet u krug raspoređenih vatri i posedaju u sredinu vatrenog kruga da meditiraju. Na taj način pokušavaju da savladaju svoje telo. Pozvaše i Mahaprabhu-đija da izvede ovu Panch-Agni vežbu.

Mahaprabhu-đi im je odgovorio jednim Bhajanom:

**KHIYA TUM DHUNI TAO SILGAVE BAN KE MANI
BIN LAJDI MERI JIGE DHUNIYA NAJAR DHUA NAHI AYI
IES DHUNI SE GANGA BAHAVE ME YOGI NA MAIY
MADHURI VANI GAVE YOGI ANAHAD TAN MILAYI
DHUNDHAN VANKO JO KOI JAVE HE NEDA NAHI PAYI
IESA YOGI GHATA GHATA RAMTA SABA SE DUR KAHAYI
ALAKH NIRANJAN HE AVINASI GARAB VAS NAHI AYI
SCHAT CHAKAR JE UPAR YOGI SIDDHA ASAN KO LAYI
SRI SWAMI DEEP KAHE BIRLA SANTA JAN USA YOGI KE PAYI.**

Zašto pališ vatru u džungli?

Moja vatra gori bez drveta, a nikakav dim se ne vidi.

U mojoj vatri teče Ganga u kojoj se kupaju Yogiji.¹

Oni pevaju pesme čiji sladak zvuk nikada ne prestaje.²

Ako tražiš ove Yogije, teško ih je naći.

A ipak su sasvim blizu.

Oni se nalaze u svakom srcu, a istovremeno su tako daleko.³

Niko ih ne može opisati.⁴

Besmrtni su⁵, isključeni iz kruga rođenja i smrti.⁶

Sedeći u Siddhasani, oni bude Chakre.⁷

Moje poštovanje Yogijima koji zapale ovu vatru.

¹Ovaj Yogi je tvoja Atma ili Bog; tvoj Guru, Učitelj ili pravo Jastvo leži u tebi, a ne izvan tebe. Ali, dogod to nisi spoznao, potrebna ti je pomoć spolja.

²U Manipuri je sedište Bekhari, reči. Smetnja u Manipuri može dovesti do govornih smetnji. Deci sa govornim manama može se pomoći određenim Asanama koje deluju na Manipuru. Bekhari doslovno znači „usne“, ali pravo sedište zvuka je u centru pupka. Ako se tamo čuje OM-zvuk, tone se vrlo duboko u meditaciju. Prvi stepen poste Manipure je Anahata, neograničeni zvuk po kojem duša plovi kao labud po nepomičnoj vodi. Tako se i svest Yogija penje u Sahasraru.

³Yogi koji je postigao ovu realizaciju živi u svakom srcu, on voli sva bića, ljude i životinje.

⁴Alakh znači „neopisivo“, a Niranjan „čist, neumrljan“. Ovom Mantram mnogi Yogiji pozdravljaju jedan drugog. Ona potiče od jednog Yogi-pokreta koji se naziva Nath, što znači Bog, ali i onaj koji nosi prstenje u nosu i ušima. To znači da Yogi treba da drži pod kontrolom svoj duh i svoja čula. Mantram Alakh Niranjan pozdravlja se Atma drugoga: „Tvoja Atma je neopisiva i čista“. Ova Atma je božansko Jastvo koje živi u svakom čoveku.

⁵Mahaprabhu-di dalje kaže: ovi Yogiji su Avenasi, tj. neuništivi, besmrtni. Kao što se peva u pesmi SHIVOHAM:

JISE SASTRA KATE NA AGNI JALAVA
VAHI ATMA SATCHIDANANDA ME HU
SHIVOHAM SHIVOHAM SHIVOHAM

„On se ne može uništiti oružjem, sagoreti vatrom ili udaviti vodom. Smrt nema moći nad njim. Ja sam Shiva, oslobođena Atma, božanski, najviši. Ja sam Atma, Satchidananda i besmrtni.“ Tako Yogi doživljava potpunu sreću i postiže unutrašnju slobodu.

⁶Sve ovo radimo zato što nećemo da se ponovo rodimo. Činjenica je, koja nema nikakve veze sa religijom i verom, da svako ko je upao u ovaj točak uvek ide iznova od rođenja do smrti i od smrti do ponovnog rođenja. Onaj ko odbija da poveruje u to, šteti sebi samome. On gubi svoje vreme u životu i ovu istinu će spoznati tek kada posle smrti bude prolazio kroz vrata kosmičkih zakona. Tada će se morati ponovo vratiti na zemlju.

Svako živo biće se boji umiranja i bori se za život. Zašto? Zato što u podsvesti zna da postoji ponovno rođanje. On zna da je umiranje vrlo bolan događaj. Telo može da se raskomada u jednoj sekundi, ali ne mora odmah biti i mrtvo. U svakoj ćeliji krvi je još život, pošto pet Prana i Uprana ne napuštaju telo tako lako i brzo. Ovaj proces razrešavanja je vrlo bolan. Utoliko je bolniji ukoliko još postoje vezanosti za nešto zemaljsko, ako se, na primer, brinemo o tome šta će se dogoditi sa našim imanjem, našom decom, ženom, mužem, novcem, kućom... Ta vezanost izaziva mnogo bola. Zato Yogi teži ka Mokshi, ka oslobođenju.

Kako se može postići oslobođenje? Na to ima više odgovora. Jedan od njih kaže: „Veruj u Boga i moli mu se i on će ti pomoći.“ Ali, Yogiji kažu: „Kada bi verovanje i molitve bili dovoljni, svi bi ljudi već bili oslobođeni. Da li je Bog tako sebičan da zahteva našu ljubav da bi nas oslobodio? Ako on može da oslobodi, treba to i da učini. Zar on ne voli sva živa bića kao svoju decu?“

Kako čovek može da razume Boga? Bog je sve, i ti si Bog. Svetlost koja je u tebi — je Bog. Bog je, s druge strane, i beskonačna snaga u univerzumu. Ovaj Bog te ne može osloboditi. Za njega je sve isto, kao što voda istovremeno može da da život i da ga uništi: može da te spase od žeđi, ali može i da te utopi. Yogi kaže: „Hteo bih sam da iskusim stvarnost, da je vidim vlastitim očima i

Anahata Chakra

dostignem je svojom voljom, naravno i molitvom, verovanjem i uz pomoć Gurua. U Indiji Guru ima prvenstvo u svakom srcu. U Yoga-učenju sve božanske inkarnacije nazivaju se „Guru“; sveti spisi su Guru-Vakiya, božanske reči. Rishi Sandeep je, na primer, bio Guru Krishne, Buddha je bio Guru Govinde, Jovan Krstitelj Isusa, Isus apostolima, Sri Devpuriji Mahaprabhu-diju itd. Guru je onaj koji našu svest vodi kroz sve ravni i koji nam može dati vežbe za postizanje viših stepena svesti (GU = neznanje, RU = znanje). Guru ne označava jednu osobu, nego postupak, proces koji nas vodi iz tame na svetlo, od neznanja do znanja.

Nije teško samo umiranje; radanje takode nije jednostavno. Ono počinje još u majčinoj utrobi kada prodru i uskovitlaju se pet Prana i pet Tattvi. Naša svest, vidi i oseća i doživljava novo buđenje. Stupiti u fizičku ravan znači umreti u astralnom svetu. Stoga Yogi želi oslobođenje. Moksha znači da ova kap hoće ponovo da se sjedini sa okeanom. Ona ne želi više da tumara okolo i da trpi uvek iznova isparavajući i iznova se vraćajući u kiši.

Alakh Niranjana Avenasi se više ne vraća u majčinu utrobu. On je Jivan Mukta ili Bodhisattva. Ova svest, ova snaga duše, može se u svako doba dobrovoljno ponovo vratiti na zemlju da oslobodi druge. Takvu jednu osobu ne možemo, međutim, lako prepoznati.

To je kao u zatvoru. Neko se u njemu nalazi po kazni, zbog rdavih dela. Drugi dolazi kao oslobodilac kojeg sudija šalje kada je kazna okajana. Jedno vreme obojica se nalaze u zatvoru — i krivac i oslobodilac, ali se sasvim različito osećaju: jedan se oseća kao zatvorenik, a drugi obavlja svoj posao. Mnoga živa bića zbog svojih loših Karma moraju da se vrate na zemlju, ali Jivanmukte, Bodhisattve, Avatari, Siddhe, dolaze ovamo slobodnom voljom i po vlastitoj odluci da bi oslobodili druge njihovih Karma i iz zatvora rođenja i smrti. Stoga je Shiva na planini Kailash razvio Yoga-nauku.

7za buđenje Chakri i Kundalini-Shakti Siddhasana (savršen položaj) najholji je položaj, Padmasana, lotos podesniji je za meditaciju. Sve dok čovek ne uspe da udobno i mirno sedi, neće moći pomoću Yoge da probudi snage i stekne iskustva. Sigurno ćemo pomoću molitve, vere, vodstva Gurua i svojih dobrih dela, jednoga dana biti oslobođeni. Ali, ako hoćemo da idemo samostalno, treba to i da učinimo. Nemojte reći „svi smo grešni i bespomoćni“ ili „posle smrti i tako ćemo biti razrešeni“. Šta ako posle smrti ipak ne odemo na nebo? Tada više neće moći raspravljati o religioznim učenjima. Stoga Yogi treba svesno da napusti svoje telo i da se slobodno kreće po kosmosu.

REZIME SIMBOLA U MANIPURA—CHAKRI

MANIPUR — „Grad dragulja“ (Mani = dragulj, Pura = mesto, grad)

OVAN — aktivnost

BOŽANSTVA — Vishnu i Lakshmi — ljudska svest i blagostanje

TATTVA — vatra

BOJA — narandžasto-žuta i zelena

OBRNUTI TROUGAO — buđenje

BIJA—MANTRA — RAM

BROJ LOTOSOVIIH LISTOVA — deset



अनाहतचक्र

4. ANAHATA—CHAKRA

Anahata-Chakra nalazi se u visini fizičkog srca u sredini grudi; kao i sve druge Chakre, ona nije fizički nego astralni centar.

Njen lotos ima 12 latica, a boje su joj nebo-plava (prema elementu vazduha), žuto-naradžasto-crvena (usled refleksije vatrene Manipure) i zelena.

Kada meditiramo na Chakre i u tim ravnima se dižemo i spuštamo, sopstvenim očima vidim različite boje. Ovde moram ozbiljno da upozorim: meditacije koje su usmerene samo na boje mogu imati za posledicu ozbiljne smetnje u svesti. Meditacija na boje je u svakom slučaju opasna, jer menja stanje misli i svesti. Kada se u meditaciji pojave boje, ne treba ih potisnuti, ali ni zadržati. Pustite ih da dođu i ponovo odu a u svojoj svesti se držite realnosti.

Kada se vozite vozom, kroz prozor posmatrate razne predele, mesta i stanice, ali se ne vezujete za to. U svesti se stalno držite cilja svog putovanja. Tako se nemojte zadržavati ni u Anahati, nemojte se ispuniti emocijama kao lepim snom.

U Anahata-Chakri se doživljava Bhava-Samadhi (Bhava = emocija, vera, divna osećanja). Utonete pritom kao u okean i meditirate bez osećanja vremena.

Za buđenje Anahata-Chakre postoji slika koju nam daje Shiva: divno, kristalno jasno jezero na čijoj je sredini lotosov cvet i po kojem pliva beli Paramhansa (labud). Jezero je simbol neba (Bhur-Loka ili Vayu-Loka), a labud je duša ili Jastvo. Lotosov cvet simboliše divna osećanja koja čovek ima kada je visoko iznad Maje, kao što lotos stoji iznad vode.

Anahata je Chakra u kojoj se može mnogo toga osetiti, doživeti, razumeti i realizovati. Kada je čovek vrlo neprijatan i bez ljubavi, nazivamo ga „bezdušnim“ i kažemo da „on nema srca“. To znači da on nije u ovoj Chakri, jer dok smo u njoj možemo da oprostimo sve.

Veličanstvene su reči koje je Isus izgovorio na krstu: „Oče, oprostimi, jer ne znaju šta čine.“ Davno pre Hrista Krishna je u Bhagavad Giti (12. i 15. poglavlje) učio o istom praštanju. A Mahaprabhu-di je govorio: „Dve stvari padaju čoveku vrlo teško: da malo jede i da prašta.“ Nešto oprostiti, velika je umetnost. Onaj ko je povezan samo sa Svadhishthanom i sa svojom glavom, ne može praštati. Ako se ljudi ne izdignu iznad Svadhishthana-Chakre, u kojoj egzistira tako mnogo negativnih osobina, kao što su ljutnja, mržnja ili ljubomora, svet je izgubljen.

Anahata ili centar srca u svakoj religiji ili spiritualnom učenju ima važno mesto. Ona ima veliki značaj za naš svakodnevni život. Centralni položaj Chakre srca možemo ilustrovati sledećim primerima. Hanuman, bhakta Boga Rame, uvek je govorio da Rama i Sitta žive u njegovom srcu. Ljudi su se često šalili s tim: „Kako je moguće, pa pokaži nam!“. Hanuman je bio čvrsto uveren da ovo dvoje stvarno žive u njegovom

srcu, i jednoga dana, kada je neko opet izrazio sumnju, rekao je: „Ako mi ne verujete, dokazaću vam“ i sopstvenim prstima otvorio je svoje grudi. Tada su svi mogli da ugledaju, kao na platnu, Boga Ramu i Sittu u unutrašnjosti njegovog srca. U Indiji postoji mnogo slika koje ilustruju ovo i pokazuju Hanumana kako cepa sebi grudi u kojima se vide Rama i Sitta.

Drugi primer je Isus, koji je na slikama često prikazan kako rukom pokazuje prema srcu iz kojeg zrači sjajna svetlost.

To su primeri koji pokazuju koliko je važna ova Chakra. U njoj je boravište Jastva — bez obzira kako se ono razume. Neko kaže „Jastvo je Bog“, drugi kaže „Bog je u Jastvu.“ U stvari je isto — i kad se kaže „To je to“ i kad se kaže „To je suština toga“. Za Yogija je njegova duša Bog sām. Zato Boga tražite u sebi, a ne negde drugde. Zatim idite u svet da biste pomogli drugima da nađu i u sebi realizuju ono što ste vi u sebi već pronašli. Kaže se: „Želim ti od sveg srca sve najbolje!“ ili „Želim ti iz dubine duše i od sveg srca sreću i uspeh!“, a nikad još nisam čuo „Želim ti sve najbolje iz cele glave.“ Nikome ne šaljemo želje, čestitke i pozdrave „iz glave“, nego „iz srca“. Iz tih formulacija postaje jasno da se Bog i naša duša nalaze u srcu. Napravite probu: zatvorite oči i podignite desnu ruku sa ispruženim kažiprstom; zamislite da vas neko pita: „Čija je ovo olovka?“ i pokažite rukom jedan deo svog tela da biste izrazili: „Moja je. Meni pripada.“ Sigurno ćete ruku položiti na grudi, tamo gde je vaša srčana Chakra. Ovo možete probati sa proizvoljnim brojem ljudi ili sa grupama ljudi — rezultat će uvek biti isti. Samo će vrlo retko neko pokazati na svoja ramena, noge ili glavu, da bi izrazio: „To pripada meni“, „To sam ja učinio.“

Jastvo je, dakle, prisutno u srcu, bilo kako da se zove: individualno živo biće, Bog, Duša, Atma — ono se nalazi u Anahat-Chakri (Ana = beskonačno, Hat = granica), što označava neograničeno stanje koje postižu Bhakte, aspiranti i Yogiji kada dođu u ovaj centar. Tada čuju jedan kontinuirani zvuk, „zvuk Jastva“ ili „zvuk duše“. Ovaj zvuk može svako da razabere u sebi ako se potruži. On se zove SO HAM. Ako udahnemo i koncentrišemo se na udisanje, čućemo u grlu šum SO. Kod izdisanja možemo razabrati HAM. „SO“ znači „to“, „HAM“, znači „ja“, dakle, to znači: „JA SAM TO“ i „TO SAM JA“.

Anahata je centar u kojem možemo dugo da boravimo. U tome je, pak, i mana ove Chakre: mnogi ljudi se gube u emocijama i lepim osećanjima i više ne teže daljem napretku. Kada se Kundalini-Shakti probudi i popne iz Muldhare, ona zastaje u Chakri srca i više se ne penje.

Anahata je neograničena i beskonačna. Njen elemenat je vazduh, koji znači dodir i osećanje, posebno unutrašnje osećanje kao da se nalazimo u okeanu emocija u kojem ćemo se izgubiti, bukvalno se kupamo u osećanjima i u njima plovimo dalje.

U ovu Chakru možemo dospeti samo ako verujemo u Boga ili ako osetimo pravu ljubav (ne strastvenu i površnu, nego pravu i pozitivnu ljubav, kao što je ona prema roditeljima, braći, prijateljima) ili ako možemo da osetimo patnju drugih.

Osobine Anahata-Chakre su: praštanje, razumevanje, ljubav i predanost. Anahata je naš najbogatiji centar i nosi u sebi osobine duše ili Bhakti. U nama mogu nastati tri ekstremna osećanja:

Duboka emocija, ljubav ili žalost za nekim živim bićem; ako, na primer, izgubimo prijatelja ili prijateljicu, ako nam umru roditelji, ako nas napusti ili razočara neko blizak, osećamo veliku bol i duboku žalost u srcu, gubimo apetit, ili čak osećamo nešto kao čvor u predelu srca; ispitivanja i rentgenski snimci ne pokazuju ništa, jer ova osećanja nemaju fiziološki uzrok; radi se o psihičkom stanju — zračenje ljubavi koja teče iz srca blokira se i prekida, potreban nam je objekat za ljubav i sve dok ga ne nademo osećamo se nesigurno, nezadovoljeno i tužno. Mi u stvari, ne tražimo nekoga da nas voli, nego nekoga koga ćemo mi voleti, jer imamo potrebu da dajemo ljubav i svoja osećanja.

Druga emocija je emocija Bhakte koji traži Boga. Pjesma jednog Yogija objašnjava ova osećanja:

*Svet spava, ali ja sam budan,
O, moj dragi Gospode, čekam te.
U ovoj Brahmamurti, u ovoj tamnoj noći,
samo dva čoveka su budna:
jedan Yogi ili jedan Rogi.
Onaj koji bdi dostići će željeno,
ali oni koji spavaju propustiće.*

Ova pesma odnosi se na tri različita tipa ljudi: Bhogi, Rogi i Yogi.

Bhogi traži samo telesno uživanje: jelo, piće i spavanje. U ovo vreme on nije budan.

Rogi je bolesnik. On ne može da spava zbog bola i s čežnjom čeka kraj noći.

Yogi je onaj koji traži Boga. On bdi, moli, misli i meditira: „O, Bože, kada će prestati ova tama i pojaviti se svetlost Tvoga znanja?“ Svetovna osoba traži objekat da mu da ljubav, bolesnik traži lek za svoju bolest, a duhovni i spiritualni tragač očekuje spoznaju Boga.

Anahata je centar Bhakti, a Bhakta traži kao objekat ličnog Boga u kojeg veruje i kojem može da uputi svoju molitvu, poverenje i predanost. Svemogućí Bog ispunjava Sām želju svoga Bhakte i dolazi na zemlju kao ljudska inkarnacija, jer Bhakte nisu zadovoljni time da kažu da je Bog svuda, oni hoće i vlastitim očima da ga vide.

U Sri Vigyan Giti Mahaprabhudija stoji: „U kosmosu postoje svi elementi, ali da bi nešto učinili, moraju ipak uzeti neki lik.“ Na primer, vatra nevidljivo postoji u svakom predmetu, ali sa ovom uspavanom, neprobuđenom vatrom ne možemo ni kuvati ni na njoj se ogrejati. Tek kada uzme oblik plamena, vidljiva je i „živa“ i možemo je iskoristiti.

Niko ne može tvrditi da može da realizuje Boga samo pomoću slike, statue ili Nirguna-Boga, jer to protivreči principima prirode. Žao mi je onih ljudi koji svoje molitve jednostavno izgovaraju „u vazduh“. Kad bih ja išao ulicom ili kroz šumu i držao svoja predavanja bez slušalaca, to bi bilo potpuno besmisleno i verovatno bi me uskoro strpali na psihijatrijsku kliniku. Bez slušalaca ne bi u meni delovala ni milost mog Učitelja, pomoću koje mogu da držim ova predavanja. Isto tako je jednom Bhakti potrebno vođenje i objekat prema kojem može da teče snaga ljubavi koja struji iz njegovog srca. Inače, Kundalini-Shakti ostaje blokirana u srcu i on se oseća tužnim i traži dalje. Za postizanje unutrašnjeg mira, doduše, pobožnost možemo usmeriti na sliku ili simbol, ali kontinuirani koraci ka Samorealizaciji ipak su mogući samo preko jednog Brahmanista Shrotrija Satguru. Za to postoje tri primera:

- lekar može da leči samo dok i sam živi;
- kralj, takođe, ima moć samo dok je u životu;
- tako je delotvoran i živi Guru, podučavajući prvobitnu mudrost koja se saopštava od Učitelja do učenika.

Postoje, međutim, izuzeci na spiritualnom putu. Zbog naše čvrste odlučnosti i molitve k nama može da dođe realizovana, sveta ili božanska inkarnacija kao astralna pojava i dalje da nam pomaže vidljivim ili nevidljivim vođenjem. Za to nam je takođe potreban živi Guru, koji nam pokazuje u kom pravcu treba da teku naša Bhakti i unutrašnje snage kroz molitvu, Mantru i meditaciju.

Treće stanje Anahate je stanje božanske ljubavi. „Bog je ljubav, ljubav je Bog.“ Kada meditiramo i molimo često nastaju snažne emocije, ponekad se pojave čak i suze, ne od žalosti nego od sreće, jer osećamo Bhakti i božansko prisustvo. Ova Bhakti je kao posuda u koju se sve više sipa sve dok se ne prelije – tako se prelijeva posuda našeg srca i Bog realizuje kao ljubav. U ovom stanju smo duboko sjedinjeni s njim. To se naziva „Fontana radosti“.

Na slici Anahata-Chakre vidimo dva trougla jedan u drugom koji čine zvezdu. Ovaj simbol do sada nismo sreli. Jedan od trouglova okrenut je vrhom nadole, a drugi nagore. To znači da se ovde sreću Prana i Apana, odnosno Shiva i Shakti. Zato su božanstva u ovoj Chakri Shiva i Parvati, njegova supruga. Trouglovi u ovakvom položaju govore da Kundalini-Shakti ovde može da nastavi da se penje ili da padne. Nepotpune, nepročišćene Bhakte uvek iznova sumnjaju i njihova osećanja, popevši se vrlo visoko, ponovo padaju. Trouglovi, takođe, pokazuju borbu između spiritualnih i svetovnih osećanja.

Tri donje Chakre povezane su sa telom (Muladhara), čulima (Svadhithana) i energijom (Manipura). Kada se Bhava ili osećanja oplemene i aspirant popne od svetovnih do spiritualnih osećanja, on u ovoj Chakri prvi put doživljava prosvetljenje. Ali ono ne traje jer Bhakta, kao što je prethodno opisano, još vodi borbu sa trouglovima i uvek iznova menja svoja osećanja i odnos prema Učitelju.

U Anahata-Chakri nalazi se divan Siddhi. Ako smo uz veliki trud i napor prošli kroz sve donje Chakre, analizirali, kontrolisali i ovladali njima tako da u svako doba možemo da ih pustimo da rade ili da se povuku, dospeli smo u Anahata-Chakru i realizujemo Shankalpa-Shakti (vidi poglavlje o Svadhithana-Chakri).

Shankalpa-Shakti može se probuditi samo pomoću Ajapa-Japa, sopstvene Guru-Mantre. Suština molitve je Guru-Mantra, a suština ove još finija Bija-Mantra. Molitva, Guru-Mantra i Bija-Mantra su kao drvo, plod i seme: suština drveta je plod, a suština ploda seme. Lakše je postići Ajapa-Japa uz pomenuti „zvuk duše“ SO HAM (udisati — SO, izdisati — HAM). Pritom moramo doći do takvog ritma da ovog zvuka budemo svesni tokom 24 časa. Za to vreme Mantra So Ham treba da se oglasi u nama oko 21.000 puta, a ako samo jednog jedinog od njih nismo svesni, nećemo dostići Anahata-zvuk. Ako ga, pak, dostignemo, čućemo u sebi neprekidan, divan zvuk, sličan kucanju srca, ali mnogo finiji i lepši. O Anahata ili Ajapa-Mantri postoji mala pesma Mahaprabhudija:

*Ajapa je najbolja Mantra koju možeš izgovoriti.
Pevaj SO HAM i spoznaj Satchidanandu u svojoj Chakri srca.
Pomoću Anahate i Ajape tvoje Antakarane će se očistiti.
Jednoga dana postići ćeš takvo savršenstvo,
da više nećeš morati da vežbaš Ajapu.
Tada si postigao pobedu.*

Šta zapravo znači Ajapa-Japa govori priča o Hanumanu, koji je — kao što je već pomenuto — bio savršen Bhakta Boga Rame. Kada su se Rama i Sitta, koju je Rama uz Hanumanovu pomoć oslobodio sile demona Ravane, vratiti u Ayodhyu, Sitta je postala ljubomorna, jer je Rama, umesto da njoj pokloni svu pažnju, stalno gledao u pravcu Hanumana. Ona upita svoga supruga šta ga to fascinira na Hanumanu, pa se ni na koga drugoga ni ne osvrće. Umesto odgovora, Rama se sagnu nad Hanumanom i iskinu mu iz glave jednu vlas kose i prinese je Sittinom uhu, a ona iz nje razabra kontinuirano: RAM, RAM, RAM. Posle toga Rama joj reče: „Nisam ja taj koji mu se obraća. On me vuče k sebi.“ Tako deluje Ajapa-Japa. Ona prožima dušu, duh i telo. Svaka misao i ćelija ispunjeni su zvukom Mantre. Hanuman je još dodao da je, kada je zevao, da ne bi ni za jedan trenutak prekinuo svoj Ajapa-Japa, prstima pucketao RAM, RAM, RAM. Kod Brahmana i sveštenika i danas možete videti kako, dok zevaju, pucketaju palcem i srednjim prstom. To znači da oni svoju Ajapa-Mantru svesno izvode u svakoj situaciji.

Kako se može znati da li su Ajapa-Mantra i Anahat-Chakra već realizovane? Za to postoji jedan sasvim siguran znak: postizanje Shankalpa-Shakti (vidi i poglavlje o Svadhishthana-Chakri). Preko nje se iznenada ispunjavaju sve želje — dobre, ali i loše. Kada Yogi primeti da su njegove misli i želje počele da se ispunjavaju, treba da bude vrlo pažljiv, jer u tome leži velika opasnost, kao što pokazuje sledeća priča:

Jednom se jedan putnik na svome putu odmarao ispod jednog drveta. Ali, ovo drvo nije bilo obično drvo, nego Kalap-Vraksha ili Kalap-Na — „drvo želja“. Putnik je razmišljao: „Malo bih da se odmorim u ovoj lepoj prohladnoj senci.“ I stvarno je smesta bilo prohladno i prijatno. Tada on oseti žed i pomisli kako bi bilo prijatno popiti neko hladno piće — i smesta je pored njega bio krčag sa svežom bistrom vodom. Kada je najzad poželeo i nešto za jelo i to je ubrzo bilo pred njim. Kada se najeo i napio, poželeo je da spava i pred njim se stvorio krevet u koji je legao. Ali, glupan, nije uopšte razmišljao o tome kako se sve moglo dogoditi. Jednostavno je uzimao darove bez razmišljanja, sa radošću, i legao da spava. Kada se probudio, već se smrkavalo. On se zabrinuo, pomislivši: „Moram dalje. Biće već mrak, može naići neka divlja životinja i pojesti me.“ U tom momentu skoči na njega divlja životinja i pojede ga. Slika koja se stvorila u njegovim mislima — realizovala se.

Često sam već govorio da svaka misao u ovom kosmosu ima značenje i jednom će se vratiti. Ako čovek izneveri svoju ženu i potom stalno misli da li mu je ona neverna, sigurno će jednoga dana biti tako kao što misli. Njegove misli i predstave će se ostvariti.

Kada Yogi primeti da su sve njegove želje počele da se ispunjavaju, kada su iznenada svi ljudi postali ljubazni, kada se svi problemi sami od sebe rešavaju a svi počinju da ga cene i poštuju, tada on treba da bude posebno pažljiv i da uvek misli i želi samo pozitivne stvari.

Slika životinje u Anahati je crna antilopa. Ona je simbol budnosti, pošto je budna i danju i noću i ima tako fini sluh da unapred nanjuši i oseti opasnost. Tako pažljiv i budan treba da bude svaki Yogi na svom putu, inače postoji opasnost da ga njegove sopstvene želje, Kalap-Vraksha ili drvo želja u srcu, ometu i odvrata od pravog puta.

Pored ovoga, postoji još jedan znak koji ukazuje na buđenje Anahata-Chakre, a to je pesnički talenat. Pesma dolazi duboko iz srca, iako autor još nije dostigao i postigao ono o čemu peva. Ali, on to već vidi, doživljava i oseća. Ovaj dar se postiže meditacijom i buđenjem Anahate.

Anahat-Chakra se naziva i Chinta-Mani (Chinta = mišljenje, Mani = dragulj) i znači da se sve misli mogu izraziti lepim rečima. Mahaprabhudi je govorio: „Treba da govoriš tako da sa tvojih usana teku cveće i biseri!“. On, naravno, nije mislio na prave bisere, nego na lepotu i jasnoću reči. Ljudi koji poseduju ovaj talenat vrlo su bogati, ali, uprkos tome, oni ne treba da ostanu u Anahati, nego da idu dalje, jer je put još vrlo dug.

REZIME SIMBOLA U ANAHATA—CHAKRI:
ANAHAT — beskonačan, neograničen zvuk
ANTILOPA — budnost, brzina
BOŽANSTVA — Shiva i Shakti (Parvati)
TATTVA — vazduh
BOJA — plava
DVA TROUGLA — sretanje Prane i Apane
BIJA—MANTRA — JAM
BROJ LOTOSOVIIH LATICA — dvanaest
OSOBINE — Bhakti, ljubav, praštanje, saosećanje

Vishuddhi Chakra



विशुद्धास्यचक्र

5. VISHUDDHI—CHAKRA i BINDU—CHAKRA

Peta od glavnih Chakri je Vishuddhi-Chakra (Vish = otrov, Shuddi = čist). Ova Chakra je probuđena u nama, ali mi još ne možemo da je držimo pod kontrolom i sve dok to ne postignemo, ona neće delovati na nas tako snažno i svesno kao što bi mogla.

Iako Vishuddhi predstavlja direktnu suprotnost Muładhari, usko je s njome povezana. Ime pokazuje da ova Chakra nešto čisti. Njena najvažnija funkcija vezana je za Bindu-Chakru, koja se nalazi između Ajne-i Sahasrare-. (Vidi i poglavlje o Manipuri). Bindu znači tačka ili kap. Ova Chakra naziva se i Chandra-Chakra (mesečev centar). Iz nje ističe božanski nektar ili ambrozija, ali ona u nama još nije aktivna. Kada bismo je mogli videti, ličila bi nam na mlad mesec. Ako se unutrašnjim očima posmatra svoj sopstveni unutrašnji Brahmand (kosmos) i pritom zaviri u glavu (ne mikroskopom ili sondom, nego iznutra), onda on izgleda kao krov hrama. U njemu se vide zvezde, planete i mesec sličan mladom mesecu, jer se na tom mestu nalazi mali otvor, kroz koji iz Sahasrare zrači svetlost Jastva.

Bindu i Vishuddhi su snažno međusobno povezane i jedna se ne može objasniti bez druge, pa ćemo ih stoga istovremeno obraditi. Kod svih vežbi i u praksi treba uvek da težimo Ajapi, tako da se ona odvija i deluje sama od sebe, spontano. U toku dana mislimo i činimo nebrojeno mnogo stvari — pri tome nismo sposobni da se dugo koncentrišemo na jednu tačku, ali, s druge strane, neprekidna koncentracija je neophodna ako hoćemo da imamo uspeha. Kako da rešimo ovu protivurečnost? Uzmimo za primer vožnju automobilom. Ako vozimo auto-putem od Beograda do Zagreba, ova vožnja će potrajati pet ili šest sati i pritom je potrebna neprestana koncentracija. I najmanja nepažnja može dovesti do teške nesreće. Međutim, dok vozač upravlja automobilom, svestan je još mnogih drugih stvari: on opaža saobraćajne znake, saobraćaj u suprotnom pravcu, gleda u retrovizor, pazi na okolinu, udaljenost, putokaze, zna koliko ima benzina u rezervoaru, svestan je kočnica, kvačila i gasne pedale— i, možda je još i u mogućnosti da razgovara sa saputnicima. Ukratko rečeno — iako je potpuno koncentrisan na vožnju, njegova svest prati još mnoštvo stvari. I to je stanje Ajape. I Yogi ceo dan obavlja razne poslove, ali mu je pažnja stalno upravljena ka jednom. Najbolji način da se aktivira Bindu je da se na mestu gde se na gornjem delu glave stvara kovrdža pusti pramen da raste. Ovaj tanak čuperak se zatim uvrne i zaveže u čvor sasvim uz kožu glave, što na tom mestu izaziva nadražaj kojim automatski nastaje koncentracija na tu tačku. U Indiji se ovaj čvor naziva Brahma-Ghant i mnogi Hindusi ga nose.

Kao što je rečeno, iz Bindu teče nektar ili ambrozija, tj. buđenjem ove Chakre razvija se više hormona kojima se upavlja iz mozga. Oni mogu da budu korisni ili otrovni za nas. U svakom čoveku ovaj nektar teče neprekidno, ali ga obično odmah sagoreva vatra Manipure. Vatri je

svejedno da li se u nju ubaci puter, benzin, novinski papir ili novčanica, ona sagori sve to je njen princip. Tako spaljuje i nektar, pre nego što on uspe da razvije bilo kakvo dejstvo. Vishuddhi-Chakra služi da se ovo proticanje nektara zaustavi u grlu. Istovremeno, ona brine o čišćenju i dekontaminaciji, ukoliko se proizvede neki hormon koji bi mogao naškoditi telu. Za kontroliu Vishuddhi postoji delotvorna vežba — Khechari-Mudra (Khechari = vući, Mudra = držanje). Ona se sastoji u tome da se jezik savije što više unazad dok ne dotakne ždrelo, koje predstavlja kapiju povezanu sa nosnom i čeonom šupljinom, pošto se ovi hormoni spuštaju preko sluznice. Kada ambrozija dospe na vrh jezika, meša se sa pljuvačkom i odlazi u grlo.

U 4. i 5. delu „Yoge u svakodnevnom životu“ opisano je pet Prana i pet Uprana. Jedna od ovih Prana, Udhan, boravi u grlu. Njena funkcija je da čisti hranu i deli na čvrste i tečne sastavne delove, a, takođe, pomaže gutanju. Nektar, oslobođen u pljuvački, čisti se pomoću ove Prane, najpre od eventualnih otrovnih materija, zatim ide dalje i širi se po celom telu.

Za to su potrebne duge i intenzivne vežbe. Yogi koji ovlada Khechari-Mudrom, može da izdrži dugo bez jela i pića. On bukvalno živi od vazduha, od njega uzima snagu, koja u njegovom vlastitom telu stvara nektar koji on zatim kontrolisano iskorišćava. Ima ljudi koji dokazano desetinama godina žive bez jela. U Tirolu navodno živi takva žena, a na našem poslednjem putovanju u Indiju posetili smo ženu koja 55 godina nije ništa jela ni pila. Njeno ime je Sati Mata. U njoj je ova sposobnost probudena na prirodan način, bez vežbe. I to je moguće. Tako se može, na primer, usled šoka, probuditi neki dotada uspavani moždani centar što uslovljava buđenje određene sposobnosti.

Sve ove sposobnosti i skrivene snage leže u čoveku. Čovek je sposoban da postane kao sâm Bog ili kao davo veći od svih đavola. To zavisi od toga koje je osobine prihvatio u detinjstvu, koju hranu uzima i u kakvom društvu se kreće.

Khechari-Mudra pomaže, dakle, prvenstveno da se nektar uhvati, čime se postiže kontrola nad Vishuddhi-Chakrom i nektar se duže zadržava. Za aktiviranje Vishuddhi i omogućavanje slobodnog protoka Prane i Apane, postoji još jedna Mudra, Viparit Karni Mudra (položaj na ramenima), povezana sa određenom Kriya-vežbom. Ona izaziva pritisak na Vishuddhi-Chakru, ali Prana, Apana i nektar mogu, uprkos tome, slobodno da protiču. Treća tehnika je Jalandhar Bandha (blokada bradom). Ove tri tehnike, sem toga, usporavaju i proces starenja. To nije bajka. Proizvodnjom i raspodelom ovih hormona postiže se ozdravljenje i uočljivo podmlađivanje tela. Vishuddhi-Chakra nalazi se kod štitne žlezde, čiji je velik značaj u medicini opšte poznat. Evo jedne priče o tome.

Jednoga dana poželeti su Deve (božanska bića) i Rakshe (demon-ska bića) da sa dna okeana izvuku nektar besmrtnosti. U tu svrhu su oko ogromne stene u okeanu obavili dugačku zmiju i potezali je za krajeve. To je zarotiralo stenu i strujanje koje se pritom razvilo izvuklo je nektar na površinu. Ali tada je zmija ispljunula svoj otrov koji je zagadio nektar i pretio da uništi ceo svet. Sada ni Deve ni Rakshe nisu znali šta da rade sa otrovom. Na kraju su odlučili da odu kod Boga Shive na Himalaje.

Shiva znači Svest, Dobrotu, Nadu i Čistotu. K njemu može otići svako, on sve probleme preuzima na sebe. Kada su mu Deve i Rakshe izneli svoj problem, Shiva je sasuo sav otrov u svoju zdelu i popio ga. Materijalno telo Shivino je bilo kao i svako drugo telo stvoreno od prirode i bez posebne tehnike on bi umro od otrova. Ali Shiva je i Yogendra, što znači Kralj Yogija, i on je pročistio i neutralisao otrov primenom Ujjaji Pranayame i Jalandhar Bandhe. Pomoću Jalandhar Bandhe zadržao je otrov u grlu da se ne raširi po telu a potom ga pročistio Pranayamom. I danas postoje Deve i Rakshe koji pokušavaju da dođu do nektara, ali pritom se često u istoj zdeli nađe i dosta otrova.

Danas atomskom energijom možemo da uništimo ceo svet. Ovih problema bilo je i ranije, ali se uvek nalazilo zajedničko i opšteprihvaćeno rešenje. Danas nam nedostaju zajedništvo i razumevanje. Jedno je od najveće važnosti za svakog, bilo da ima ljudske ili životinjske, đavolske ili božanske osobine, bilo da je dete ili već starac, bilo da je Yogi ili ne — svakome je potreban neko u slučaju nevolje. Potrebno nam je rame na koje možemo da se naslonimo i da se isplačemo. Unutrašnju samoću je vrlo teško podnositi. Na žalost, vrlo često se razočaramo, a od ove bolesti upravo danas pati čitavo čovečanstvo. Ipak nam je potrebna bar nada, tamo gde ima nade i vere, tamo je život i vodstvo. Treba da imamo nekog kome možemo otići i ko će nas uvek prihvatiti bez obzira šta smo uradili.

Kako treba da se ponašamo kada neko zgredi i dođe nam da se isplače? Najveća mudrost je ne reći ništa. Ako počnemo da grdimo i prebacujemo, načinićemo veću grešku od one zbog koje grdimo. Pravu ljubav i pravo osećanje pokazuje onaj koji kaže: „To se može svakome dogoditi.“ „Ne brini, srediće se to.“ Takve reči onome ko je počinio grešku daju hrabrost i pouzdanje i sledeći put on će moći da učini nešto bolje. Prebacivanja i „mudrovanja“ posle svega ne pomažu baš nimalo. Prava pomoć je imati strpljenja i dati takve savete koji mogu da pokažu izlaz i spasu šta se još spasti može. Takve prilike su proba dubine i čestitosti jednog odnosa. Kako može, na primer, bračni drug godinama da govori o ljubavi i naklonosti, a onda kod nekih problema i teškoća da reaguje teškim prebacivanjem i grdnjom? Tako nešto je ispit pravog odnosa, a pritom se upoznaje pravo lice jednog čoveka. Treba, dakle, uvek da znamo kome možemo otići i kome možemo verovati. Treba da budemo sigurni da je unutrašnje lice čoveka kojem verujemo isto kao

njegova spoljašnjost. Takvi prijatelji prava su retkost. Naša poslednja nada je neko kome možemo verovati, bilo da je to partner, otac, mati, Učitelj ili lični Bog kojeg poštujemo. O tome postoji jedna priča o Shivi:

Shiva je, kao Bog, posedovao sve božanske snage i pozitivne osobine i bio je veoma dobar, ponekad čak odviše dobra srca. Jednom dode njemu jedan Raksha, demon ili đavo, koji je mnogo meditirao i sprovodio stroge vežbe. Shiva mu reče: „Zadovoljan sam tvojim radom i zato hoću da ti ispunim jednu želju.“ Raksha odgovori: „Želim od tebe jedan Siddhi, da se svako kome stavim ruku na glavu smesta pretvori u plamen i izgori.“ Shiva u svojoj naivnosti i dobroti ispuni Rakshasu želju i dodeli đavolu ovu razornu snagu. U demonu se tada pojavila jedna zaista đavolska misao: „Ko zna da li si mi dao pravu snagu. Isprobaću je na tebi.“ I on pride Shivi da mu položi ruku na glavu.

Tako nešto često se događa. Čovek nešto nauči, a zatim pokuša da uništi svoga Učitelja i dobročinitelja. To je odraz đavolskih snaga. Svakome se može dogoditi da iz dobrote nešto dâ i da se ti isti darovi ili snage zatim upotrebe protiv njega.

Shivi nije, dakle, preostalo ništa drugo nego da pobegne. Ali Raksha ga je sledio. Shiva pobeže kod Vishnuu i preklinjaše ga za pomoć. Ispriča mu ceo događaj i na kraju reče: „Na žalost, učinio sam nešto, a da nisam razmislio o posledicama, jednom Rakshi sam dao snagu kojom može da uništi svakoga i sada on ide zamnom da bi uništio mene.“ Vishnu odgovori: „Ne brini. Preuzeću ovaj slučaj.“ I pretvori se u divnu devojkicu, pa se uputi tamo gde je besneo Raksha. Vishnu u liku devojkice počeo zavodnički da igra, i poput Maye (iluzije) da zavodi svojom sjajnom lepotom. Raksha zastade i upita je da li je videla kuda je otrčao Shiva. Ona odgovori: „Ne, nisam na to obratila pažnju. Shiva me ne interesuje. Ali, ti me interesuješ. Dodi, igraj sa mnom, to je mnogo lepše nego hvatati Shivu.“ Đavo reče: „Rado bih, ali ne znam da igram.“ Na to devojkica odgovori: „Nije važno, ja ću te naučiti. Radi jednostavno sve što ja radim.“ Raksha se složi i Vishnu reče na to: „Udalji se od mene oko pet metara. Gledaj dobro i imitiraj svaki moj pokret.“ Vishnu počeo graciozno da se kreće i položi jednu ruku na svoj struk a drugu na svoju glavu. Raksha je bio potpuno fasciniran njome i verno oponašao svaki pokret. A kada je stavio ruku na vlastitu glavu, pretvorio se u vatru i izgoreo. Posle toga Vishnu odbaci lik devojkice, vrati se Shivi i saopšti mu: „Sređeno.“

Ova priča ima tri značenja:

1. treba da pokušamo da ne padnemo u Mayu: mada od nje ne možemo pobeći, samo se u njoj možemo razvijati — ali moramo biti pažljivi; Maya je velika i mnogostrana i ima svoje boravište u srcu;

2. ne treba imitirati nego pošteno i predano pokušati realizovati istinu u sebi:

3. uprkos velikom trudu i pažnji u odnosu na obe prethodne tačke, može se dogoditi da zapadnemo u teškoće koje sami ne možemo više da rešimo; stoga bi trebalo da svako, posebno Yogi ili Bhakta, ima lično božanstvo kod kojeg može otići kad ima problema, kao dete roditeljima, učenik svome Guruu ili Shiva Vishnuu u našoj priči.

Vishuddhi-Chakra je boravište Pascienti-zvuka (tri stepena zvuka su: Para u pupku, Pascienti u grlu i Bekhari na usnama).

Svako ko želi da dobro peva treba da vežba kontrolu ovu Chakru. Od Vishuddhi zavisi kako će se reč manifestovati. Odatle polaze mudrost i lepota reči, to je boravište talenata za pesmu i pesništvo koje se reflektuje iz Anahate (i Bindu-Chakra je centar muzike i pomoću muzike se može aktivirati).

Bija-Mantra Vishuddhi je HAM (To sam ja). Ko dostigne ovu Chakru, počinje da biva svestan ko je. U Anahati se lebdi u lepim osećanjima, a u Vishuddhi sve postaje jasno i čiste se misli, osećanja i reči. Zato je Vishuddhi tako važan centar. Svi mi mnogo „progutamo“ i jednom nas. možda i neznan, događaj dovede dotle da se „prepunimo“ — tada eksplodiramo jer smo mnogo progutali bez objašnjenja i reči. Iznutra se toga ne možemo osloboditi i jednom će to morati ponovo da izađe. Postoji, ipak, jedna mogućnost da se to izvede bez „ekspozije“ — ako uspemo da kontrolišemo svoje strpljenje. Strpljenje zavisi od centra u grlu i ako ovaj centar držimo pod kontrolom, sprečićemo reči da izleću kao noževi i strele. Reci uvek istinu, ali sa ljubavlju, a ne kao nožem. Mahaprabhu-di je rekao: „Ako se neko povredi nožem, moći će da izleči rane, ali rane zadobijene rečima ne zaceljuju. One ostaju u podsvesti.“ Da biste mogli pravilno izabrati reči, nemojte kontrolisati jezik, nego grlo. Kada su reči već na jeziku, kasno je (ako ste jako ljuti, postoji jedno vrlo jednostavno i delotvorno sredstvo: popijte čašu hladne vode. To deluje umirujuće).

Poreklo reči nalazi se u truhu. Tamo se nalazi sve što smo progutali. Dozvolite mirno da se popne do grla, a zatim očistite sve tehnikama koje sam prethodno opisao: Khechhari-Mudra, Jaiandhar-Bandha, Viparit-Karni-Mudra i koncentracijom na Bindu-Chakru.

Vishuddhi-Chakra nam, dakle, pomaže kod rešavanja naših problema. Mnoge psihičke probleme, koji nas opterećuju i čije savladavanje nam teško pada, možemo rešiti uključujući se u Vishuddhi. Nemojte ništa gutati, jer ćete dobiti bolove u stomaku, ali nemojte ništa ni ispljunuti, nego rešite problem opisanim tehnikama. Ljudi koji nemaju pod kontrolom svoju Vishuddhi, uvek pokušavaju drugima da pripišu svoje greške. O tome postoji mala priča:

U jednoj kancelariji radili su šef i njegov sekretar. Tada su se još koristile flaše sa mastilom. Jednom sekretar u žurbi prevrne flašu sa mastilom. Šef na to počeo strahovito da grdi: „Zar nemaš oči u glavi? Od pamtiveka ta flaša stoji na ovom mestu. Gde gledaš?“ — i sve tako,

Ajna Chakra

grmeo je on na sekretara najmanje deset minuta. Sekretar se izvinjavao, ali je time samo podstakao nov nalet besa svoga šefa: „Šta mi koristi tvoje izvinjenje? Iscurilo je skupo mastilo, a pod je upropašćen!“ Sekretar tada učini ono što je u takvim situacijama najbolje — začuta. Sledećeg dana dogodi se da je šef prosuo mastilo, ali on opet izgrdi sekretara: „To je jednostavno nepodnošljivo! Zašto stavljaš flašu sa mastilom baš ovde? Uvek je na putu i nije nikakvo čudo što se na nju naleće...“ Opet prođe četvrt sata u grdnji. Ljudi su takvi, ne vide sopstvene greške. Uvek vide greške u nekom drugom, a to je velika zabluda. Zavirite duboko u sebe i kontrolišite svoju Vishuddhi-Chakru: spoznaćete da veliki deo greške leži u vama. Stoga uvek mislite o tome kome kakve reči govorite. Možete teško da povredite i sebe i druge. Bolje kažete manje nego suviše i odmerite reči u srcu i u Vishuddhi pre nego što iz izgovorite. Mahaprabhu-di kaže: „Treba da govoriš tako da je svaka tvoja reč kao cvet.“

O tome treba da vodite računa, bez obzira da li se obraćate prijatelju ili neprijatelju. Kad govirite prijatelju i ne pada vam teško da nađete lepe i prijateljske reči. Ali, oprostiti neprijatelju i prihvatiti ga prijateljski — to je umetnost. Veoma je važno da razumete ovo o Vishuddhi-Chakri. Tu se kontroliše, čisti i aktivira ono što dolazi iz nižim Chakri. To je prolaz u kojem imamo mogućnost da se popnemo još više, ali je i zamka, zbog koje možemo ponovo pasti.

REZIME SIMBOLA U VISHUDDHI—CHAKRI:

VISHUDDHI — dekontaminacija, čišćenje (Vish = otrov,
Shuddhi = čist)

BELI SLON — čista mudrost

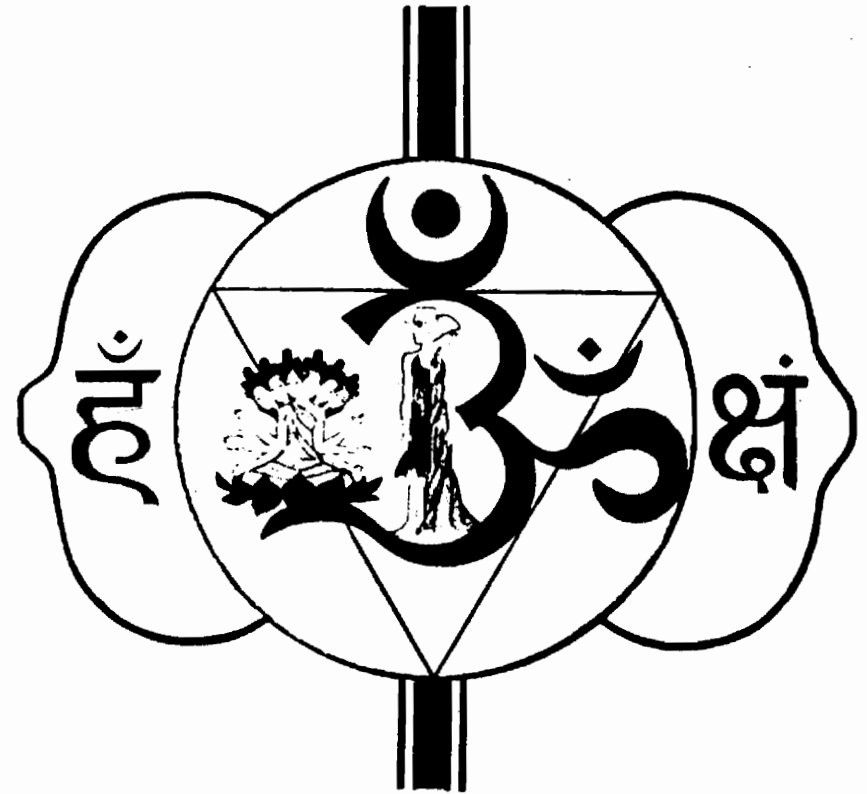
BOŽANSTVO — Brahma

TATTVA — etar

BOJA — plavo-ljubičasta

BIJA—MANTRA — HAM

BROJ LOTOSOVIH LATICA — šesnaest



आज्ञाचक्र

6. AJNA—CHAKRA

Ajna-Chakra je šesti centar u ljudskom telu koji obrađujemo. Iz nje takođe zrače različite snage u svim pravcima, ali one su u čoveku uglavnom skrivene i uspavane.

Ovu Chakru nazivamo i „centar između obrva“, iako se nalazi u zadnjem delu glave, na kraju kičmenog stuba. Ajna-Chakra nije važna samo za Yogije, nego treba da je koriste svi ljudi uvek kada treba da donesu neku odluku.

Ajna je direktno povezana sa Muladharam, što se vidi i po sličnosti simbola. U Muladhari postoji trougao čiji vrh je usmeren nadole (vrh usmeren nagore znači, naprotiv, svest, rast, samokontrolu). U Ajna-Chakri nalazimo isto — trougao usmeren nadole i simbol Shiva-Lingam. Ovaj znak je često pogrešno tumačen i smatran za simbol muškosti. Ali u spiritualnom svetu nije tako. U astralnim ravnima ne postoje muški i ženski atributi. Oni egzistiraju samo u fizičkom području. U finijim ravnima postoje intelekt i emocija, ali ne telesne razlike kao na zemlji. Prema svom astralnom značenju, Shiva-Lingam u našoj mitologiji simboliše svest. U Muladhari Shiva-Lingam je crne boje; u Ajna-Chakri njena boja je dim-siva, a u Sahasrari naćićemo čisto belo Shiva-Lingam. Ove boje pokazuju razvoj svesti od tame do potpune jasnoće.

Sa Ajna-Chakrom su posebno usko povezane tri osobine — Sunya, Chitta, Ananda.

SUNYAKASH (Sunya = prazan, Akasha = prostor) već sam spominjao u jednom od ranijih predavanja. Postoji više Akasha: GATHAKASH (prostož u unutrašnjosti jednog suda), MATHAKASH (unutrašnjost sobe ili kuće), MAHAKASH (prostor univerzuma) i CHIDDAKASH (prostor naše svesti). Ova Chakra je potpuna, a izraz ove potpunosti je praznina. Chitta znači čista svest, Ananda znači blaženstvo. Kada se ovaj centar probudi, čovek dostiže tri iskustva:

— potpunu prazninu, odsustvo svih argumenata, problema i taškoća; nema više dualizma, samo jedinstvo i razabire se divan zvuk,

— potpunu svest; ova Chakra je sedište svesti, Buddhi-a i Viveke; ono što živi (Chetan) svesno je (Chitta), ono što ne živi nesvesno je (Jardh),

— potpuno blaženstvo; Ananda je u Sanskritu i u Yogi veoma korišćena reć; imena mnogih Swamija završavaju se na -ananda. Kažemo: „Anandoham, Anandam, Brahmanandam“ (ja sam blažen, ja sam blažen, ja sam najveće blaženstvo).

Ostalih pet Chakri, od Muladhare do Vishuddi, usko su povezane sa Karmom. Sve što smo učinili egzistira u našoj sopstvenoj ravni kao Karma u svakom od ovih centara. Ajna-Chakra je granica u kojoj se Karma

završava. Sve niže Chakre povezane su sa neznanjem i bolom. Ako se, pak, svest popne, čovek vidi divnu svetlost i oseća blaženstvo i stiće jasnoću Spoznaje.

U Sanskritu Ajna znači „naredba“. Ona je centar iz kojeg čovek daje naredbe sebi i drugima. Zato se naziva još i „Guru“, „Boravište Gurua“ ili „Guru-Chakra“ (Gu = tama, neznanje, patnja; RU = znanje, svetlost, ugodnost). U Sanskritu se svaki učitelj naziva Guruom. Guru je nešto opšte i predstavlja nekog od koga se može nešto naučiti — to su prvo roditelji, školski učitelj, sveštenik, pa, za onog ko ima sreće da ga nađe, Satguru, spiritualni učitelj, peti Guru koji dovodi svest iz neznanja u znanje i pomoću čijeg vodstva i blagoslova spoznajemo zatim unutrašnjeg Gurua, koji boravi u Ajna-Chakri.

Sve više inkarnacije koje poznajemo bili su Gurui. Oni su bili učitelji drugih: Isus je učio svoje učenike, dvanaest apostola i u Jevandelju Isusa uvek oslovljavaju sa „Učitelj“. Čak i potpunu inkarnaciju Krishne nazivaju Ajruna-Guru, a i sam Krishna je imao Učitelja, Rishi Sandeepa.

Naš cilj je da postepeno nademo unutrašnjeg Gurua, odnosno sopstveno Jastvo, Atmu, koja je besmrtna, Satchidanandu, neopisivo, nepromenljivo, jasno i čisto znanje. U svakom srcu gori večita, božanska i živa svetlost, Jivan-Jyoti, a spoznati ovu svetlost naziva se samospoznaja, samorealizacija, božanska realizacija ili prosvetljenje. Naša duša, naše Jastvo — suština je samog Boga, a suština nečega je isto što i ono samo. Zato tražimo jedinstvo sa Bogom. On je u nama. U svim spisima stoji: nemoj tražiti Boga izvan sebe, nego u sebi, samo tamo ga možeš naći, ali to unutrašnje traganje nije jednostavno, potrebna nam je pravilna tehnika i vodstvo Satgurua; u sebi možemo naći sve: zlo i ružno, isto kao i dobro i lepo. Naša vlastita svest, naš vlastiti intelekt, deluju kao filter i mi stvari vidimo onako kako o njima mislimo. Kada mislimo da je nešto loše, tada je to za nas loše, a ako nešto smatramo lepim, tako ga i doživljavamo. Momentalno možemo samo reći da bi nešto moglo biti dobro ili loše, jer nemamo pojma o tome kakva je stvarnost. Još smo vrlo udaljeni od nje. Ako sami ne znamo, a ne verujemo onome ko nam o tome govori, kako možemo ići dalje? Samo tako što ćemo sami iskusiti. Kako je to moguće? Vežbom, molitvom, meditacijom i Mantrom.

Mantra-Shakti je najsnažnija Shakti koju čovek može imati; pomoću nje budi se Shankalpa-Shakti (vidi i poglavlje o Svadhishthani i Anahati). Mantra se naziva i „živom svetlošću“. Tulsidas, veliki indijski mudrac i pesnik, koji je opisao život Rame, rekao je: „Ova reč, Mantra, je kao sjajan biser. Stavi ga u svoja vrata i pusti ga da svetli i napolje i unutra.“ To znači da Mantra treba neprestanim ponavljanjem da živi u nama, da treba da zračimo iz sebe harmoniju i mir, a da smo u unutrašnjosti oslobođeni Karme.

Ajna-Chakra je sedište našeg unutrašnjeg Gurua koji je naš pravi učitelj. Naći ćemo ga ako vežbamo. Živi Guru ili Učitelj je kao sveća koja gori; i učenik nosi sveću, ali ona još nije upaljena; zato on odlazi sa svećom kod Učitelja i pali je na njegovom plamenu i tada i on ima upaljenu sveću, odnosno poseduje sposobnost da svetlost prenosi drugima. Ako vaša sveća još ne gori, to znači da su vaše vlastite sposobnosti još nerealizovane i neprobudene, pa tako još ne možete ni pomoći drugima.

Oni čija Ajna još nije aktivirana, nikada ne shvataju zašto im se nešto događa. Aspirant može da kontroliše osobine i osećanja koja nastaju u donjim centrima, ali kada nastanu nova osećanja, novi snovi i nove misli, kakve još nije imao u životu, on ne može da nađe objašnjenje za to. Nismo uvek u mogućnosti da nekoga pitamo, a i kad pitamo ne možemo uvek da verujemo u odgovor. Zašto nas hvata strah? Zato što Ajna nije aktivna i nema kontrolu nad onim što se dešava, a mi se identifikujemo sa svojim osećanjima. Mi, ipak, nismo ni telo, ni osećanja, ni misao. To je sve, doduše, „naše“, pripada nama, ali naše Jastvo je sasvim nešto drugo i zato najpre treba da probudimo Ajnu.

Ova Chakra je u životinjama vrlo aktivna. One međutim nisu sposobne da pričaju i da saznanje prenose dalje. Kod ljudi je ova Chakra aktivnija kod žena, nego kod muškaraca. Žene često osećaju nešto unapred i većinom imaju ispravnu intuiciju. To nema nikakve veze sa intelektom, nego sa znanjem po osećaju. U tome su žene jače, ali, na žalost, muškarci im često ne veruju i nazivaju ih histeričnima ili psihički labilnima. Intuicija je informacija. To je kao kod telefona: za Ajna-Chakru „telefonska centrala“ je Muladhara. Naša Muladhara i Ajna su, na žalost, sasvim „zamašnjene“.

Ajna je, dakle, snažno povezana se osećanjima i odlukama. Prva misao, prva intuicija, dolaze iz nje. Ajna je veoma važna za svakog čoveka u svakoj situaciji. Kaže se: „Dobro razmisli šta radiš i kako ćeš odlučiti“ a ne kaže se: „Tragaj ili oseti“. Dobro razmisliti znači misliti, razmišljati, a ova funkcija nalazi se u Ajna-Chakri. Onaj ko zapadne u emocije, stagnira, a to se, na žalost često događa ženama. Tada one doživotno pate zbog pogrešne odluke, čije delovanje su prevideli. Treba, dakle, uvek da koristimo i svoj intelekt.

Ako Ajna nije aktivna događa se i da čovek samog sebe ne razume i gubi harmoniju u porodici i sa saradnicima.

Mnogi, koji počinju sa Yogom u početku su oduševljeni i vredno vežbaju, ali posle godinu ili dve oni sve napuštaju. Zašto? Jer njihova odluka nije bila čvrsta. Mahaprabhu-đi je govorio: „Radi svoj zadatak sa čvrstom odlučnošću i uspeh ti je siguran.“ Ništa ne uspeva bez čvrste odlučnosti od samog početka. Uzrok i posledica, početak i kraj neke stvari vrlo usko su povezani, ali mi to ne možemo da sagledamo.

Aspiranti se često žale da nisu stekli nikakva iskustva i da kod sebe ne zapažaju nikakav razvoj. Oni uskoro menjaju svoj put, opet stoga što nemaju čvrstu odlučnost na početku. Ajna-Chakra nije bila dovoljno jasna i aktivna, a oni su radili samo po osećanju.

U Indiji postoje tri svete reke. One su, naravno, svete samo za one koji veruju (ako verujemo, onda je sve tu, ako ne verujemo, onda neće biti ničeg — ako ne verujemo u to da možemo da ustanemo, to zaista nećemo ni moći). Vera je važna, ali ona ne može izmeniti činjenice. Samo verom, otrov se ne može pretvoriti u nektar. Da li se ove reke smatraju svetim ili ne, svejedno je — one to jednostavno jesu. To su Ganga, Yamuna i Sarasvati. Prve dve teku iznad zemlje a treća je podzemna i vidi se samo jednom u 12 godina za vreme određene konstelacije sunca i planeta u Illahabadu (v. uvod). Indusi i Yogiji veruju da u to vreme njom teče nektar i da će onaj ko se tada u njoj okupa biti očišćen od svih grehova. Milioni vernika, Yogija, Sadhua i Swamija okupljaju se prilikom ovog retkog događaja da bi se u njoj okupili. Za Yogija ove tri svete reke egzistiraju i u njegovom sopstvenom telu. To su Ida, Pingala i Shushumna — levi simpatikus, desni simpatikus i centralni nervni sistem. Ida kontroliše naš duh i misli, harmoniju — to je mesečev sistem u našem telu. Pingala je sunčev sistem i kontroliše naše pokrete, aktivnost i svest.

Kada u meditaciji dođemo do najviše svesti i istovremeno vidimo prošlost, sadašnjost i budućnost — povezani smo sa centralnim nervnim sistemom. To nije fizičko iskustvo, nego su refleksije iz ovog plexusa tako snažne da se usled stanja svesti budi ova Chakra. Kupati se u svetoj reci za Yogija znači meditirati u određeno vreme, probuditi vežbama disanja i čišćenjem nerava tri Nadia i koncentraciju fiksirati u centar između obrva. Tada se oslobađamo grehova i Karmi. To znači „kupanje u unutrašnjem Jastvu i „probuditi božansku svest“. Tada smo stvarno slobodni. To ne možemo postići verom u određenu religiju koja nam obećava slobodu i razrešenje. Samo molitve i verovanje nisu za to dovoljni. Mi to moramo sami da učinimo i iskusimo i tek tada smo slobodni.

Moramo meditirati na ovom mestu i izbaciti i očistiti sve Karme, svu prašinu koja se nakupila u našoj podsvesti tokom mnogih života; tada ćemo biti oslobođeni Karmi. Ovo mesto naziva se Trikuti = „obala triju reka“, a vežba se naziva Sandhasan (= sve tri sakupiti i ujediniti). Ako je Ajna-Chakra probuđena, možemo kontrolisati sopstvene emocije i osećanja i tako ćemo postići potpunu samokontrolu i samopouzdanje i tek tada ćemo biti sposobni da pomognemo drugima.

Indijke, Brahmini i Sadhui često nose crvenu tačku na čelu. Ona nije tu iz estetskih razloga, iako se danas često tako koristi, nego je njeno prvobitno značenje — simbol „trećeg oka“.

Sam Bog ima tri principa: stvaralac, zaštitnik i razarač, ili Brahma, Vishnu i Shiva. Brahma je stvaralac univerzuma, Vishnu ga održava i štiti, a Shiva ga na kraju opet uništava.

Shiva ima još značenja: svest (Shiva-Lingam), oslobađanje, blaženstvo. Ali, vrlo je opasno naljutiti ga. Ako suviše negativnih snaga pretili da zavlada, Shiva otvara svoje treće oko, čiji je pogled tako snažan da pali i uništava sve na šta padne (prvi laserski zrak koji je proizveden dobio je zato ime „Shivino oko“). Sve prirodne katastrofe izazvao je Shiva, a mi se uvek pitamo odakle dolaze katastrofe — požari, oluje, poplave, zemljotresi, vulkanske erupcije . . . i zašto tako mnogo, verovatno nevinih, ljudi strada od njih. Ovi događaji sigurno su uslovljeni Karmom. Postoji takozvana Sanchit-Karma ili celokupna Karma, kolektivna Karma. Svi smo mi prouzrokovali mnoge loše Karme, ali postoje i mnogi koji za nas mole i time su mnoge nesreće ublažene i otklonjene. Naše doba, Kaliyuga, najgore je i najopakije od svih doba, a na njegovom kraju Shiva će otvoriti svoje treće oko i sve uništiti. Tačku na čelu treba, naravno, razumeti samo simbolično. Indusi potiču od Rishija, koji su pre mnogo stoleća živeli u šumama Indije kao sveci, molili za čovečanstvo i pisali svete tekstove koje su otkrivali meditacijom. Oni su radi sopstvene zaštite razvili mnoge okultne snage. Danas su od toga ostali još samo simboli, koji se, doduše, još koriste, ali njihov smisao se često više ne razume. Pomenuo sam već dug perčin koji nose mnogi Indusi. Mnogi, međutim, više ne znaju da se radi o metodi za buđenje Bindu-Chakre. I crvena tačka na čelu je metod ili pomoć za fiksiranje koncentracije na Ajnu. To možemo isprobati i sami tako što ćemo kremenom ili vodom na mestu Ajna-Chakre napraviti na čelu jednu tačku i onda meditirati. Ako je tačka na pravom mestu, osetićemo divno treperenje u celom telu. Veoma je važno naći pravu tačku: u mozgu ima mnogo centara i doticanjem pogrešnog centra možemo umesto lepih doživeti neugodna treperenja; za nalaženje prave tačke potrebno je izvesno vreme.

Jedna od najboljih, najjednostavnijih i najuspešnijih vežbi za aktiviranje Ajna-Chakre, koja vrlo brzo donosi iskustva, je Tratak, Hatha-Yoga-Kriya: zapalimo sveću i sednemo u meditacioni položaj oko pola metra udaljeni od nje, gledamo u plamen bez skretanja pogleda pola minuta ili ceo minut, a zatim zatvorimo oči na 3—5 minuta. Pritom se pred očima iznutra pojavljuje slika plamena sveće u raznim oblicima i bojama — posmatramo je i vežbu ponavljamo tri puta.

Na nekim starijim slikama ove Chakre vidimo još jedan simbol: belu vrpču uvrnutu trima nitima, koje simbolišu tri Nadi-a — Idu, Pingalu i Shushumnu. Takvu vrpču nose Brahmini koji je poštuju i uvek je drže čistom, jer ona treba da podseti na to da svoje unutrašnje Ja vežbom treba uvek održavati telesno, duhovno i duševno čistim. Svaki čovek u svome telu nosi ove tri niti i čisti ih pomoću Pranayame. To su tri već navedena nervna sistema — simpatikus, parasimpatikus i centralni

nervni sistem. Oni su u nama i nije nam potrebno da nosimo neki spoljašnji znak. Yogiji nalaze sve ove simbole u unutrašnjosti svoga tela. Ljudi koji to još nisu spoznali, a pripadaju kulturnom krugu koji je načinio ove simbole, nose ih i na sebi.

U Ajna-Chakri se može videti lotosov cvet koji ima samo dve latice. One nose vibracije ili Bija-Mantre HAM i KSHAM. Ham je Bija-Mantra Shive, svesti, a Ksham, Shakti, prirode. Kada se spoje priroda i svest dešava se, i nastaje nešto novo.

Ajna čini granicu između ljudske i božanske svesti (da podsetimo: od vrhova prstiju na nogama do Muladhare su životinjski centri, od početka kičmenog stuba do Ajne ljudski, a iznad nje božanski centri).

Bija-Mantra Ajna-Chakre je OM. OM je NADA RUPA PARA BRAHMA — „oblik najvišeg je vibracija“. Boga, najvišeg, niko ne može opisati, opisati ili videti u nekom liku, jer je on bezgraničan. Ali, možemo ga osetiti ili videti kao vibraciju. Najviše Jastvo živi u svakom atomu kao vibracija. A-U-M je najviša vibracija, koju je Shiva otkrio u svojoj meditaciji. Kada se ova slova Sanskrita stvarno mogu videti, vizualizirati, čuje se i ova vibracija.

Sve u šta verujemo i za čime težimo, možemo naći samo u sebi, a ne izvan sebe. Sâm Bog je u nama i mi smo sposobni i dovoljno snažni da vremenom sve ovo realizujemo u sebi.

REZIME SIMBOLA U AJNA—CHAKRI

AJNA — naredba, unutrašnji učitelj

BOŽANSTVO — Shiva

TATTVA — Anupada-Tattva

BOJA — bela

BIJA—MANTRA— OM

BROJ LOTOSOVIH LATICA — dva

Sahasrara Chakra



सहस्रार चक्र

7. SAHASRARA—CHAKRA

Kao sedma uvek se imenuje Sahasrara-Chakra. Pre nje, međutim, postoji i Bindu-Chakra, o kojoj se u većini knjiga o Yogi uopšte ne govori ili se govori vrlo malo (vidi i poglavlje o Vishuddhi i Bindu-Chakri). To je jedan nepoznat i skriven centar kojem se uglavnom ne poklanja velika pažnja. To samo znači da su oni koji su pisali knjige o Yogi samo prepisivali od drugih i da ne saopštavaju iskustvo iz svog sopstvenog duhovnog rada. Sâm nešto iskusiti je sasvim nešto drugo nego čitati o tome. Tako je i sa putovanjem kroz kosmos. Postoji više kosmičkih ravni. Jedna od njih je naš sopstveni unutrašnji kosmos (Chiddakash), a druge su izvan nas. U meditaciji se gubi dualizam i čovek dospeva do jedinstva i saznanja: „Čitav kosmos sam ja.“ Yogi upoređuje čitav kosmos sa svojim sopstvenim bićem: „Moje fizičko telo je zemlja. Moje prostiranje su četiri nebeska pravca. Moja Prana je zračenje koje teče kroz zemlju. Voda, vatra i svi ostali elementi su moji elementi koji egzistiraju u svakom atomu. Ja sam beskonačan prostor. Moja Chid-dakasha obuhvata čitav kosmos.“ Ove misli su osnova Vedanta-filosofije. Vedanta se na ovaj način identifikuje sa čitavim kosmosom. Ali ona ide i dalje i kaže: „Ovo sve nisam ja sâm; doduše, to je „moje“, ali ja sâm sam Atma, Jastvo, najviše, božansko.“ Svi smo mi putnici i u meditaciji možemo ovo unutrašnje putovanje sami da izvedemo. U meditaciji nemojte misliti ni na šta i nemojte ništa zamišljati, pustite da se ono dogodi samo. Ostanite u fizičkoj ravni svoga tela, osećajte i posmatrajte. Čim počnete da zamišljate nešto, smesta nestaju činjenice i stvarnost. Jednostavno, budite tu, opuštenu, bez prisile i bez predstava; tada će se pojaviti stvarnost. Ostanite uvek budni i svesni i budite svedok čitave svoje egzistencije. Kada zatvorite uši, čućete šum ili ton „zum“. Isprva to zvuči kao šum reke ili vodopada. To je vaš krvotok. Ako duže sedimo sa zatvorenim ušima i uradimo nekoliko Brahmari- (= pčela, unutrašnje zujanje) ili Murcha-Pranayama ili Nada-Yogu, začućemo drugi šum — funkciju našeg moždanog centra. Ako radimo i dalje, čućemo sve finije zvukove, čućemo talase koji prolaze kroz mozak. Ukupno se javlja deset vrsta tonova, a potom se javlja svetlost koju stvaraju ovi talasi. To se naziva prosvetljenjem, ali to još nije oslobođenje. Postoji i jedanaesti šum, „zvuk duše“ ili „Jastva“. To se naziva NADA. NADA RUPA PARA BRAHMA — „oblik najvišeg je zvuk, vibracija.“ Tu čovek doživljava svetlost i zvuk (vidi poglavlje o Anahata-Chakri). Put, međutim, još uvek nije završen. Tek počinje napredak u pravcu oslobođenja ili Mokshe, tu je pravi početak puta Yoge, dotle smo samo tragali i bili nesigurni. Ako doživimo ovu svetlost i ovaj zvuk ili lik Atme, Najvišeg, Učitelja, Jastva ili kako već hoćemo da ga nazovemo, to nikada nećemo zaboraviti. O tome Yogi peva:

*„O, Gospode, video sam sjaj Tvoga lika.
Sada je moje traganje završeno.“*

Kada smo stekli ovo iskustvo, znamo da smo na pravom putu. Naši smo pravac kojim ćemo se dalje kretati. Ovo iskustvo dolazi iz Ajne- u smeru prema Bindu-Chakri. Da ponovimo: Bindu znači tačka, kap ili krug. Bindu-Chakra je povezana sa mesecom i zato je u knjigama o Yogi prikazana kao mlad mesec. Ako pažljivo posmatramo mlad mesec, zapazićemo oko njega tanak krug svetlosti. To znači da je iznad Bindu sve puno svetlosti, ali, dogod je ona zatvorena, to ne možemo videti. Koncentracijom ili vežbom možemo otvoriti Bindu (strele koncentracije je najjača snaga) i kada ona počne da se otvara, videćemo kako se pomalja svetlost.

Kao što sam rekao još kod Vishuddhi, nektar otiče i kaplje iz Bindu, i sve dok Vishuddhi nije pod kontrolom on pada u Manipuru i sagoreva u njenoj vatri.

Bindu je i centar zvuka. Kod ljudi talentovanih za muziku, ova Chakra je aktivna. Ako neko želi da razvije ovaj talenat, treba Pranayamom da se koncentriše na ovu tačku i probudi je.

Iz Bindu stižemo konačno u Sahasrara-Chakru. Jivatma ili živo biće ujedinjuje se sa Parmatmom. Shakti stiže do Shive, a Shiva je najviša svest koja ima sedište u Sahasrara-Chakri.

Sahasrara se nalazi na vrhu glave, otprilike tamo gde se kod dece nalazi fontanela. Sahasrara znači „hiljadu“ ili „beskonačno“. Naziva se i lotosom sa hiljadu latica, iz kojih polaze hiljade pozitivnih božanskih zračenja. Tu se nalazi Duša, Atma, božansko Jastvo, Shiva ili najviša svest. Svetlost celokupnog univerzuma Njegova je svetlost.

Dok se ne probudi Sahasrara-Chakra, lotosov cvet je zatvoren kao pupoljak. Latice su sklopljene, svetlost je zatvorena i još ne probija napolje. Tek kada je Jivatma (ili, kako se još može reći, Kundalini. Shakti ili Chetnya) završila svoj put i pomoću Bindu-Chakre stupila tamo, lotosov cvet otvara svojih hiljadu latica. Kada se sasvim otvori, ugledaćemo dijamant, koji sija kao hiljadu sunca i po njemu Jivatma klizi kao labud. U Sanskritu labud se kaže Hansa, ili duša koja zrači, koja leti ka nebu, a Paramhansa je onaj ko je to postigao. Ovaj labud, Jivatma ili Shakti, sjedinjuje se sa Shivom. Jivatma pije ovu svetlost, prihvata je u sebe i u njoj se oslobađa. To se naziva Oslobodenje, sjedinjenje ili Moksha. Tada je Jivatma zauvek sjedinjena sa Paramatmom, a to je cilj svih Yogija.

Najbolji put za to je Raja-Yoga. On je pun jasnosti i svesti, to je sistematska metoda za postizanje ovog stanja svesti Samadhia.

Drugi izraz za Sahasrara-Chakru je Brahmarhandra, „kapija Brahme“ ili „kapija ka Najvišem“. U telu svakog razvijenog živog bića postoji devetoro „vrata“ (usta, oči, uši, nosne šupljine, čmar i polni organ), ali samo čovek poseduje Sahsraru i sposoban je da pomoću ovih „desetih vrata“ dospe do sjedinjenja sa Najvišim. Kada umre običar, čovek, njegova duša izlazi iz tela kroz jedna od devetoro vrata. Sarno Yogi, koji je postigao svoj cilj, može svesno da napusti zemlju kroz

deseta vrata, Brahmarhandru. Kažu da se zatim na ovom mestu na glavi vidi kap krvi ili izlazi svetlosni zrak iz Sahasrare. Onaj ko je vodio rđav život i stvorio iošu Karmu, izlazi iz tela kroz jedna od donjih vrata, izbacuje izmet i urin kada umire, a zatim putuje u niže Loke. Za ovakvu dušu treba da molimo da bi našla svoj put nagore, kada posle dugog vremena opet doživi ljudsko rođenje. Kod mnogih samrtnika otvaraju se usta i oči ili uši prokrvare — njihova duša putuje u astralne ravni, već prema njihovoj Karmi.

Yogi se bavi Pranayamom, koncentracijom i meditacijom i sve dok ne postigne najvišu ravan i ne otvori deseta vrata Sahasrara-Chakre, ne predaje se. On se hrani nektarom Bindu-Chakre da bi dugo živeo i postigao svoj cilj u ovom životu, on ide svesno i konsekvntno svojim putem i kada stupi u najviši svet (u Vaikunthu, nebo, Bramha-Loku ili kako već hoćemo da kažemo), primiće ga sva božanska Jastva koja su već tamo i pozdraviti ga sa velikom radošću. Ovi Yogiji postižu najviše ravni u kosmosu ili, drugačije rečeno, realizaciju Boga, nebesko carstvo, Samospoznaju i jedinstvo sa Svevišnjim.

Svaka individua ima svoj sopstveni put i sopstvena iskustva. Na kraju, međutim, svi dolaze do jedne iste istine i stvarnosti. Ali, put dotle je dug. Citavog svog života moramo biti konsekvntni da bismo mogli ići pravim putem i ne menjati uvek iznova svoje mišljenje. Svi smo mi u svom životu mnoge stvari uradili ili započeli, ali mnogo toga se opet rasplinulo.

Sve je u nama, a ne izvan nas. Mi smo kao jelen koji traga za mirisom mošusa, ne shvatajući da ga izlučuje on sâm. U nama je već probuđena spiritualnost, iskustvo i Samadhi treba tražiti u sebi. Ali, mi trčimo u knjižare, skupljamo knjige, slušamo različita predavanja i tužni smo što ništa nismo postigli.

Okrenite se svome unutrašnjem Jastvu, tada ćete uz blagoslov i pomoć Učitelja naći ono što tražite. Spoznaj božansko Jastvo u Sebi!

REZIME SIMBOLA U SAHASRARA—CHAKRI:

SAHASRARA — hiljadu, beskonačno

TATTVA — Adi-Tattva

BOJA — bela (čista božanska svest)

BIJA—MANTRA — OM

BROJ LOTOSOVIH LATICA — hiljadu

SAMADHI

Samadhi je cilj svakog čoveka. To je najviši cilj koji možemo da dostignemo. Posle dugog putovanja koje ju je vodilo kroz različite ravni, osećanja, kroz prijatne i neprijatne situacije, Jivatma posle mnogih borbi konačno dospeva u svoju prvobitnu domovinu. Tamo nalazi Amrit Pan (Amrit = nektar, besmrtnost, Pan = uživati, sjediniti, ugasiti žed) i može da ugasi svoju životnu žed.

Možemo sebi da predstavimo sliku kako se otvara lotosov cvet sa hiljadu latica Sahasrara-Chakre; Jivatma se penje k njemu i sjedinjuje s njim. Na donjem delu peteljke lotosovog cveta nalazi se crveni koren — Mul Prakriti, Muladhara ili Adi-Shakti.

Postoji Adi-Shakti, prvobitna božanska snaga, i Adi-Shiv, božansko Jastvo, a ne Shiva kao inkarnirano Jastvo koje živi u svima. Prema Raja-Yogi oni se nazivaju Paramatma i Jivatma.

U stvarnosti nema razlike između Paramatme i Jivatme, razlika je samo u neznanju. Jivatma mora da pređe dug, često vrlo težak put — put Mul Prakriti, korena, nagore kroz celo stablo lotosovog cveta koje se nalazi u vodi do cveta koji je iznad vode. Stigavši na cilj, međutim, putnik zaboravlja sve i kad se osvrne unazad sve teškoće mu se čine smešno malima. Ali, u momentu kada se nalazi usred ovih teškoća i patnji, u raznim situacijama opstanka, ne čini mu se sve tako jednostavnim; to osećamo svi.

Yogi treba da bude jak i da ne napušta svoj cilj. Na Hindu-jeziku se kaže „Ne treba da menjaš svoje unutrašnje slike.“ To znači da treba da zadržimo svoj put i svoje predstave, a ne da stalno menjamo pravac, jer inače je vrlo teško postići Amar-Tattvu (elemenat ili suština Sahasrara-Chakre — i samim pogledom na nju čovek smesta dospeva u najvišu svest).

Postoje tri stepena svesti: spavanje, budnost i najviša svest. U Samadhiu čovek se nalazi u međustanju. Na donjoj granici, prilikom spavanja ili nesvesnog, doživljavamo dubok, neometan san bez snova u kojem se Chitta-Vritti nalaze u dubokom mirovanju. Duh je oslobođen svih briga i mi uživamo u ovom spavanju. Ali, kada se probudimo, sve je opet isto kao pre, mi sami se nismo promenili.

Na gornjoj granici, međutim, kada meditacijom stupimo u najvišu svest, stanje je doduše slično spavanju, ali se iz njega vraćamo potpuno izmenjeni. Čak i glup i budalast čovek vraća se kao mudrac ako je postigao i doživeo najviši Samadhi. To je neograničena, najviša, božanska svest.

PUTEVI ZA POSTIZANJE SAMADHIA

Prema Raja-Yogi postoje tri tehnike, koje se primenjuju jedna za drugom da bi se postigao Samadhi: DHARANA, DHYANA i SAMADHI.

Dharana znači koncentracija, odnosno potpuno odvratanje svesti od svih drugih stvari i usmeravanje samo na jednu tačku. Imaćemo uspeha samo ako ostanemo koncentrisani samo na jednu tačku (kad vozimo automobil, moramo sve vreme biti koncentrisani na put i upravljanje automobilom — inače ne postizemo svoj cilj, nego se zaus-tavljamo u jarku). Koncentracija na jednu tačku znači ostati na jednom putu, pri jednoj odluci i mišljenju.

Dhyana je meditacija. Koncentrišemo se na jedan objekat dok se Jastvo ne oslobodi u objektu. Time konačno postizemo Samadhi.

Samadhi podrazumeva sjedinjavanje znanja, onoga koji zna i objekta znanja: **Ja** bih hteo da znam. Ja sam onaj koji **zna**. Ja bih hteo **to** da znam. Ova tri postaju jedno.

Ako u meditaciji uopšte ništa ne vidimo i ne stičemo iskustva, to je zato što ove tri stvari nisu ujedinjene. Jivatma, Jastvo, je kao Bog. **On** bi hteo da **zna ko** je. U stvarnosti su sva tri jedno. Ako se ukinu granice koje sprečavaju našu normalnu svest u ovoj spoznaji, onda se to naziva najvišom svešću.

U našem životu postoje dva velika pravca ili puta: Nivritti i Pravritti. Na kojem se od ovih dvaju puteva nalazimo, možemo da ustanovimo sami.

Kao ljudi, u životu imamo različite zadatke i odgovornosti koje moramo da ispunimo unutar društva. Da bi se izbegle smetnje, zajednički život je regulisan mnogobrojnim propisima i zabranama.

Pravritti znači ispuniti svetovne zadatke. Kao članovi porodice moramo se brinuti za svoju decu, podizati ih, pokazati im pravi put i osposobiti ih da se vaspitavaju kao samostalni ljudi svesni odgovornosti. Kao bližnji treba druge da razumemo i pomažemo im. To su neki primeri svakodnevnih zadataka koje svaki čovek mora da obavlja u društvu. Ali, sve ima svoje granice. Bog nam je dao sve — ruke, noge, oči, uši. . . da bismo njima radili; ipak, ne treba uvek da ostanemo u Pravritti.

Pra znači „drugo“, Vritti potiče od Citta-Vritti, gibanje svesti, misli. Nivritti znači unutrašnje spokojstvo, bez žudnje za bogatstvom, slavom i moći. U normalnom svetovnom radu misli su nam uvek nečim zauzete i stalno se menjaju. Kada konačno odemo u penziju, pošto smo mnogo godina radili i brinuli o drugima, i kada, umesto da se smirimo, još uvek vodimo grozničav život pun spoljašnjih aktivnosti i nemamo vremena za sebe, to je znak da iznutra još nismo zadovoljni.

Ako idemo određenim putem, uvek ćemo dospeti tamo kuda taj put i vodi — ako idemo putem u šumu, doći ćemo do šume, ako idemo u pravcu pustinje, do nje ćemo i dospeti. Obavljanje mnogih aktivnosti i stalno kupovanje i nabavljanje, jasan je znak da se još uvek nalazimo na

Pravritti-putu. Ako smo konačno ispunili svoje svetovne zadatke, treba da se koncentrišemo na Nivritti-put. Ne treba više da se mešamo u poslove odrasle dece i unučadi. To bi bila velika zabluda i znak da se još uvek nalazimo na Pravritti-putu. Ponekad se događa da se neko, zahvaljujući srečnoj sudbini, od detinjstva nalazi na Nivritti-putu. Mislim da su mnogi od današnje omladine na Nivritti-putu i ne stižu i ne skupljaju tako mnogo kao što je to činila i još uvek čini starija generacija. Video sam jednom jedan stan u kojem je živela osamdesetogodišnja starica. Bio je preko svake mere zakrčen novinama, prospektima, ceduljicama i stvarima koje je ova žena godinama sakupljala. To znači da ova Jivatma, još nema dovoljno, još nije „sita“ i stoga još ide Pravritti-putem. Po Raja-Yogi to znači da svako ko ide ovim putem uvek iznova pada u Mayu (iluziju). Iz Maye izlazimo samo pomoću Nivritti. Biti u Nivritti znači da smo okončali svoje zadatke, ispunili sve obaveze i našli spokojstvo i mir. Naravno, ponešto se uvek mora raditi — prati, kuvati, spremati stan, ali se ne treba opteretiti aktivnostima.

Ako, na primer, neko od moje braće ili sestara ode našoj majci i upita je šta treba da radi, ona će odgovoriti: „Dete moje, ja sam na Nivritti-putu. Kako treba da se živi i šta da se radi — objasnila sam ti. Sada moraš sâm znati šta treba da radiš. Čitavog života sam radila za vas, sad imam vremena za sebe.“ Ona meditira, čita, ponavlja svoju Mantru. Naravno, uvek je spremna da pomogne kad ustreba (najčešće čuva decu). Ali, ona se ne meša.

Moramo biti „Nivritti“ ne samo spolja, nego i iznutra. Antakarana (Mana, Buddhi, Chitta i Ahamkara) puna je Vashana (= čežnje, prohtevi). Dogod se toga ne oslobodimo, ne možemo doći do Nivritti. Na Pravritti-putu uvek iznova doživljavamo patnju, nesporazume, neuspehe, razočarenja, promene i bol. Ipak, Pravritti-put je važan da bi se porodica održala na okupu, da bi se podigla deca i izvela na pravi put. Decu ne treba upuliti na Pravritti-put koji vodi do Maye, nego na Nivritti-put koji vodi oslobođenju. Treba im otvoriti široke vidike i ne vaspitavati ih uskogrudu, jer tako vaspitavana deca biće ljudi puni pohlepe i kompleksa i uvek nezadovoljni uprkos materijalnom blagostanju. Novac nas ne može obogatiti iznutra i doneti nam zadovoljstvo. Pravi bogataš je onaj ko je zadovoljan jer samo je on srećan. Vodite svoju decu od početka Nivritti-putem i vaspitavajte ih da ne lažu, ne krađu, da ne budu zavidni i ljubomorni, ne samo zato što su to grehovi, nego zato što treba izgraditi zrelu i razvijenu ličnost.

Dakle, nemojte raditi suviše u Mayi. Obavljajte svoje zadatke, savetujte, pokazujte pravi put i pokušajte da svoju decu pravilno vodite. Ali, ako oni ne dozvoljavaju da ih vodite, pustite ih da idu — to je tada njihova sudbina. Nemojte izgubiti svoj sopstveni put. Postepeno se oslobodite Pravritti i dođite do Nivritti-puta. Ona vodi vašu Jivatmu do Amrit-Pan, do Oslobođenja, gde može umiriti svoju žed za znanjem.

Svi mi želimo znanje i iskustvo. Mi smo kao ptica koja stoji u otvorenom prozoru — ne znamo da li treba da poletimo napolje ili unutra; isto se događa kad je otvorena Sahasrara ili Brahmarhandra, put ka Brahmi. Još uvek možemo da odlučimo da li ćemo se vratiti ili ćemo nastaviti nagore, dakle, još deluje sudbina i može nas odvratiti od puta. Mnogobrojnim aspirantima se dešava, kad su već postigli nekoliko stupnjeva, da padnu kao žrtve privlačnosti Pravritti-Maye.

Jivatmi nije lako da uzleti u beskonačnost. To jeste njena čežnja, njen cilj, ali zahteva i hrabrost. Tako se Jivatma doživotno trudi da konačno postigne Nivritti-put i da dospe do najvišeg Jastva, do Oslobođenja ili do božanske svesti.

Sve su ovo lepe reči i napisane su u mnogim knjigama o Yogi. Knjige nam mogu dati inspiraciju, što je dobro i važno, ali iz knjiga ne možemo realizovati ove stvari, do njih moramo doći svojim radom. Ne treba čekati da bude kasno, jer jednom neće biti više nikoga uz nas. Uz to ide mala priča.

Živeo jednom u Jodhpuru maharadža po imenu Chasswan Singh. Nekad je u Indiji bilo nekoliko naprednih, učenih i mudrih maharadža koji su se bavili Yogom, a Chasswan Singh je bio jedan od njih. Svakodnevno je više sati vežbao Yogu i, uprkos mnogim vladarskim obavezama i poslovima, tačno se pridržavao svog vremena za meditaciju. Živeo je zaista vrlo uzorno. Jednog dana poželeo je da sazna da li su mu najbliži saradnici zaista iskreno odani, jer često je teško prepoznati da li neko samo govori lepe reči ili to i zaista iskreno misli u svom srcu. Smislio je kako da proveri da li njegovi ministri i činovnici zaista izvršavaju njegove naredbe. Pozvao je najbliže saradnike i zamolio ih da mu ispune jednu želju. Ministri su obećali da će mu ispuniti svaku želju, čak su pokazali spremnost da za njega daju i svoj život. Maharadža odgovori: „Neću vaš život. Bog nam ga je dao i on će ga ponovo uzeti. Ali, imam jednu želju: kada moje telo umre, sav nakit koji nosim na sebi neka se podeli sirotinji i onima u nevolji i delimično upotrebi za ishranu divljih životinja. Slobodni ste da date i više, ali ovaj moj nakit svakako treba da podelite“. (Vrednost nakita i dragocenosti koje je maharadža obično nosio bila je, naravno, vrlo velika i dostizala je i milion rupija). Jedan od ministara odgovori: „O, kralju, mi ti želimo da živiš hiljadu godina i molimo te da ne govoriš o umiranju, jer ćeš nas sigurno sve nadživeti.“ Na to maharadža reče: „Hvala vam na dobrim željama, ali niko ne živi večno i svakako je došao, mora ponovo i da ode.“ Ministri svečano obečaše da će učiniti sve onako kako je maharadža rekao. Posle izvesnog vremena, kada više niko nije mislio na ovaj razgovor, maharadža odlučio da ispita svoje ministre. On je imao sposobnost da u svako doba pređe u Samadhi, što znači da telo izgleda kao mrtvo, usporavaju se otkucaji srca, pa se puls skoro više ni se oseća, a dah prestaje. Iridriye, (čuļa) su, međutim, još aktivne pa je moguće sve čuti i videti. Maharadža izjavi da ima jake bolove u stomaku, leže i pređe u stanje Samadhia. Ministri pojuriše i

okupiše se oko postelje prividno teškog bolesnika. U Indiji kažu da samtrnika treba položiti na zemlju da bi mu se olakšalo umiranje; ministri raširiše čaršav na zemlji i položiše maharadžu na njega. Kada su se uverili da je umro, počеше da skidaju s njega prstenje, ogrlice i narukvice. Jedan od ministara upita: „Šta će biti sa ovim nakitom? Maharadža je želeo da se on potroši za Ashram i sirotinju.“ Prvi ministar, međutim, reče sasvim glasno i bez ustručavanja: „Ah, ove maharadže su stvarno glupe kao magarci. Pravi vlasnici kraljevstva smo sada mi. Kraju se mora odobriti sve i obećati mu da će sve biti po njegovoj želji, ali šta ćemo stvarno učiniti odlučićemo mi.“ Maharadža je sve ovo, naravno, čuo u svom Samadhiu. Neki su ministri pokazali svoju odanost: „Ali to je bila njegova poslednja volja i nju treba ispuniti. Veliki je greh to ne učiniti.“ Prvi ministar se samo nasmeja i reče, da bi ih umirio: „Imam ideju. Od svakog komada nakita daćemo da se izrade jeftine imitacije, koje ćemo pokloniti i tako ispuniti obećanje.“ I izda nalog da se od maharadžinih dragocenosti naprave staklene imitacije. U tom momentu vrati se maharadža iz svog Samadhia i zapeva OM. Prvi ministar se isprva uplašio, ali se brzo pribra i povika: „Bože, budi hvaljen, naš dragi maharadža je živ. Hajde da podelimo zlato sirotinji za ovo čudo.“ Maharadža samo reče: „Prestani sa pretvaranjem. Ja znam da ti sve bolje znaš i da sam ja glup kao magarac. Tako vi sledite moje naredbe i ispunjavate svoje obećanje?“ Pa uze svoj pravi nakit i još istog dana ga podeli siromašnima i Ashramima u svojoj zemlji. Mnogi ljudi još i danas imaju zemlju dobijenu od njega i mnogi Ashrami poseduju otada toliko poseda da od njih mogu da žive i prehrane se. Maharadža je vodio dnevnik i u njemu piše: „Ono što uradiš svojim rukama, tvoje je. Ono što upotrebiš za hranu i zadovoljstvo, izgubljeno je. Ali, ono što uradiš za druge, pripada tebi. Posle smrti nemaš moći i više ništa ne možeš učiniti, stoga uradi sâm ono što hoćeš da bude urađeno..“

Ova priča ima više značenja. Prvo pokazuje kako je Samadhi-stanje omogućilo maharadži da sagleda pravo lice svojih ministara Drugo: ljudi pokazuju pravo lice kada je u pitanju moć i novac. I treće: ono što želimo da uradimo, treba da uradimo sami, jer drugi skoro nikada ne urade ono što hoćeš da urade i onako kako hoćeš.

Svaki čovek će jednom postići punu svest. Nekima je za to potrebno više života. Dva opisana puta su kao dve grane jednog istog drveta: jedna, Pravritti, teži dole ka svetlu, a druga, Nivritti, vodi ka oslobođenju i kosmičkom svetlu. Svako ko traži treba u svom srcu da razvije želju za tim. Ljubav i čežnju prema najvišem Jastvu može da razvije svako samo iz sebe samog. Na engleskom se to kaže „a burning desire“ (goruća čežnja). Jedna grana čezne da doživi svetovne stvari, a druga hoće da sazna istinu, da je doživi i u sebi realizuje ili da se u njoj oslobodi. Za to, međutim, srce treba da se priprema godinama, ili doživotno, kao što seljaci pripremaju polje.

Na kom se stepenu nalazimo i da li ćemo u ovom životu postići svoj cilj, moramo pitati sami sebe. Knjige ne mogu dati odgovor na to. Sâm čovek to može najbolje da spozna po svojim osobinama, a o tome govori i sledeća slikovita priča.

Muva sedi na mirišljavoj pasti od sandalovine. Iznenada, neko pored nje stavlja nešto prljavo sa mirisom truleži. Od osobina i kvaliteta muve zavisi kuda će oleteti i gde će se zaustaviti. Ona od čiste, mirišljave sandal-paste leti, na balegu, koja privlači i onoga ko ima još mnogo Karmi, odvlači ga od Satsanga (druženje sa istinom) i vodi prema Mayi-zadovoljstvima sveta. On se samo malo bavi spiritualnošću, a većinu vremena drugim stvarima. Znak nespremnosti je i stalna Shankalpa i Vikalpa — donošenje i napuštanje odluka. To znači da tle još nije dovoljno pripremljeno i da je potrebno još mnogo života. Uspeh je tamo gde je odluka snažna. Čvrsta odlučnost znači ne predati se ni onda kada se predstave koje smo imali na početku ne ispunjavaju, i naći snage, uprkos svemu, za njihovu realizaciju. Tako nemoguće postaje moguće. Kada spoznamo da su naša očekivanja i predstave bili pogrešni, ne treba da izgubimo hrabrost i odustanemo, nego da i dalje strpljivo težimo ka istini. Često se dešava da aspirant, posle izvesnog vremena vežbanja, posustane: pita se da li se težak rad zaista isplati i sumnja u uspeh. I to je znak da Karma još postoji. Jivatma je slaba i nemoćna u odnosu na zakon Karme. Ali jednog dana ćemo savladati Karmu.

U ovom nizu predavanja opisao sam direktan put na kojem je moguće sve realizovati u jednom životu: jaka unutrašnja volja, čvrsta odlučnost i vernost izabranom putu.

Neki od vas imaju Yoga-imena i pokušavaju da ova imena realizuju u sebi. Ime je veoma važno. Kaže se da ime ima više snage od same ličnosti. Postoji jedna priča o Bogu Rami, kako je sa svojom vojskom hteo da pređe more između Indije i Šri Lanke. To je izgledalo nemoguće, pošto nije bilo ni plićaka ni mosta. Bhakta Hanuman reče: „Bože, pomoću tvoga imena sagradićemo most.“ On uze jedan kamen, ispisa na njega „RAM“ i baci ga u vodu. I — gle! kamen nije potonuo, nego je plivao na vodi. Tako svi ljudi iz pratnje počеше da bacaju u vodu kamenje sa imenom Boga Rame i da od toga grade prelaz. I Rama je hteo da pomogne, ali kamen koji je ona bacio u vodu, odmah potonu. Ne uspe ni u drugom pokušaju. Tada Rama ode do Hanumana i upita ga: „Kako to da kamenje koje ti baciš ostaje na površini vode, a moje tone?“ Hanuman odgovori: „Bože, to je sasvim jasno. Ti si nam sâm rekao da oni koje Bog pusti da padnu — propadaju. Tako mora potonuti sve što ti baciš. Mi Bhakte radimo s poverenjem u tvoje ime i tako se događa čudo. Tvoje ime je ova snaga.“

Za nas to znači da snaga leži u božjem imenu, u Mantri i da nam ona omogućava da ustrajemo na duhovnom putu.

Ali, ako se javе misli: „Vežbam već pet godina, a šta sam do sada postigao?“, to je onda Karmička „čuška“. Neki ljudi misle da ne treba da vežbaju svoju Mantru, kada su savladali svoje probleme i dobro se osećaju. Oni još nisu shvatili šta znači Mantra. Uglavnom se ne zna kada će se teškoće ponovo pojaviti. Osim toga, Mantra nije samo za nas, mi radimo i vežbamo i za druge. Uspeli smo kad se nađemo kod otvorenih desetih vrata i gledamo u realnost. Tada znamo šta je Samadhi. U jednoj pesmi stoji: „Tvoja Atma, tvoja Duša te zove. Ona te čuva od pogrešnog, a vodi ka ispravnom. Treba da veruješ u ime Božje, da ga pevaš i meditiraš o njemu. Bog nam je dao uši da čujemo reči mudrosti, oči da vidimo Božansko u svakom živom biću, jezik da govorimo istinu. Ovaj zov Duše neprekidno teče iz tebe.“ Onaj ko čvrstom verom, snagom volje i odlučnošću ostane na svome putu postići će svoj cilj. Ne osvrćite se; ono što je bilo juče prošlo je i jednoga dana proći će i vreme koje nam je dato za život. Trudite se, dakle, i vežbajte dalje. Sami to morate da realizujete, vi i niko drugi. Tako dolazi Samadhi.

Samadhi je, kao što sam već rekao, sjedinjenje triju stvari: znanja, onoga koji zna i objekta znanja. Prvo postoji misao, misao postaje plan i plan se mora ostvariti. Za nas kao Yogije i aspirante, objekat je Bog. Šta podrazumevamo pod Bogom? U vezi sa Samadhi, Bog znači snagu i energiju koja egzistira kao božansko Jastvo u čitavom kosmosu. Ali ova snaga je za nas nevidljiva i neshvatljiva. Zbog toga treba da prodemo kroz jedan oblik Sargune — božansku, inkarniranu Atmu koja je realizovala Boga. I naša Atma je povezana sa Bogom, ali mi toga još nismo svesni. Do Samadhia, oslobođenja ili Mokshe može se doći samo kroz Sahasraru, deseta vrata. Možemo ih otvoriti sami, sopstvenim trudom, milošću Učitelja ili pomoću Bhakti, ali, pre svega, moramo savladati svoju Karmu.

Postoje tri vrste Karme:

— SANCHIT—KARMA (ukupna Karma): to su skupljene Karme iz svih života. Bilo bi nemoguće doživeti ih i podneti sve odjednom; zato u životu deluje samo jedan njihov deo.

— PRALABDHA su one Karme iz ranijih života koje su „sazrele“ i koje moramo savladati u ovom životu.

— KRIYAMAN—KARMA su sva dela ovog, sadašnjeg života.

Jedan Atma-Jnani ili Samorealizovani ne zavisi više od svoje Karme. On je pobedio sve čežnje. Njegova Kriyaman-Karma je Nishkam-Karma, nesebična Karma, i zato se njegova sadašnja dela ne vezuju u Sanchit-Karmu.

Teško je reći šta je bilo prvo — seme ili drvo, plodovi ili Karma. Karme nose plodove, plodovi, opet, vode do Karme. Seme i biljka egzistiraju od pamtiveka u jednom kružnom toku i kontinuiranom procesu bez kraja. Tako su i Karma i Samskare (utisci u svesti koji pokreću na akciju) od početka međusobno povezane. Pržena semenka, međutim,

ne može više da prokljia. Ako se semenke Vashane (želje ili pohlepe) vežbom Mantre i Kriya-Yoge sprže ili izgore, delovanja i patnje koje slede iz Karmi, ne postaju više Samskare i time su bez dejstva. Postizanjem znanja Atma-Jnani razara i sagoreva svoju Sanchit-Karmu. Za onoga ko je iskusio da je razlikovanje „mojeg“ od „tvojeg“ u vezi sa telom i radnjom — iluzija i fatamorgana, Samskare ranijih Karmi više ne egzistiraju.

Kod Pralabhdhi je, međutim, drugačije. I Atma-Jnani-Purusha doživljava ovu Karmu. Kako to? Ako prestanemo da okrećemo mlinski kamen, on neće odmah prestati da se okreće. Sem ako ga mi ne zaustavljamo. Tako i Atma-Jnani može i dalje da doživljava Pralabdhe ili da prestane. O ovom Purushi u Vedama se kaže: „On se više u ovom svetu ne rađa i ne trpi. Oslobođen je točka rađanja i smrti.“ Kada prevazidemo neznanje, koje je glavni koren rađanja i smrti, dostići ćemo Sahasrara-Chakru. Tada gledamo napolje u kosmos, sa mislima i osećanjima, koja su izražena u pesmi CHIDANANDA RUPAH SHIVOHAM, SHIVOHAM:

*Ja nisam ovaj duh, nisam intelekt, Ego ili svest,
nisam ni čula ni pet Tattvi.
Ja sam CHIDANANDA RUPAH SHIVOHAM.
(Ja sam Apsolut Postojanja, Znanja i Blaženstva. Ja sam Shiva.)
Ja nisam ni per Prana, ni elementi,
nisam pet Kosha¹ a ni ovaj snop Karmi.
Ja sam CHIDANANDA RUPAH SHIVOHAM.
U meni nema privrženosti, nema dualizma, nema pohlepe,
ni ljubomore, ni mržnje, ni ljutnje.
Ja nisam Ego i nisam iluzija.
Nisam povezan sa četiri Purshat².
Ja sam CHIDANANDA RUPAH SHIVOHAM.
Nemam ništa sa grehom ni sa vrlinom,
ništa sa bolom i zdravljem,
ništa sa Mantrama, hodočašem, Vedama i ceremonijama.
Ja nisam hrana, ni onaj kojeg hrane.
Ja sam CHIDANANDA RUPAH SHIVOHAM.
Ja sam besmrtni i neroden.
U meni nema sumnje ni razdora.
Nemam ni majku, ni oca, ni prijatelje, ni neprijatelje,
nemam ni Gurua ni učenike.
Ja sam CHIDANANDA RUPAH SHIVOHAM.
Ja sam Nirvikalp (bez želja) i Nirakar (bezličan),
Ja sam u svim Indriyama.
Nisam vezan i ne treba mi oslobođenje.
Ja sam CHIDANANDA RUPAH SHIVOHAM.*

Već kod pevanja pesme SHIVOHAM, osećamo kako se stvara harmonična atmosfera. Ako je sami doživimo, onda je to neopisivo. Ovu pesmu treba da pevamo više puta dnevno, da mislimo na nju i o njoj meditiramo. Ali, velika je greška igrati se sa tim intelektualno i misliti: „Ja sam Atma. Ja sam Bog i nije mi potreban Guru niti kakva pomoć. Sve znam Sâm.“ Možda i znate, ali samo teoretski, ali da biste to realizovali, potrebne su vam posebne tehnike i pomoć Gurua u meditaciji.

Samadhi nije „krajnje stanje“. Onaj ko ga je postigao, ne napušta svet, nego živi i dalje da bi pomogao drugim ljudima i činio dobro. Bog nije dao čoveku bogatstvo da bi sebično sedeo na svom novcu, nego da bi ga podelio s drugima. Svako ima zanat koji je izučio, u kojem je stekao znanje i iskustvo, koji obavlja i s kojim živi na svetu. Kada neko kroz Samadhi postigne svest i znanje, treba s tim da ide po svetu da pomaže drugima i saopštava i predaje dalje svoje znanje. U jednom Bhanjanu Mahaprabhu-di kaže: „Neko je vezan za Karme i sudbinu, a neko je Nir-Bhandan, nevezan. On putuje sasvim slobodno po ovom svetu.“ I kao u primeru već ranije navedenom: u zatvoru ima dve vrste ljudi — oni koji su zatvoreni zbog svoje krivice i oni koji su tamo dobrovoljno, nameštenici ili posetioci — i jedni i drugi su u zatvoru, ali se jedni osećaju slobodnima a drugi zatvorenima; razlika je u tome kako je ko dospelo ovamo. Tako jedan „Jivan-Mukta“, jedan „živ oslobođen“ nije povezan sa Karmama, iako živi kao i svi drugi ljudi na ovom svetu. Naoko on se ne razlikuje od običnog čoveka. Onaj ko je iskusio Samadhi, i stekao znanje treba da ga podučava u svakodnevnom životu. To treba da bude naš cilj.

Neki Yogiji ili mudraci potpuno se povlače i žive daleko od sveta kao isposnici. Njihova molitva i njihova meditacija imaju, međutim, veliko dejstvo. Rečeno je da se čak i vetar, kad pomiluje glavu jednog Jivan-Mukte, tako ispuni energijom i božanskom snagom, da svuda gde stigne širi harmoniju, sreću i mir. Opšte rečeno, dobro je da takva osoba dođe među ljude i poučava ih. Zato mnogi kad postignu oslobođenje kažu: „Posle smrti neću otići u Vaikunthu, nego ponovo u Naraku, u pakao, da pomognem drugima.“ Najveća stvar koju možemo da učinimo je da pomognemo drugima.

Ali, Yogi ima sposobnost da po želji boravi u različitim ravnima. Za njega je to igra i on može u svako doba da zatvori ili ponovo otvori vrata. Njegovo Jastvo je uvek i svuda povezano sa Najvišim. On živi kao svaki drugi čovek, jede, govori, radi, ali on je Nir-Bhadan — bez Karme i nikakva Karma ne može da utiče na njega. Na žalost, ove velike ličnosti ljudi često progone ljubomorom, zavisti i neprijateljstvom.

Sve velike religije sveta spustile su se na ravan politike. U Islamu, Hrišćanstvu i Hebrejstvu, u Hinduizmu i Budizmu, vladaju mržnja, neprijateljstvo i fanatizam. time su uzrokovane mnoge patnje i mnogi ljudi odvedeni na pogrešan put. Svi smo božja deca — ne samo ljudi, nego i životinje. Bog je stvorio čitav svet. On je stvorio sva živa bića i On ih sve

jednako voli. Možda životinje voli čak i više od ljudi, jer ljudi, usled neznanja i kratkovidosti, izazivaju na zemlji toliko problema i teškoća. U jednom Bhajanu Mahaprabhu-di kaže: „Zemlji nisu teški bregovi Himalaja, ali su joj ljudi tako teški da ih jedva podnosi. Majka zemlja ne drhti od oluja, poplava i grmljavine, nego od ljudskih misli i dela.“ Jednog dana ljudi će razoriti i zemlju i sebe same ako se ne promene. Velika je umetnost i težak zadatak pomoći ljudima i živeti zbog njih. Postoji opasnost da nas ljudi kojima hoćemo da pomognemo ponovo uvuku u Mayu i da zajedno s njima potonemo. Tako ponovo dolazim do onoga što sam rekao na početku, a to je da čovek ne treba da menja svoje unutrašnje slike. Mudracu je jasno da se Maya uvek menja i on je ravnodušan prema dobrim i prijatnim i prema lošim i neprijatnim događajima. Kako Yogi treba da se odnosi prema svetu i kako da misli u životu, jasno je opisano u Bhagavad Giti u 14. i 15. poglavlju.

U svetovnom životu uvek ima Klesha, spoljašnjih smetnji, koje izazivaju Vikshepe, unutrašnje smetnje. Stoga aspirant treba da se povuče da bi zadržao svoju koncentraciju i unutrašnju harmoniju i da bi dalje napredovao. Trebalo bi da provede dnevno najmanje 1—2 časa u svojoj sobi za meditaciju, da vežba i meditira, a tu prostorije bi trebalo, ako je moguće, da oslobodi od Maye i Pravriti i koristi je samo za meditiranje. Ali pritom ne sme preterati i prezreti svet i ljude, nego mora uvek imati pozitivne stavove. Sistem „Yoga u svakodnevnom životu“ je za one koji ne mogu sasvim da se usame, jer su zaposleni i žive sa porodicom u gradu, a žele, uprkos tome, da koriste prednosti Yoge.

Živite u Mayi poput igrača na žici, koji mnoštvo ljudi uveseljava svojom umetnošću, ali im ni u jednoj sekundi ne dozvoljava da ga odvrate, nego ide potpuno svesno i koncentrisano svojim putem preko žice. Ako se toga ne pridržavamo, možemo proći kao onaj što je, zahvaljujući Sidhiu, mogao da hoda po vodi i poželeo da svoju sposobnost javno prikaže. Hiljade ljudi, reportera i TV-snimatelja nagnulo je da prisustvuje izvanrednom događaju. Međutim, čim je ovaj razmetljivac napravio prvi korak u vodu, potonuo je i, kako još nije znao ni da pliva, morali su ga izvući iz vode. Možda je on stvarno mogao da hoda po vodi, ali je njegov Ego uzrok zbog kojeg je potonuo. Pesnik Kabirdas kaže u jednoj svojoj pesmi: „Maya je veliki prevarant i s njom treba biti vrlo obazriv, jer se nikad ne zna kako će te prevariti.“ Treba do te mere paziti — kao kad bismo morali iz rudnika uglja izaći s neuprljanom čistom belom košuljom.

Jedina i prava stvarnost je Atma, koja sve posmatra i sve zna, sve ostalo je nestvarno. Atma je Chetanya, svestan svedok svih dela i stanja. Ona je Trikaladarshi, ona zna prošlost, sadašnjost i budućnost. Ovo sveobuhvatno znanje ograničeno je, međutim, našom ljudskom svešću. Atma je i svedok Samadhia, Jardh-Samadhia (potpuno nesvestan Samadhi, kao dubok san), kao i Chetanya-Samadhia (sasvim svestan, pun svetlosti i znanja).

STEPENI SAMADHIA

Ima više vrsta Samadhi-stanja: Laya-Samadhi, Sahaj-Samadhi ili Bhava-Samadhi, Savikalpa-Samadhi, Nirvikalpa-Samadhi ili Turya-Samadhi.

Podsetimo se priče o seljaku koji je bio veoma vezan za Mayu i odbacivao sve pozive svoga Gurua da vežba i meditira. Tako je iz života u život tonuo sve dublje dok nije završio kao mali crv u kravljivoj balegi. Ali njegov Guru ga ni tada nije napuštao, jer Guru se nikada ne predaje i pojavljuje se u svakoj ravni bez obzira gde se učenik nalazi. Guru ima trajan, veran i pravi odnos prema svojim učenicima i ako ga ovi možda ne prepoznaju uvek. Kad on nekog prihvati i zatvori u svoje srce, neće ga nikad napustiti, kao što komad drveta nikad ne potone u vodi. Drvo je zapravo suština elementa vode i voda je takoreći položila svoje sopstveno telo u drvo, zato ono ostaje na površini i ne tone nikada, a neće potonuti ni ekser koji je zakucan u drvo, iako bi bez drveta potonuo. Tako ni Guru ne dozvoljava da potone učenik kojeg je jednom prihvatio — to se naziva Prit-Purani. I tako dođe Učitelj u liku velike pčele, uze malog crva koji je nekada bio seljak i odnese ga u lotosov cvet (još dok je kao učenik došao Učitelju, seljak je poželeo da sretne Boga licem u lice). I šta se dalje dogodilo? Mali crv zaspao, omamljen slatkim mirisom lotosovog cveta. Uveče se cvet zatvori, a sledećeg dana, u Brahmamurta, u svitanje, sidoše anđeli s neba, uzbraše cvet i odnesoše ga Bogu — Bog uze cvet, on se otvori i mali crv se nade pred licem Božijim.

Time bih hteo da kažem da Jivatma, koja postiže ovo stanje svesti (iako ga možda nije sasvim svesna), stiče iskustvo dubokog mira i velike unutrašnje radosti, a drugima se čini kao da spava, u stvari je samo umorna od dugog puta i postigla je prvi stepen Samadhi — Laya Samadhi.

LAYA—SAMADHI, prosvetljenje i astralni put

U Laya-Samadhi sve se zaboravlja (svoje telo, cilj) i doživljava se unutrašnja radost, harmonija, mir i sreća kao u dubokom snu. Ovaj prvi stepen Samadhia mogu postići svi posle nekoliko godina vežbanja Yoge, na primer za vreme Pranayame ili posle nje.

Drugi stepen Samadhia je prosvetljenje. Svetlost se pojavljuje još u Bindu-Chakri i sve je jača prema Sahasrari, dok konačno ne izgubi sve oblike. Jivatma pije nektar Paramatme i sjedinjuje se sa njom, poput kocke šećera u mleku: ostaje ukus slatkog, a oblik se gubi. U prvom stanju svesnog Samadhia nema više ni boja, samo zaslepljujuća svetlost kao od hiljadu sunaca. Kada aspirant dospe u ovo stanje, može da reaguje na dva načina: pravi tragalac, kod kojeg, iako su se izgubili svi likovi, postoji želja za znanjem, ostaće da sedi i napredovaće još dalje; druga je mogućnost da aspiranta spopadne strah, jer čuje u mozgu glasno zujanje i oseća kako se koncentrisana snaga celog tela

kreće ka mozgu i čini mu se da će sve eksplodirati; on, će, dakle, osetiti strah i sve prekinuti — kod njega još postoje Karme i treba još da radi.

Treći stepen Samadhia znači doći u druge Loke i u astralni svet. U ovoj ravni srećemo mnoge svece (još vidimo likove, jer još smo u Savikalpa, a ne u Nirvikalpa-Samadhiu), vidimo Mahaprabhu-đija, Isusa, Krishnu, Buddhu i sve oslobođene i realizovane Yogije. Postoji jedan poseban svet u kojem žive svi Jivanmukte, koji se ponovo vraćaju na zemlju kao inkarnirane duše. Tamo dobijamo prvo posvećenje, što znači da u svojoj Atmi doživljavamo proces čišćenja i osećamo da ostavljamo sve za sobom, napuštamo svih pet Kosha i dospevamo u čistu božansku svest koja potpuno prožima Atmu.

U Samadhiu svako ima drugačija iskustva. Ipak, većina doživljava da je dobrodošla i da se nalazi u divnom svetu. To je druga Maya, božanska Maya ili raj, slobodni smo od Karmi, doživljavamo sve što zaželimo i možemo opet da se vratimo. To se naziva astralnim lutanjem — zvuči lako, ali nije lako izvodivo.

SAHAJ—SAMADHI i SAVIKALPA—SAMADHI

Sahaj-Samadhi (Sahaj — spontano, samo od sebe) povezan je najčešće sa Bhakti-Yogom. Sličan je Ajapa-Japi. Bhakte ponekad iznenada i spontano dospevaju u Sahaj-Samadhi, na primer prilikom pevanja Bha-jana, kod molitvi, kod dubokih emocija, ili usled blagoslova i blagog pogleda Učitelja. Ali Sahaj-Samadhi ne traje dugo. To je kao stanje trasa iz kojeg se posle nekoliko minuta budimo. U biografiji Mahaprabhu-đija naveden je jedan primer: Swami Lalanand-đi dospevao je često kao dete u ovaj Samadhi, kada je učestvovao u pevanju na Satsangu. Pritom se ne treba zadržavati, treba nastaviti meditiranje i ići dalje. Da li se čovek nalazi u Samadhiu može samo da zna on sâm ili poznavalac i Yogi koji s tim ima sopstvena iskustva. Ostalima će se činiti da ovakav čovek spava ili nije pri svesti. Ovo stanje ne škodi telu, naprotiv. Iz njega se možemo svakog časa ponovo vratiti, kad kada se probudimo iz sna ili ako nas neko dotakne ili oslovi. Atma je uvek u vezi sa telom i zna šta se događa; telesni osećaji, na primer toplote ili hladnoće, ipak su smanjeni.

Savikalpa-Samadhi povezan je sa Shankalpom. Jivatma od rođenja stalno gradi Shankalpe (ostvariti želju ili nameru) i Vikalpe (ovu želju ili plan ponovo napustiti). Zanimljivo nam je da gledamo kako deca prave nešto od peska, sruše to i počnu ponovo; tako je i mudracu interesantno da posmatra odrasle ljude kako se u životu „igraju s peskom“ — kako uvek teže ka nečem novom i menjaju svoje unutrašnje slike, predstave i puteve; njihova kuća neće biti završena, jer uvek počinju da je grade iz početka.

Jivatma je Adi-Anadi od postanka upletena u ove Shankalpe i Vikalpe i na taj način u sebi samom gradi čitav univerzum. U Shankalpa-mislama on u sebi oblikuje divan svet, ali već u sledećem momentu

dolazi Vikalpa i on misli kako ipak nije sve tako lepo i ispravno — i tako to ide neprekidno.

U Savikalpa-Samadhiu još postoje želje; Jnana- i Karma-Indriye su još aktivni. U ovom stanju spoznajemo da smo Satchidananda-Atma. Meditacijom na misli „Ja sam Satchidananda Svarup Atma“ idemo zatim dalje do Nirvikalpa-Samadhia. Na Pravritti-putu možemo dospeti do Savikalpa-Samadhia, ali time još nije postignuta Moksha, oslobođenje i božanska svest, što je naš cilj i mi moramo ići dalje u još više ravni, do Nirvikalpa-Samadhia, Nivritti-putem.

NIRVIKALPA—SAMADHI

Nirvikalpa-Samadhi ne možemo postići nikakvom tehnikom niti vežbom. MOKSHA MULAM GURU KRIPAM — Moksha se može postići samo milošću Gurua.

Svako će jednom postići Mokshu: to je prirodan proces i prirodan razvoj. Ali ovo iskustvo nećemo doživeti, sve dok se ne odlučimo, sve dok u našoj sudbini stoji zapisano da ćemo svoje unutrašnje slike menjati još jednom.

Nirvikalpa-Samadhi je stanje potpune ispunjenosti. Odrastao čovek više ne seda u pesak da se poigra, izuzev kada ga deca pozovu da im se pridruži ili im nešto pokaže, ali ni tada ga se ove igrarije ne dotiču. Tako i u Nirvikalpa-Samadhiu nema više želja, sve je „Purna“ — potpuno; u ovom stanju svesti više ne postoje patnje, bol i problemi u Citti. Potpuno se nalazimo u Nivritti.

U Nirvikalpa-Samadhiu Jivatma gasi svoju večnu žed. Ona dospeva do najviše svesti i s njom se sjedinjuje. Kaže se: Atma pije nektar Amrit-Pan i konačno dolazi do mira i odmora i doživljava pravo blaženstvo — nema svetovnog znanja, nema više zahteva ni želja. To je neopisivo stanje iz kojeg ne želimo da se vratimo, nemamo razloga da se vratimo. Nalazimo se svuda i nikuda ne treba da idemo, nema granica, nema razdvajanja, udaljenosti, ni puta, samo Jedinstvo. Mi smo središte — Atma, Jastvo i sâm Bog. Duša se potpuno sjedinjuje sa božanskim i kosmičkom svešću i osećate svoju Atmu u svakom živom biću, čak i u biljkama i životinjama. Kažu da onaj ko doživi Nirvikalpa-Samadhi više ne živi dugo — to je zato što mu fizički svet više nije važan i potreban i što počinje da zanemaruje svoje telo. Postoje Yogiji koji postizanjem ovog Samadhia završavaju svoj život i Yogiji čija se svest ponovo povlači i oni ostaju sa ljudima da bi im predali svoje znanje. Onaj ko se vraća potpuno je čist i nevin. Oslobođen je svih Karmi (već u stadijumu Savikalpa-Samadhia). Takvi ljudi žive, jedu, rade, ali, bez obzira šta rade, njihova Karma im se više ne vraća kao teret. Zato oni mogu mnogo da urade i mnogo da pomognu, ali se često dešava da više nemaju želju da rade, jer više ne vide da svet trpi, znajući da je sve to samo zabluda. Oslobođeni su i ne trude se da uče druge, samo daju uputstva koja su zapisana u svim svetim spisima. To se naziva Guru-Vakiya (reč Gurua).

Svi sveti spisi — Upanishade, Bhagavad Gita, Mahabharata, Biblija, Koran — takve su „Reči Učitelja.“ Ako ih sledite, konačno ćete spoznati da ste slobodni i da više nemate Karmu. Saznaćete šta je istina, jasnoća i božansko. Ranije smo samo sanjali i doživljavali ove stvari kroz fantaziju. Još smo daleko od realizacije, a put koji nas vodi do nje opisao sam u ovom ciklusu predavanja.

Jivatma se probija kroz različite ravni, stepene i stanja pod vođstvom Učitelja. Bez Učiteljevog vođstva bismo zalutali. Do milosti Učitelja — Guru-Kripe doći ćemo pomoću vežbi, Mantri, strpljenja, upornosti i kreativnosti.

Jednom dođe Učitelju jedan seljak i jedan trgovac, obojica su želeli da imaju Mantru. Učitelj im dade svakom po jedno malo zrno soje i reče: „Ja sada putujem, a vi dobro pazite na ovo zrno soje. Kada se vratim, tražiću ga od vas. Onaj ko mi ga bude mogao dati, dobiće od mene Mantru, a onaj ko bude nepažljiv i izgubi ga, neće je dobiti.“ Trgovac uze zrno soje, umota ga u vatu i pažljivo skloni u mali kovčežić koji je pažljivo zaključao. A seljak je razmišljao: „Ko zna koliko će Učitelj biti odsutan. Ovo zrno će se dotada osušiti i pojašće ga moljci.“ I kako je bilo vreme setve, on ga stavi u zemlju. Kad je stiglo vreme žetve, od onog jednog zrna imao je punu šaku zrnâ. Dogodine ih sve poseje, pa je požnjeo nekoliko stotina kilograma. Posle treće godine imao je već puno skladište. A četvrte godine vrati se Učitelj. Oba učenika ga potražiše i pozdraviše puni poštovanja. Trgovac je otvorio kovčežić, ali je u njemu bila samo tanka ljuska — crv je pojeo zrno a zatim i sâm uginuo. Učitelj reče trgovcu: „Moj nalog nije bio tako zamišljen.“ Pa se obrati seljaku: „A gde je tvoje zrno?“ Seljak odgovori: „Učitelju, tvoja soja je postala tako velika da je ne mogu doneti ovamo. Dođi sa mnom da je preuzmeš.“ On odvede Učitelja do skladišta u kojem je bilo nekoliko tona soje: „To je tvoja soja, moj Učitelju.“

Takva snaga leži u Mantri, ali je morate vežbati svakodnevno, inače nećete imati uspeha. Morate raditi sa onim što ste dobili dok vas to ne dovede do realizacije. Naš cilj je da uđemo u božansku svetlost, da postignemo oslobođenje ili Mokshu i da druge oslobodimo. Učitelj vodi, daje spiritualnu snagu, pomoć i reči, ali svako se mora truditi sâm i tada će doći do realizacije.

*Kontinuirana vežba Mantre
čisti i razara Karmu,
kao što stalno prolaženje
satire korov na putu.
OM SHANTI SHANTI SHANTI*

¹Koshe su omotači ili ljuske koje omotavaju i skrivaju Atmu. To su:

ANNAMAYA—KOSHA — telo hrane
PRANMAYA—KOSHA — telo životne energije
MANOMAYA—KOSHA — telo duha
VIJNANMAYA—KOSHA — telo znanja
ANANDAMAYA—KOSHA — telo blaženstva

Oni ometaju našu Atmu. Moramo ih slomiti i savladati. Kao zmija koja se presvlači (dok se izvlači iz svoje kože, nalazi se u vrlo neprijatnom položaju: ništa ne vidi, ne može da se pokrene i ne može da jede) i slobodna je tek kad odbaci kožu, i Atma u Sahasrara-Chakri ostavlja za sobom svih ovih pet Kosha i gleda u istinu.

²Četiri Pursharth su:

DHARMA — zadatak
ARTHA — blagostanje
KARMA — dela
MOKSHA — oslobođenje

O pet Tattvi, pet Prana i sedam Dhatu vidi tabele u dodatku.

PITANJA I ODGOVORI

PITANJE: Postoji jedna vrlo poznata knjiga u kojoj se opisuje buđenje Kundalini i jedan slučaj, gde su se pojavile telesne i duhovne teškoće koje su savladane samo izuzetnim trudom. Kako do toga dolazi i može li se izbeći?

Ovaj čovek je intenzivnom meditacijom na Chakre, bez vodstva Učitelja, probudio snage koje zatim nije mogao da savlada. Primer jasno ukazuje na važnost spiritualnog Učitelja, koji je sâm prošao kroz ova iskustva (intelektualno i teoretsko znanje ne može pomoći u ovom slučaju, jer se ovde radi o duhovnim i astralnim principima). To je u svakom slučaju tako, bilo da se radi o Yogi ili o nekom zanatu ili zanimanju bez vodstva i ako se ne uči pravilno u 99% slučajeva se ne uspeva.

Interesantno je ispitati zašto neko, znajući da je uspeh vrlo neizvestan ili čak nemoguć bez Učitelja, ipak hoće da napreduje bez njega. Razlog tome je Ego — u naše vreme ljudima sve teže pada da se predaju i sve više gube onu vrstu ljubavi koja se naziva Bhakti ili predanost. Stoga se mnogi ustručavaju da prihvate Učitelja. S druge strane, oni ipak traže nešto, a to što su zamislili ne nalaze. Zašto čovek ne nađe ono što mu treba? Zato što traži bez ljubavi, traži svojim Egoom, a to ne donosi ispunjenje. Posebno je važno ići spiritualnim putem koji vodi u više ravni izvan zemaljskog života — sa iskusnim Učiteljem i tačno sprovoditi isprobane tehnike. Mi smo ograničeni na materijalnu ravan, a čak ni o njoj ne znamo sve. Kako ćemo onda znati nešto o astralnim ravnima i njihovim uticajima? Jasno je da onaj ko ide bez Učitelja uglavnom ne uspeva.

Ali, netačno je, kako neki veruju, da Kundalini može da pođe pogrešnim kanalom i da se penje pogrešnim pravcem. Ovo mišljenje nastalo je iz zablude da se ovde radi o nekom fizičkom procesu ili postupku. U pitanju je nešto mnogo više i nikako da to dovoljno naglasim — u pitanju je duhovni razvoj, evolucija naše svesti. Ako čovek ipak napreduje bez pravilne tehnike, u moždanom centru može doći do izvesnih smetnji, koje se manifestuju u negativnim nervnim ili telesnim osećanjima. Tako nastaje strah i mi verujemo da je nešto usmereno pogrešnim putem. U svakoj disciplini (na primer, u sportu, kod vožnje automobila, kod zanimanja koja zahtevaju specijalno znanje), može se pogrešnim tehnikama i vežbama naneti šteta telu. Isti je slučaj i ovde. Ponavljam: o Kundalini se, doduše, govori kao o zmiji; međutim, ona se ne nalazi negde u telu odakle se iznenada penje visoko. To je samo fantom slika, koja treba aspirantima da dâ neku shvatljivu predstavu. Stvarnost je sasvim drugačija. Kundalini-Shakti može se probuditi određenim vežbama ili Bhakti-Yogom i svaki čovek ima na svome putu određene teškoće kroz koje mora da prođe. Ali, uglavnom se pogrešno zaključuje da su problemi nastali buđenjem Kundalini-Shakti.

Kundalini-Yoga, dakle, kod pravilnog postupanja — nije opasna. To je buđenje i priprema za prostiranje naše svesti.

Poznato je da postoje četiri stepena naše svesti: nesvesno, podsvesno, svest i nadsvest. Dogod radimo sa „normalnom“ svešću, koja je povezana samo sa ovim planetama, ne možemo napredovati; treba da radimo s najvišim stanjem svesti. Njega, međutim, nije lako postići. Kako možemo da aktiviramo najvišu svest u „svesti dana“? Vrata kojima se otvara najviša svest su Mantra-Shakti; pomoću Bhakti ili predanosti uklanjamo sve prepreke sa našeg spiritualnog puta. Ljudi koji idu ovim putem ne prevazilazeći ego i bez predanosti postupaju kao neko ko na nekoliko mesta započinje kopanje bunara, kao o priči o učeniku koji je došao jednom Učitelju, pošto je pročitao mnogo knjiga i prikupio intelektualno znanje (nema ničeg lošeg u čitanju knjiga, one inspirišu i proširuju znanje, ali nam daju samo teoretske informacije. Mnogo je lakše čitati, pa i pisati knjige, nego svoje znanje realizovati u praksi). Došavši, dakle, Učitelju, učenik primi od njega nekoliko vežbi. Ali, učenik je bio veoma nestrpljiv, a bez strpljenja se ne može ništa postići. Mi znamo šta bismo želeli i šta nam treba, ali to moramo postići bez pohlepe i bez takmičenja i pobeđivanja. I posle dvogodišnjeg vežbanja, Antakarane ovog učenika nisu bile očišćene, a bez toga se me nože napredovati. On je, međutim, zaključio da je Učitelj nesposoban da ga vodi, jer je u knjigama čitao da se pravilnom tehnikom odmah postiže Oslobođenje. Posumnjao je u svoj put i pošao da nađe drugog Učitelja. I kod njega je uskoro na isti način doživeo razočarenje i nastavio da traga dalje. Kada je kod više Učitelja prošao tako, došao je do zaključka da je sve teorija i da u stvarnosti nema ničeg da se doživi i iskusi, da se iakovani Učitelji samo prave važni i da uče o nepostojećim stvarima. Tako se vratio do svog prvog Učitelja i saopštio mu svoje mišljenje. Učitelj je odmah shvatio njegovo razočarenje i zbunjenost i rekao mu: „Mogu ti pokazati put koji će te odvesti do cilja. Potrebna mi je samo jedna nedelja i tada ćeš spoznati stvarnost.“ Učenik je mislio: „Posle toliko godina i pokušaja mogu da žrtvujem još jednu nedelju.“ Učitelj je postavio uslov da učenik cele nedelje radi sve što Učitelj zatraži. Sledećeg dana naredi mu da kopa bunar za Ashram i učenik počne da kopa. Sledećeg dana Učitelj mu reče: „Na žalost, mesto na kojem kopaš je vrlo nepovoljno. Voda je tu suviše duboko. Bolje kopaj na nekom drugom mestu.“ Učenik je ceo dan vredno kopao na drugom mestu, ali mu sutradan Učitelj ponovo reče: „Noćas sam u meditaciji video da se na tom mestu isprečila podzemna stena kroz koju nećeš moći prodrati, pa bolje kopaj na nekom drugom mestu.“ I on pokaza učeniku novo mesto gde je ovaj kopao celog sledećeg dana. Sada je Učitelj u meditaciji video da tu, doduše, ima dosta vode, ali da je slana i neupotrebljiva i opet je otpočelo kopanje na novom mestu. Posle sedam dana premeštanja i svakodnevnog počinjanja učenik ljutito reče Učitelju: „Sad je dosta! Zašto nisi prvo razmislio i odmah mi na početku tačno rekao

gde treba da kopam? Prošla je nedelja, ja sam potpuno iscrpen, a do vode nismo došli. Sav posao je bio uzaludan.“ Na to mu Učitelj odgovori: „To je slika tvoga puta. Toliko si godina trčao amo-tamo i probao sve moguće, a nisi postigao ništa. Da si se koncentrisao na jednu tehniku, sigurno bi nešto saznao, probudio ili postigao.“

Važno je ostati na jednom putu kada se jednom za njega odlučimo. Onaj ko stalno traži promenu, naći će uvek na nezadovoljstvo. Važno je sačuvati osećaje i veru, jer ako se promene osećanja, menja se celokupna astralna ravan i sve što se izgradilo, opet se uništava. Donekle se intelektom može ostati u ubedenju da su tehnika i teorija pravilne i da mi treba da ih razumemo, ali astralna ravan je svakom promenom osećanja ozbiljno uskomešana i ponekad je potrebno i nekoliko godina da se ponovo dovede u red. To se ne odnosi samo na Yogu, nego važi isto tako i za brak, poziv, prijateljstvo, studije. . . U stvari, nestrpljenje i nezadovoljstvo su u nama, a promenom spoljašnje situacije ne može se ništa postići do ponavljanja ranijih iskustava. Najvažnije su unutrašnja sigurnost i odlučnost na putu. Čitanje mnogih knjiga, dugotrajne molitve i meditacije — sve postaje besmisleno, ako se posle nekoliko godina sve izmeni. Moj Guru piše u jednoj pesmi: „O, moja braćo, ovaj um je vrlo tupoglav. Pokušavam uvek iznova da mu objasnim, ali on ništa ne razume. Yogiji često dugogodišnjim trudom, meditacijom, Bhajanima i Japom uređuju jedan vrt, a ovaj um, kao majmun, u nekoliko sekundi uništi čitav vrt.“ Vrt označava naše dobre osobine i naš razvoj na duhovnom putu. Pomoću Mantri i vežbi stvaramo divan vrt sa cvećem i plodovima, a onda se iznenada ustalasa naš intelekt i nekoliko misli začas razori sve što smo izgradili i mi se vraćamo na početak. Zbog toga je veoma važno da neprestano imamo pravilan odnos i čvrstu odlučnost.

Moguće je i iz kamena stvoriti božanski lik: postavite pred sebe kamen kao simbol vašeg Učitelja i Boga. Koncentrišite se, meditirajte na njega i unesite svu svoju Bhakti i ljubav u ovaj kamen. Iako on nije ni Bog, ni Učitelj, kroz njega će vam se javiti božanska snaga. Krishna je govorio Ajruni: „Nije od važnosti koje božanstvo neko izabere za svoje poštovanje. Samo ako ima vere, učiniću je čvrstom kao stena i, opremljen njome, dobiće sve za šta moli. Ali, u stvari, ja sam jedini davalac.“ (Bhagavad Gita, poglavlje 7, stih 21-22). Ali, dok nema predanosti i čvrste odlučnosti, nema ni uspeha.

PITANJE: Da li znanje o Chakrama dolazi iz meditacije?

Da. Kao što sam već rekao u svojim prvim predavanjima, kada sam govorio o početku stvaranja i o Shivi koji je stvorio slova i jezik, sve se ovo događa kroz meditaciju i u njoj se istražuje. Sve što ovde objašnjavam ne može se objasniti ni istražiti pomoću medicine i nauke.

PITANJE: Kakva je razlika između meditacije i hipnoze?

Između meditacije i hipnoze je razlika do neba. Samohipnoza ili autosugestija, kod koje se uvek ponavlja: dobro sam, osećam se divno, osećam unutrašnju radost i harmoniju, i slično, samo je samolaž, samo je uteha, kao kad kažete detetu da će majka uskoro doći iako to nije tačno, ali dete je zadovoljno i prestaje da plače. Ne bih hteo ovde da kritikujem medicinu, samo hoću da kažem istinu: hipnoza, doduše, pomaže psihički bolesnim ljudima za izvesno vreme, ali ih ne može izlečiti. Ozdravljenje dolazi samo kroz spoznaju stvarnosti. Hipnoza samo potiskuje u zaborav muke, strahove i probleme i oni će se kad-tad vratiti, možda još žešće nego pre. Sugestija i hipnoza pružaju samo utehu, a u stvari su samoobmana i samozavaravanje. Za čoveka je najvažnije Atma-Chintan, znanje „Ko sam ja“. Na prvi pogled se čini da ima sličnosti, ali je razlika ogromna — kao između ljubavi i pohote, kao između ega i samopoštovanja.

Shankalp-Shakti je spiritualna snaga, a hipnoza i autosugestija takođe su povezane sa voljom. Ali, to je ipak sasvim nešto drugo. I tehnike su slične Yogi, ali se pritom radi samo o imitaciji, poput plastičnog cveća. Pomoću Yoga-Nidre može se realizovati spiritualna snaga. Pomoću hipnoze mogu se, doduše, ispuniti želje (konačno, svaka se misao jednom realizuje), ali se njom ne postiže Samorealizacija ili Moskha. Hipnoza samo olakšava život menjanjem stava i predstava o stvarima — problemi se zaboravljaju, ali se ne savladaju.

PITANJE: Da li je u hipnozi isključena svest?

Ne, nije isključena, ali volja hipnotizera dominira nad hipnotisanim i time ga čini zavisnim. Realizuje se samo volja hipnotizera, a medij je bez volje. Njegova individualnost je osakaćena. U Yoga-Nidri i u meditaciji vlastita volja ostaje slobodna.

PITANJE: Kada umremo, da li možemo određenim mislima ili molitvama dospeti u više ravni ili to tada više nije moguće?

Jedna od najvažnijih stvari je šta egzistira u našoj svesti u trenucima umiranja. Chetana će se okrenuti u onom pravcu u kojem je naša svest u tom momentu usmerena. Time je možemo voditi određenim smerom i popraviti svoju sudbinu u narednom životu (svojoj Karmi time ipak ne možemo umaći, dug se mora namiriti).

Da li smo u času umiranja sposobni da svesno upravljamo svojim mislima zavisi od naše Karme. Mnogi ljudi se zbune i ničega se ne sećaju, pošto mozak više ne funkcioniše ispravno. Postoji izvanredna pesma Krishni:

*O, Gospode, o Krishna!
Govinda, Damoder, Madhaveti,
neka Tvoje božansko ime uvek bude na mojim usnama
i u mom sećanju.*

Neka moja duša peva Tvoje ime i danju i noću.

Upućujem Ti ovu molbu:

u času kad budem napuštao ovaj svet

neka se Tvoj lik javi preda mnom.

O, Gospode, o Krishna,

sviraj na svojoj flauti svoje najlepše Rage

i taj zvuk neka sjedini moju dušu sa Tvojim božanstvom.

U svom smrtnom času napustiću ovaj svet,

pevajući Tvoje ime.

U Ramayani je zapisano: KALI YUGA KEVALAM NAM ADHARA — u Kaliyugi jedina nada leži u božjem imenu, u Mantri; oni su suština istine.

Svojim mislima, dakle, možemo na kraju života uticati na svoj put. Onako kako mislimo, upravljajući se i našom svešću i našom dušom. Većinu ljudi, međutim, u trenutku umiranja hvata strah i briga za sebe ili za imovinu, novac, porodicu, decu, partnere. . . i tako Jivatma opet dospeva u Mayu. Takve misli ništa ne pomažu. Na ovaj svet smo došli praznih ruku i tako ćemo ga i napustiti. Ne možemo ništa poneti, samo svoju Karmu. Dakle, veoma je važno kakvu sliku vidimo, koje reči čujemo i šta mislimo za vreme umiranja. U Indiji postoje posebni tekstovi koji se čitaju samrtniku — GRABHA GITA I VYGJAN DEEP GITA Mahaprabhu-đija, a na Zapadu se često čita Biblija.

U jednoj pesmi se kaže: „Ova Jivatma nema snage da misli na Boga. Njena Karma joj udara šamar, tako da se njeno lice ponovo okreće Mayi.“ Stoga je u čitavom životu važna Bhakti prema Bogu, tako da se u samrtnom času možemo predati u njegove ruke. Prošlost je prošla, moramo ići u budućnost, a ona treba da bude svetla i jasna. Ne dozvolite da vas zadrži paukova mreža Maye. Treba se okrenuti spiritualnim stvarima bar u starosti. Zato je tako važan peti stepen Mantre, Ajapa. Niko ne zna kada, gde i kako će umreti i Mantra treba da

bude tako duboko usidrena da se odvija automatski, bez obzira na stanje naše svesti. Mantra se ne mora bezuslovno glasno izgovarati, ali u nama treba uvek da postoji njen zvuk, da vibrira u svakoj ćeliji.

U Sanskritu postoji Mantra AHAM BRAHMASMI — Ja sam Brahma. Ostale Mantre glase: PRAJANAM BRAHMA (Znanje je Brahma), TAT TVAM ASI (Ti si Brahma), AYAM ATMA BRAHMA (Ova Atma je Brahma), BRAHMA SATYA JAGAT MITHYA (Brahma je istina; svet je iluzija).

Sufi Mansur Dass imao je takvu jednu Mantru: ANAL—HAK — Ja sam Bog. U Islamu to je, pak, kao i u Hrišćanstvu, huljenje Boga. (U ovim religijama čovek se uvek smatra krivim i grešnim, što je, međutim, pogrešno. Ti nisi grešan; možda si počinio greh, ali Atma je u tome nedužna, jer ona je suština božanskog, deo Boga. Optužiti Atmu, značilo bi optužiti Boga.). Sveštenici su zapretili Sufiju smrću kada nije hteo da prestane da izgovara ove reči, ali on je uvek iznova ponavljao: ANALHAK, ANALHAK. Zato su mu, kao Isusu, stavili na glavu krunu od trnja i izboji ga strelama. Ali, iz svake kapi njegove krvi odjeknu: ANALHAK, ANALHAK. I kada je bio mrtav i dalje se čuo zvuk Mantre. Stoga sveštenici odlučili su da ga spale, iako je to bilo protivno njihovim običajima. Ali, i iz vatre i iz pepela Mansur Dassa i dalje se čulo: ANALHAK, ANALHAK. Tada svi shvatiše kakvu su nepravdu učinili i pokioniše se pred ovim glasom, a on onda konačno iščeze. Mantra ne treba da dolazi samo sa usana, nego da vibrira u krvi. Kada smo postigli Ajapa-stepen, Mantra živi u nama i ne treba više da se plašimo. Sigurno je da će naša Atma ići putem kojim je vodi Mantra, u više duhovne ravni.

PITANJE: U čemu je razlika između egoa i samopoštovanja, ili između ljubavi i vezanosti? Kako se mogu razlikovati?

Ego je bolestan odnos prema sebi — samopoštovanje zdrav, kreativan. Ego čini čoveka nemirnim, napetim — samopoštovanje mu donosi spokojstvo, unutrašnju snagu. Ego teži da uzima — samopoštovanje da daje.

Ove stvari su vrlo blizu jedna drugoj. Svakog čoveka pogodi neki gubitak, tužan je kad mu umre rođak ili prijatelj i oseća to kao teško razdvajanje. Neko, međutim, samo pati, a drugi će pokušati da razume. Postoji priča o seljaku koji ima ženu i dete. Jednog dana, kao i svakog drugog, ode on na rad u polje, i kada je u podne legao da se odmori, zaspao je i sanjao kako je umro i ponovo se rodio u nekom gradu, gde se i oženio i dobio decu i vrlo je srećan i zadovoljan u svom „životu iz sna“. Iznenada dolazi njegov sluga, budi ga i san je prošao. Ali, on može svega tačno da se seti: lica svoje žene i dece, svoje kuće i svog sopstvenog izgleda. On odlazi sa slugom kući, gde ga dočekuju veliki plač i jauci — jedino njegovo dete je iznenada umrlo. Seljak je pomislio: „Da li treba da

plaćem sa ostalima? Sigurno — izgubio sam svoga sina. Ali, za kojom decom treba sada da tugujem? Maločas sam izgubio i drugu porodicu i svoje čitavo imanje. Zapravo bih morao i to da oplakujem.“

Tako je i nama teško da razumemo u kojim smo odnosima sa drugima i u kakvom smo obliku i intenzitetu s njima povezani. Umreti i sâm od tuge za nekim nema smisla. Nepobitan je zakon da onaj ko je došao mora i otići. A mi verujemo da nam nešto pripada i nećemo to da izgubimo. Dugogodišnja patnja, depresije i tuga svedoče o takvom pogrešnom stavu.

I životinje osećaju gubitak veoma bolno. Kod nekih vrsta ptica koje žive u paru, jedna nadživi drugu samo kratko vreme. Ona odbija hranu i ubrzo umire. I za delfine kažu da su izrazito verni i da se snažno vezuju. Ta su osećanja jednostavno prirodna ljudima i životinjama. Naravno, najviše vezanosti osećamo za vlastitu porodicu i rodbinu i to je ispravno. Treba da volimo rođake i da činimo sve da budu srećni, ali ne treba da tugujemo i plaćemo kada umru. Svi jednoga dana moramo sve napustiti. To je osnovna misao učenja Yoge. I kada umremo sve moramo ostaviti iza sebe. U astralnim ravnima Jastvo je još uvek vrlo vezano za astralno telo, postoje pamćenje i osećanja, ali mi u ovim ravni znamo šta može da bude stvarnost i uvidamo svoje greške i zablude. Često je veza sa zemljom još tako jaka da intenzivno trpimo. U Sanskritu se ova ravan naziva PITR—LOKA, svet predaka. (Ima mnogo različitih Loka: PITR—LOKA, RAKSHA—LOKA, DEVA—LOKA, GANHARVA—LOKA, BRAHMA—LOKA, VISHNU—LOKA, RUDRA—LOKA i druge. Ukupno postoji sedam donjih ravni i sedam gornjih ravni, a zemlja je u sredini. Vidi i tabelu pregleda Loka u dodatku).

PITR—LOKA se može uporediti sa hrišćanskim čistilištem. Tamo se nalaze oni koji još nisu oslobođeni i pate od prejake vezanosti i zavisnosti, i oni koji su nasilno izgubili život ili počinili samoubistvo. Umrli često pokušavaju da se sa svojim astralnim telom vrate na zemlju i da budu uočljivi, da daju neki znak svoje prisutnosti. Ponekad od bola postaju zli i pokušavaju da naškode ljudima. Neki, pak, požele da pomognu i zaštite ljude. U celom svetu postoji dan sećanja na umrle, dan mrtvih. I u Indiji se u novembru slavi jedan takav dan i tom prilikom se održava ceremonija vatre, prinose se žrtve i pevaju određene Mantre. U Bodhgayi, državi Bihar, na mestu gde je Buddha postigao prosvetljenje, ljudi hodočaste da bi oslobodili svoje pretke i to nije praznoverje, već ima pravi smisao.

Patnja zbog koje je neko došao u Pitr-Loku vuče ga nazad na zemlju sve dok on ponovo ne nađe neki lik u kojem može da realizuje svoj život. Ponekad neko pokuša da se vrati u svoje staro telo. Iako je ono možda već pokopano, Jivatma se nada da će uspeti da se vrati u njega dok se nije sasvim raspalo. Tek onda kreće na put u druge ravni. Poslovice

kaže: „Nada je putnički štap od kolenke do groba.“ Svi ljudi se nećem nadaju i tako ona egzistira i u astralnom svetu. Zato Indusi pale leš, da što pre oslobode Jivatmu nade da će se vratiti.

Stoga ne treba suviše da tugujemo za umrlim. Prirodno je da smo tužni, ali prejakom patnjom vučemo Jivatmu nazad. Treba da uputimo duši naše dobre želje i molimo se za njen mir i oslobođenje, jer mir za dušu znači da nalazi svoju slobodu u kosmosu ili da u nekom novom telu može da počne sledeći život, jer život se ne završava kad umre telo. Treba da se molimo za umrlog, ili — kako je običaj u Indiji — držimo Sat-sang, gde se pevaju svete pesme a mi mislimo na umrle. Umrlom možemo pomoći još na jedan način. To znači da mu ono što za njega žrtvujemo koristi tamo gde se nalazi. Možda to izgleda kao praznoverje, ali često se u takvim običajima i mišljenjima nalazi prava suština. Kaže se, takođe, da dobra dela koja činimo u ime umrlih deluju na njihovu Atmu. Uobičajeno je da se hrane ptice, ribe ili divljač, koji inače dobijaju premalo hrane. Neki novcem plaćaju Brahminima i sveštenicima da se određeno vreme mole za umrle i izgovaraju Mantre. U sećanje na oca, majku, suprugu ili dete, često su građeni hramovi ili crkve.

Na groblju svi plaču i tuguju, a onda odlaze u kafanu i sve zaboravljaju. I to je jedna vrsta Vairagye (odvezanosti). Postoje dve vrste Vairagye: SAMSAN—VAIRAGYA i prava Vairagya. Prva traje samo dok stojimo pored otvorenog groba, a prava Vairagya nikada ne prestaje. Na pogrebu svako misli: „Šta je smisao života? Jednoga dana i ja ću tu ležati i sve će proći.“ Svako će jednoga dana umreti i niko ne zna kada, gde i kako će ovo telo dospeti u zemlju i čovek postati nesposoban da pokrene i mali prst. Takve misli zaokupljaju ljude na pogrebu i to je, takođe, jedna vrsta Vairagye. Moj Guru kaže u jednoj pesmi: KYA SARA HAI SAMSARA KA? YAHA NITYA GUNANA CAHYE — „Šta je suština ovog života, šta je suština ovog sveta — o tome razmišljaj svakog dana.“ Jednoga dana moramo otići, došli smo na svet praznih ruku i tako ćemo ga i napustiti. Kabirdas kaže: „Kada sam se rodio svi su smejali i radovali, a ja sam plakao, jer znam šta znači boriti se u ovoj Mayi i Samsari. Ja ću ipak izvršiti takva dela da ću otići sa radošću, a ljudi će plakati.“ Učini nešto pametno u svom životu, ne samo za sebe, nego za sve.

I materijalni gubici pogađaju svakoga od nas. Seljak koji je sa celom porodicom teško radio na polju, biće sigurno veoma pogođen ako mu polje izgori pred žetvu i sav njegov trud bude uzaludan. Ali, bilo bi besmisleno večito za tim žaliti. I dogodne će biti žetva i tada će se bolje paziti da neko iz nepažnje ne zapali žito. Izgubiti materijalnu imovinu sasvim je prirodno. Svako će je jednog dana izgubiti. Koliko je ljudi, na primer, posedovalo ovu zemlju i ovu kuću, u kojoj sada sedimo, i možda se čak za nju borilo? Oni su svi pomrli, a zemlja je još uvek tu, ona ne pripada nikome.

„Možeš posedovati rudnike zlata i dijamanta — ako ne poseduješ Santoshu (unutrašnje zadovoljstvo), sve ti to ne koristi. Ali, ako je Santosh tu, i najveći dijamant je za tebe samo običan kamen — možeš ga baciti.“

Za onoga ko je izgubio razum, zlato i drago kamenje predstavljaju samo svetlucavo staklo. On je nevin kao dete i nema pojma o vrednosti stvari. Naš intelekt je taj koji stvarima daje vrednost. Uvek želimo da postignemo neku poziciju, da imamo novca i imovinu. Ali, jednoga dana sve ćemo napustiti. Zato Yogiji kažu: „Zašto se kitiš spolja? Jenoga dana telo će umreti. Bolje razmišljaj o tome šta je smisao i svrha tvog života.“

Kada smo zatvoreni u Mayu, zavisni smo i osećamo ljubomoru i mržnju, škodimo i sebi i drugima. Ljubomora je svojstvena psihički nezrelim osobama i može dovesti do duševnih oboljenja. Onaj ko je shvatio da su zemaljski odnosi prolazni, nije ljubomorani. Ako je neka veza prava, ona će uvek postojati i za nju ne treba da brinemo. Ovaj život je samo kratak san i posle njega se budimo u jednom drugom snu. Shankaracharya kaže: „Ti ne znaš koliko si roditelja imao u svim svojim ranijim životima. Majku i oca ima svako živo biće, ali Gurua i Atma-Jnanu (spoznaju Jastva) možeš dobiti samo u ljudskom životu. Spoznaj dakle život i konačno se probudi!“ Budenje ovde znači: Razmišljaj i radi za sebe nešto suštinsko.

Na ovom svetu ćemo uvek doživljavati gubitke. Nema nikakvog trajnog dobitka, jer ništa i nikoga ne možemo čvrsto zadržati. Naravno, naša je dužnost da ljubimo bližnjeg, da prema svima budemo pažljivi i radimo najbolje što možemo da bismo pomogli drugima. Mi ne živimo samo za sebe nego i za druge, ali ne smemo osećati vezanost, jer jednoga dana moramo otići i rasti se od svega, sem od jednog: naše Karme.

Ako nešto preduzmemo u životu, treba da razmislimo o trima stvarima. Najpre moramo spoznati polaznu tačku i prihvatiti je takvu kakva je. Pred nama je cilj koji mora da nam bude jasan, a između početka i cilja je put. Oni koji su se čvrsto odlučili za svoj cilj, ne gledaju, međutim, put pred sobom. Za njih su važne samo dve stvari: sadašnjost i budućnost — cilj. Pomoću odlučnosti usmerene ka cilju i koncentracije, možete savladati sve prepreke na putu i konačno postići ono ka čemu ste krenuli. Važno je da je cilj jasan, ali to ne znači i da je već realizovan. To bi bila velika zabluda. Većina ljudi kaže: „Moj cilj je jasan, i našao sam svoga Učitelja. Time je sve rešeno.“ Ali nije. Tek kad smo svesno postigli svoj cilj, doživljavamo realizaciju i uočavamo da više nismo isti kao na početku. Sazreli smo kroz mnoga iskustva koja smo doživeli na putu. Ali, promenio se i naš cilj — postao je mnogo lepši nego što smo ga zamišljali. Kada pevač uvežbava pesmu, on ima tačnu predstavu kako ona kasnije treba da zvuči. Radeći dugo na njoj, on postiže da pesma na kraju zazvuči još mnogo lepše. Možda sam i nije toga svestan, ali slušaoci se dive njegovoj umetnosti. Slično je i kod slikara. Često je dovoljno da u sekundi sine vizija, ideja za divnu sliku; proces realizacije je, međutim, dug, mukotrpan i pun teškoća. Ali to pripada svakom putu. Savladajući probleme, jedni rastu na teškoćama i postaju jaki, drugi opet iz slabosti odustaju. Mnoge prepreke javljaju se na putu pojedinca, mnoge smo već savladali, ali još ih mnogo više leži pred nama. Samo onaj ko je čvrst kao stena, koga ne može da uzdrma i odvrati ni olujni vetar, postići će svoj cilj. Na početku niko ne zna da li će postići cilj, ali ako čvrsto korača i nepokolebljivo ga se drži, uspeće.

I ja sam dosad prebrodilo mnoge teškoće i znam da ih u ovom životu moram savladati još mnogo. Ja, međutim, ne treba više da realizujem, ali vi još morate da radite. Svako od nas ima drugi cilj, ja sam svoj odavno realizovao. Posle toga sam dobio zadatak koji je istovremeno postao moj cilj, kao student koji je završio studije, a onda se zaposlio i još dugo mora da radi do penzije. I ja sam preuzeo zadatak koji pokušavam da realizujem svim svojim snagama i svom svojom dušom. Normalnim ljudskim razumom ovo je teško shvatiti: malo seme položeno u zemlju izrasta u veliko snažno drvo puno plodova; običan čovek ne može to sebi da predstavi; ali onaj ko je seme posadio, znao je šta će se dogoditi. Tako i mi ne možemo da shvatimo svoje unutrašnje stanje, jer se ono često nalazi u zastrašujućem neredu. U ljudskom životu postoji šest opasnosti: mladost, lepota, intelekt, novac, predrasuda i položaj — kroz njih ego lako raste i jača. Akademici često sa visine gledaju na one koji nisu studirali. Treba da se čuvamo toga. Ako smo mladi, jaki ili lepi, treba da zahvalimo Bogu. Mislite uvek na to da sa prava lepota nalazi u vašem unutrašnjem Jastvu. Telo je, međutim, prolazno — jednog dana lepo i zdravo, sledećeg slabo i bolesno. Treba da se radujemo što nam je

Bog omogućio da poskrbimo sebe i porodicu, što nam je poklonio sposobnosti i talente koji su nam omogućili da postignemo svoj položaj. Ne treba da odbijemo sve ove stvari, ali treba da ih prihvatimo bez oholosti i sa zahvalnošću.

Oni koji paze samo na spoljašnost i po njoj procenjuju druge, su kao Chamras ili Sudre, kako su nekada nazivali pripadnike najniže kaste u Indiji. Ljude nikada ne smemo deliti na klase, jer su svi ljudi jednako vredni (Hvala Bogu, ova misao se probila i u Indiji). Između ostalog, zadatak Sudri je bio da deru mrtve životinje. A Rishi Astawakara kaže: „Nisu Sudre oni koji obavljaju takve poslove, nego oni koji gledaju samo na spoljašnost, jer oni poznaju samo 'kožu' i ništa ne znaju o suštini, o unutrašnjem Jastvu i o Atmi. Dogod čovek ne zavoli tvoje unutrašnje Jastvo, to nije prava ljubav. Ako voli samo tvoju spoljašnju lepotu, divi se tvom nakitu, odeći i načinu šminkanja, to nema nikakve veze sa ljubavlju. Prava ljubav voli unutrašnju lepotu. Lepota duše je nešto naj-lepše što čovek može da poseduje.“

Svako od nas mora da savlada pomenutih šest opasnosti, tako što neće dozvoliti da raste njegov ego. Dajmo Bogu sve i on će nama dati ono što nam je potrebno, jer on zna šta je za nas najbolje. Stoga je za nas važno da najpre spoznamo cilj i zatim da odlučno radimo na njemu. Jednoga dana završićete se put i počete beskonačnost. Dotle moramo savladati sve prepreke. Tek kada smo postigli svoj cilj, možemo da procenimo kakav je bio put i da spoznamo kako je sve postalo lepše. Teškoće i prepreke na putu više nemaju nikakav značaj, do te mere smo razvili svoje snage i unutrašnju volju da nam se problemi čine tek kao ujedni komarca. Sada nam se oni čine velikim i teškim i pritiskaju nas kao slon na ramenu. Ali, jednoga dana bićemo toliko jaki da ćemo istog tog slona moći da provučemo kroz ušicu igle. Mahaprabhu-đi je rekao: „To je umešnost: provući slona kroz iglene uši.“

A TO JE VAŠ ZADATAK!

ZLATNO UČENJE BHAGVAN SRI DIP NARAYAN MAHAPRABHU-đija

Ovde su neke Mahaprabhu-đijeve misli koje je on spontano izražavao u Ashramu, u palatama i selima svoje domovine, niz načela prema kojima možemo voditi svoj život i uzdizati se.



Moral je nosilac religije. Biti religiozan znači razviti osećaj za etiku, negovati humanost u najboljem smislu reči.

Šta god želiš da učiniš, učini sa čvrstom voljom i uspeh ti je siguran.

Šta god odlučiš da uradiš, uradi sada. Ne čekaj do sutra. Nisu svi trenuci jednaki.

Lenjost je čovekov neprijatelj. Lenja osoba nikada neće dostići svoje ciljeve. Zato napusti svoju lenjost.

Bilo šta da radiš i bilo gde da se nalaziš, usredsredi se na dobre stvari. Nikad ne misli na loše stvari i ne čini ih.

Ne ostavljaj ono što si započeo; uvek će biti prepreka na putu dobrih akcija. Zapamti da ruže imaju trnje i otkloni prepreke da bi mogao ići napred prema svom cilju.

Ne čini sebe zavisnim od bilo čije pomoći. Pokušaj da se pouzdaš u samog sebe i budeš nezavisan. Imaj poverenja u svoje sopstvene sposobnosti i veruj da će ti Bog biti podrška.

Budi hrabar i nikad ne gubi svoju hrabrost.

Spoljašnja čistoća je dobra i važna, ali se neki ljudi usredsređuju samo na nju, ne obraćajući pažnju na svoju unutrašnju čistoću. Unutrašnja čistoća će pročistiti um od njegovih loših želja.

Budi istinoljubiv. Istina je uvek krajnji pobednik.

Budi plemenit. Ako neko zatraži tvoju pomoć, pruži mu je sa ljubavlju. Na taj način pomažeš i sebi.

Ne dozvoli svom egu da te uvuče u lažni ponos. Sve što misliš da ti pripada u tvojim je rukama samo za kratki trenutak. Uvek će na svetu biti mnogo ljudi koji su bolji od tebe i zato ne misli o svojoj sopstvenoj veličini. Budi uvek spreman da razvijaš svoju spiritualnost.

Poštenje je uvek najbolje i njime čovek ništa ne gubi. Nepoštene osobe će se uvek spoticati i na kraju će pasti.

Drugi mogu da te hvale, ali ti nikad ne hvali samog sebe. Suoči se sa teškoćama pošteno i hrabro i tada one neće uticati na tebe. Duhovi progone one koji ih se plaše. Ali duh, kao senka, ne može mnogo uplašiti one koji su bez straha. Suoči se sa sopstvenim strahom i odagnaj ga od sebe.

Znaj da su svi ljudi jednaki i čini dobro za sve. Ako ne pomažeš svojim bližnjima, u čemu je vrednost života?

Nije svrha života da se provede u besposlici i zadovoljstvu. Ti živiš da bi tražio najviše znanje, da bi služio čovečanstvu i svim živim bićima.

Ne trači dragoceno vreme. Svaki sekund je važan i vreme koje je prošlo nikad se neće vratiti. Koristi svoje vreme čineći dobro.

Pokušaj da od svakoga nešto naučiš. Svako ima mane i pravi greške; ne brini zbog toga, nego radije traži suštinu osobe i pokušaj da otkriješ njene vrline. I praštaj — (seti se Isusa na krstu, koji je molio Boga da oprostí onima koji su ga pogubili jer nisu razumeli šta čine). Jedino je Bog savršen.

Ne skupljaj loše navike jer je veoma teško odvići se od njih, a one uništavaju život. Čovek u detinjstvu može steći dobre navike, koje će mu biti korisne celog života. Čuvaj se duvana, alkohola i droga.

Slušaj svoje roditelje i svog Učitelja. Voli svoje sestre i braću i živi sa njima u harmoniji.

Održavaj svoja obećanja i poštuju svoje principe.

Ne govori stvari zbog kojih ćeš kasnije zažaliti. Nemoj govoriti jedno, a raditi drugo.

Budi obazriv prema ljudima koje ne poznaješ dobro. Budi pažljiv u poklanjanju svog poverenja, da ne bi kasnije bio nepotrebno razočaran i lišen iluzija.

Novac koji dobiješ možeš potrošiti, sačuvati ili pokloniti, ali nema potrebe stalno zgrtati bogatstvo. Najbolje što možeš učiniti sa novcem je da ga daš u dobrotvorne svrhe.

Pozajmljivanje novca prijatelju dovodi prijateljstvo u opasnost jer može rezultirati ljutnjom, ako dug nije vraćen na vreme.

Ne uči samo da primaš, nego i da daješ.

Popravi svoje vlastito ponašanje pre nego što se prihvatiš pridikovanja drugima. Ne ponašaj se lažno i nepošteno; ne pravi sebi neprijatelje zbog svog lošeg ponašanja.

Ne izazivaj svade. Izbegavaj loše društvo. Nemoj stalno sažaljevati druge. Ne širi tračeve. Ne kritikuj svoje roditelje i svog Učitelja. Ne govori drugima teške reči.

Ne trači svoj život tražeći uzbuđenja. Kao što slon može biti zaluden papirnim slonom i namamljen u zamku, tako muškarac i žena mogu zaboraviti sve drugo i biti uhvaćeni u zamku svojih strasti, gubeći sposobnost da se usredsrede na bilo šta drugo.

Svemirom upravljaju određeni prirodni zakoni koje možeš ignorisati samo na svoju sopstvenu štetu. Ako staviš ruku u vatru, na primer, moraš očekivati da ćeš se ispeći. Ne idi protiv prirode, jer ćeš snositi posledice.

Koliko god je to moguće, svaka osoba bi trebalo da pokuša da probudi dobre misli u drugima, da bi svi mogli da rade zajedno na unapređenju dobrobiti društva i čovečanstva.

Proučavaj svete spise i biografije svetaca i velikih ljudi. Uči od njih i primenjuj u svom životu to što si naučio, da bi popravio i usavršio sebe. Od tebe zavisi da li ti je život udoban ili neprijatno zakomplikovan.

Postoje oni koji govore veličajući Boga i slobodu, ali ako su još uvek zavisni od neznanja, njihov govor nije mudrost nego znak gluposti.

Ako se odrekneš sveta a ne pročistiš sebe i ne činiš dobro, u čemu je onda svrha odricanja?

Nikada ne idi ne mesto gde nisi dobrodošao.

Uvek je moguće postići napredak; koristi svoje bogatstvo da bi činio dobro. zarađuj svoj novac sopstvenim rukama; radi da bi zaradio svoj sopstveni hleb. Budi prema svima ljubazan i tvoje dobro ime će se proćuti.

Ustani pre izlaska sunca. Peri se svakog dana i nosi čisto odelo. Jedi umereno.

Uči da ograničavaš svoju glad i žeđ da ne budeš njihov rob. (Jedemo da bismo živeli, a ne živimo da bismo jeli!) Uči da kontrolišes svoje želje.

Drži se celibata dok ne ustanoviš svoju budućnost, dok ne završiš svoje studije i školovanje i tada živi porodičnim životom. Budi veran svojoj supruzi ili suprugu i ne žudi za drugim ženama ili muškarcima.

Ne dovodi sebe u situacije u kojima ćeš doći u iskušenje da budeš neveran.

Voli sva bića i budi ljubazan prema svima. Čini drugima i oni će činiti tebi. Primićeš nazad sve što daš.

Znanje nema granica. Vreme prolazi, naše iskustvo je ograničeno, naš život je kratak i ne možemo uvek proreći rezultate svojih akcija. Prošlost je prošlost; sadašnjost je ovde, a budućnost će uskoro biti sadašnjost. Zato, braćo i sestre, ustanite i vršite svoju dužnost!



Tabela 1

PREGLED SEDAM CHAKRI

Chakre	Mantre	Tattve	Boja	Žlezda	Plexus	Ukus	Metali	Plemeniti kamen	Minerali	Gornje ravni	Donje ravni
Sahas-rara	OM	Adi	bez boje	Pinus	Cerebrum	bez ukusa	zlato	dijamant	fluor	Satya-Loka	Atal
Ajna	OM	Anu-pada	bela	Hipo-fiza	Medula	sladak	srebro	opal	hlor	Tapah-Loka	Vital
Vishud-dhi	HAM	Akasha	ljubi-časta	štitna žlezda	Carotis	kiseo	živa	gorski kristal	silicium	Janaha-Loka	Sutal
Anahata	YAM	Vayu	svetlo plava	Thymus	Cardial	opor	bakar	safir	kaliun	Maha-Loka	Rasatal
Manipura	RAM	Tejas	žuta	pankreas	Solar	ljut	gvožđe	rubin	sumpor	Svar-Loka	Tatatal
Svadhish-thana	VAM	Jal	naran-džasta	nadbu-brežna	Hypoga-stric	slan	kalaj	beryll	natrium	Bhuvar-Loka	Mahatal
Muladh-hara	LAM	Prattvi	crvena	semena žlezda	Sacral	gorak	olovo	oniks	kalcium	Bhur-Loka	Patal

Tabela 2

TATTVE ZA FIZIČKO TELO

5 BHOUT 5 elemenata	AKASH etar		VAYU vazduh	TEJAS vatra	JAL voda	PRATTVI zemlja
AKASH etar	BHAYA strah	SHIRAKASH glava	PRASHARN prostitrati	NIDRA spavanje	LAR pijuvačka	ROM kosa
VAYU vazduh	MOHA prijanjanje	KANTHAKASH grlo	DHAVAL širiti	TRSHA žed	SVEDH znoj	TVACHA koža
TEJAS vatra	SUKH tuga	HIRDAYAKSH srce	UTRAKAMAN goreti	KSHUDHA glad	RAKTA krv	NADI nervi
JAL voda	KRODHA ljutnja	UDHARAKASH stomak, želudac	CHALAN kretati	KRANTI umor	VIRIYA hormoni	MANS meso
PRITHVI zemlja	KAMA strast	KATYAKASH utroba	SANKOCHAN skupijati, stezati	ALASHYA lenjost	MUTRA urin	ASTI kosti

Tabela 3

TATTVE ZA ASTRALNO TELO

		SATTVIK	RAJASIK		TAMASIK
5 BHOUT 5 elemenata	AKASHA etar dela i učinci	VAYU vazduh Prana	TEJAS vatra Jnana- Indriye	JAL voda Karma Indriye	PRATTVI zemlja činjenice
AKASHA etar	POREKLO 1. kretanje princip Vishnu	VYAN u svakom delu tela pomaže ra- du, pokretu, savijanju zglobova	SHROTA uši princip pravac siušanje	VACHA usta princip Agni govor	SHADBA zvuk
VAYU vazduh	SHANKALP/ VIKALP razmišljanje i odlučivanje princip mesec	SAMAN u pupku pomaže kod raspodele hrane u telu	TYCHA koža princip Vayu dodir i osećanje	PANI ruke princip indra davanje i uzimanje	SPARSA dodir
TEJAS vatra	BUDDHI odluka princip Brahma	UDHAN u grlu pomaže kod ras- podele čvrste i tečne hrane	CHAKSHU oči princip Surya gledanje i vizua- lizacija	PAD noge princip Upendra ići, kre- tati se	RUPA oblik
JAL voda	CHITTA svest princip Narayan lakode, pamćenje:	PRANA u srcu pomaže kod di- sanja dnevno oko 21.000 udaha	JIVHA jezik princip Varuna razliko- vanje okusa	SHISHAN polni organ princip Prajapati rađanje	RAS sok
PRITHVI zemlja	AHAMKARA ego princip Rudra gordost i egoizam	APANA u reb- nu, poma- že kod izluči- vanja	GHRANA nos princip Aswini Kumar miris	GUDHA čmar princip Yama izluči- vanje	GRANT izluči- vanje

ANTAKARANA

ADHI—ATMIK	ADHI—BHODIK	ADHI—DEVIK
ANTAKARANA unutrašnje funkcije	SPHURNA aktivnost, delovanje	VISHNU božanstvo
MANA duh	SANKALP/VIKALP razmišljanje, odlučivanje	CHANDRAMA
BUDDHI razum	NISCHAYA odlučiti	BRAHMA
CHITTA svest	CHINTAN razmišljati	NARAYAN
AHAMKARA ego	ABHIMAN ego	RUDRA
KARMA INDRIYE (INSTRUMENTI DELANJA)		
BANI reči	govor	AGNI
PANI ruke	davanje i uzimanje	INDRA
PAD noge	hod i kretanje	UPENDRA
UPAST polni organ	rađanje	PRAJAPATI
GUDHA čmar	izlučivanje	YAMA
JNANA INDRIYE (INSTRUMENTI SPOZNAJE)		
CHAKSHU oči	gledati	SURYA
KARN uši	siušati	DIGPAL
GHRAN nos	mirisati	ASHVINI KUMAR
JIVHA jezik	okusiti	VARUNA
TVCHA koža	osetiti	VAYU

GLOSAR

A

ADHI—ATMIK — uticaji iz ravni Tattvi

ADHI—BHODIK — uticaj iz materijalnog sveta

ADHI—DEVIK — uticaj iz astralnog sveta

ADI — prvo, početak, uzrok, baza, početak stvaranja

● **ADI—ANADI** — s one strane vremena i prostora

● **ADI—SHAKTI** — prvobitna božanska snaga

● **ADI—SHIVA** — božansko Jastvo (vidi i **PARAMATMA**)

● **ADI—TATTVA** — praprinicip, apsolutna stvarnost

AGNISAR—KRIYA — (AGNI — vatra, SAR — čišćenje, buđenje, KRIYA — kretanje) Hatha-Yoga-tehnika

AHAM BRAHMASMI — „Ja sam Brahman“ — Mantra iz Veda

AHAMKARA — ego

AJAPA—JAPA — stalno, automatsko unutrašnje ponavljanje Mantre

AJNA—CHAKRA — centar među obrvama, Treće oko

AKASHA — prostor, etar

● **GATHAKASH** — unutrašnjost suda

● **MATHAKASH** — unutrašnjost prostorije ili kuće

● **CHIDDAKASH** — prostor svesti, unutrašnji prostor

● **SUNYAKASH** — prazan prostor

ALAKH — neopisivo

● **ALAKH NIRANJAN** — (NIRANJAN — čist, neumrljan) — „pozdrav Yogija: „Pozdravljam u lebi neopisivu, čistu, božansku Atmu.“

AMAR—TATTVA — Tattva besmrtnosti

AMRIT — nektar, ambrozija, „sok koji čini besmrtnim“

● **AMRIT—PAN** — uživanje nektara besmrtnosti

ANAHATA—CHAKRA — centar u srcu

ANANDA — blaženstvo

ANANDAMAYA—KOSHA — telo, omotač blaženstva

ANNAMAYA—KOSHA — telo hrane

ANTAKARANA — objedinjujući pojam za psihičke funkcije čoveka, unutrašnji instrumenti

● **MANA** — supstancna mišljenja, duh

● **BUDDHI** — razum, intelekt

● **CHITTA** — svest

● nesvesno — duboki san bez snova

● podsvest — svest snova

● svest — budno stanje

● nadsvest

● Samadhi, Turiya

● **AHAMKARA** — ego, „pokretač Ja“

ANUPADA—TATTVA — spiritualna Tattva

ANUSTHANA — intenzivna vežba koja se vežba u toku utvrđenog vremena

APANA — jedna od pet Prana koje deluju u telu

ARTHA — blagostanje, smisao

ASHVINI—MUDRA — (ASHVA — konj, MUDRA — držanje) — višestruko skupljanje i opusanje mišića čmara

ATMA — Duša, Jastvo

● **ATMA—CHINTAN** — razmišljanje o Atmi

● **ATMA—JNANI** — postignuta Sarnospoznaja

AVINASI — besmrtni, neuništiv, večiti

AYAM ATMA BRAHMA — „Ova Atma je Brahman“ — Mantra iz Veda

B

BANDHA — blokada

● **MUL—BANDHA** — (MUL — koren) — stezanje perineuma

● **UDDYAN—BANDHA** — (UDDYAN — leteti) — uvlačenje dijafragme

● **JALANDHAR—BANDHA** — blokada bradom

● **MAHA—BANDHA** — (MAHA — velik) — sve tri Bandhe odjednom

BEKHARI — usne, govoriti

BHAKTI — ljubav, predanost, saosećanje, praštanje
 ● BHAKTI—YOGA — jedan od četiri puta Yoge, Yoga odanosti, predanosti, ljubavi
BHAVA — emocija, vera
 ● BHAVA—SAMADHI — (SAMADHI — emocija) — uranjanje u emocije
BHAVISHYA — budućnost
BHOGI — svetovno orijentisana osoba
BHRAMARI — pčela, unutrašnji ton, zujanja, tehnika Pranayame
BHUR—LOKA — materijalni svet, zemlja
BHUTH—KAL — prošlost
BHUVAR—LOKA — astralni svet
BIJA—MANTRA — semena Mantra, najčešće slog Sanskrita, v. i pod Mantra
BINDU — tačka
BODHISATTVA — prosvetljeni koji se vraća na zemlju da pomogne ljudima
BRAHMA — stvaralac univerzuma, Bog
BRAHMA SATYA JAGAT MITHYA — „Brahman je istina, svet je iluzija“
BRAHMA—CINTAN — razmišljanje o Brahmanu
BRAHMA—JNANI — onaj ko poseduje znanje o Najvišem
BRAHMA—LOKA — najviša ravan apsolutne stvarnosti
BRAHMA—MURTA — svitanje
BRAHMAN — apsolutna realnost, sveprožimajući božanski princip kosmosa
BRAHMAND — kosmos
BRAHMANISTHA SHROTHRIA — znalac Brahmana i svetih spisa
BRAHMARHANDRA — vrata za Brahmana, drugo ime za Sahasrara-Chakru

C

CHAKRA — točak, centar svesti i energije u telu
 ● PASHU—CHAKRAS — životinjske Chakre, od prsta na nozi do karlice
 ● VIRA—CHAKRAS — ljudske Chakre, duž kičmenog stuba
 ● MULADHARA—CHAKRA (MUL — koren, ADHAR — fundament) — na bazi kičmenog stuba, zvan i MUL—KAMAL
 ● SVADHISTHANA—CHAKRA — (SVA — vlastiti, STHAN — mesto) — u području polnih organa
 ● MANIPURA—CHAKRA — (MANI — dragi kamen, PURA — grad) — centar u pupku, zvana i NABI—KAMAL
 ● ANAHATA—CHAKRA — (ANA — beskrajn, NATH — granica), centar u srcu
 ● VISHUDDHI—CHAKRA — (VISH — otrov, SHUDDHI — čišćenje), centra u grlu, zvana i KANTH—KAMAL
 ● DEVIK—CHAKRAS — božanske Chakre, od gornjeg kraja kičmenog stuba do vrha glave
 ● AJNA—CHAKRA — (AJNA — zapovest), centar u obrvama ili Treće oko, zvana i GURU—CHAKRA, TRIKUTI, TRINETRA, TRIVENITAT, TRIVENTI SANGHAM ili BHRUKUTI
 ● BINDU—CHAKRA — (BINDU — tačka), na temenu ispod kovrdže, nazvana i CHANDRA—CHAKRA
 ● SAHASRARA—CHAKRA (SAHASRARA — sa hiljadu latica), temena Chakra, zvana i BRAHMARHANDRA
CHANDRA — mesec
 ● CHANDRA—CHAKRA — drugo ime za BINDU—CHAKRU
 ● CHANDRA—BHEDAN—PRANAYAM — (BHEDAN — provla čiti) — tehnika Pranayame sa disanjem kroz levu nosnicu
CHETAN (YA) — svestan, svedok svih dela i stanja (ATMA)
 ● CHETANYA—SAMADHI — vidi Samadhi
CHINTHA—MANI — drago kamenje misli ili Mantra
CHINTAN — razmišljati
 ● ATMA—CHINTAN — razmišljati: „Ko sam?“
 ● BRAHMA—CHINTAN — razmišljati: „Šta je Bog?“
CHITTA — svest
 ● CHITTA—VRITTIS — talasi misli

D

DAM — kontrola uma
DEVA—NAGRIK — „jezik bogova“, slova Sanskrit-alfabeta
DEVA — Bogovi, božanska bića
DEVIK—CHAKRAS — božanske Chakre
DEVGHAN — božanska bića, vibracija slova Sanskrita
DHARANA — koncentracija, jedan od osam stupnjeva
RAJA—YOGA
DHARMA — zadatak, religiozna dužnost, ispravnost
DHATU — elementi zemaljske Tattve
DHYANA — meditacija, jedan od osam stupnjeva Raja-Yoge

G

GANGA — sveta reka u Indiji, drugo ime za IDA—NADI
GATHAKASH — unutrašnjost nekog suda
GHAN — vreme, odnosno konstelacija u kojoj deluju određene snage u prostoru, biće
GHANT — čvor
GRANDHI — zvezda
GUNA — kvalitet, osobina
 ● SATTVA—GUNA — čistota, harmonija, znanje
 ● RAJAS—GUNA — strast, patnja, agresivnost, aktivnost
 ● TAMAS—GUNA — neznanje, tromost, lenjost
GURU — (GU — tama, neznanje, RU — svetlost, znanje), Učitelj
 ● GURU—KRIPA — milost Gurua
 ● GURU—MANTRA — Mantra koju Guru daje učeniku
 ● GURU—VAKIYA — reči Gurua

H

HAM — Bija-Matra Vishuddhi-Chakre
HANSA — labud, u Yogi simbol oslobodene duše
HATHA—YOGA — (HA — mesec, simbol za duh, THA — sunce, simbol za svest, potpuna ravnoteža između duha i svesti) — sistem Yoge za čišćenje tela i harmoniziranje Prana u telu
HIRENAYA—GARBHA — „zlatna materica“, „jaje kosmosa“, drugo ime za Brahman

I

IDA — leva nosna šupljina ili simpatikus, vidi NADI
INDRIYA — čula, vidi tabelu pregleda 4 u dodatku

J

JAL — voda
 ● JAL—CHAR — živa bića koja žive u vodi
JALANDHAR—BANDHA — blokada bradom
JARDH — nesvestan
 ● JARDH—SAMADHI — vidi SAMADHI
JATHA—AGNI — probavna vatra
JIVAN—MUKTA — oslobodjen za života
JIVAN—JYOTI — svetlost života
JIVATMA — individualna duša, zvana takode JIVA
JNANA — spoznaja, znanje apsolutnog
 ● JNANA—INDRIYA — čula spoznaje
JNANA—YOGA — jedan od četiri puta Yoge, Yoga-spoznaje

K

KALA — vreme, zmija, crno
 ● BHUTH—KAL — prošlost
 ● VARTMAN—KAL — sadašnjost
 ● BHAVISHYA — budućnost
KALAP—VRAKSHA — drvo želja, zvano i KALAP—NA
KALIYUGA — gvozdeno doba
KAMA — strast

KAMAL — lotos

- KANTH—KAMAL (KANTH — vrat), drugo ime za Vishuddhi-Chakru
- NABI—KAMAL — (NABI — pupak), drugo ime za Manipura -Chakru

KARMA — čin, delo, zakon uzroka i posledice

- SANCHIT—KARMA — ukupnost Karma iz svih prethodnih života
- PRALABDHA — deo Sanchit-Karme koji deluje u sadašnjem životu
- KRIYAMAN—KARMA — sadašnja dela
- NISHKAM—KARMA — nesebična dela koja ne stvaraju negativne kosmičke posledice
- KARMA—BHOUMI — mesto gde se može nešto činiti, zemlja
- KARMA—INDRIYA — instrumenti delanja
- KARMA—YOGA — jedan od četiri puta Yoga, Yoga nesebičnog rada

KAYA—KALAPA — specijalne tehnike Yoge i ishrana za povećavanje vitalnosti i spiritualne snage

KHECHARI—MUDRA — (KHECHARI — vuči, MUDRA — držanje), tehnika Yoge za napredne aspirante, sme se izvoditi samo po uputstvima Učitelja

KLESHA — smetnje, problemi, neprijatnosti

KOSHA — omotač ili telo koje okružuje Atmu

- ANNAMAYA—KOSHA — fizičko telo ili telo hrane
- PRANAMAYA—KOSHA — telo životne energije, Prana — omotač
- MANOMAYA—KOSHA — telo duha
- VIJANAMAYA—KOSHA — telo intelekta
- ANANDAMAYA—KOSHA — telo blaženstva

KRIPA — milost

- GURU—KRIPA — milost Gurua

KRIYA — dela

- normalna dela
- HATHA—YOGA—KRIYA — specijalne tehnike Yoge za napredne aspirante
- RAJA—YOGA—KRIYA — smeju se izvoditi samo pod ruku vodstvom Učitelja
- KRIYA—SHAKTI — snaga Kriya
- KRIYAMAN—KARMA — vidi Karma

KRODHA — ljutnja

KSHAM — Bija-Mantra Ajna-Chakre

KUMBHAKA — zadržavanje daha, tehnika Pranayame

KUNDALINI—SHAKTI — snaga božanskog Jastva, koja je skrivena u čoveku

- KUNDALINI—YOGA — put Yoge za buđenje i podizanje Kundalini

L

LAM — Bija-Mantra Muladhara-Chakre

LAYA — pospanost, tromost, takode: rastvaranje

- LAYA—SAMADHI — vidi Samadhi

LIKHIT — pisati

LOBHA — pohlepa

LOKA — ravan, svet

M

MAHA — velik

- MAHA—BANDHA — sva tri Bandhe zajedno
- MAHAKASH — univerzum, kosmos
- MAHADEV — najviše božanstvo, drugo ime za Boga Shivu

MANA — duh

MANANA — misliti, razmišljati

MANIPURA—CHAKRA — centar pupka ili sunca

MANOMAYA—KOSHA — telo duha

MANSIK — duhovni, mentalni

MANTRA — (MAN — duh, TRA — oslobodenje), sveti slogovi ili reči pomoću kojih se u vežbaču, ako ih ponavlja prema uputstvu Gurua, razvijaju duhovne snage i sposobnosti

- GURU—MANTRA — Mantra dobijena od Gurua
- SIDDHA—MANTRA — Mantra koju je otkrila i koristila jedna božanska inkarnacija
- BIJA—MANTRA — semena Mantra

MAYA — iluzija, relativno postojanje

MALA — niska od 108 zrna

MOKSHA — oslobodenje

- MOKSHA MULAM GURU KRIPA — „Moksha se postiže samo milošću Gurua” — Mantra

MOHA — zavisnost, vezanost

MUDRA — držanje, položaj tela koji deluje na duh

MUL — koren, baza

- MUL—BANDHA — vidi Bandha
- MUL—KAMAL — (KAMAL — lotos), drugo ime za Muladhara -Chakru
- MUL—PRAKRITTI — pramaterija

MULADHARA—CHAKRA — bazična Chakra

MURCCHA—PRANAYAMA — tehnika disanja za napredne aspirante, sme se izvoditi samo pod rukovodstvom Učitelja

N

NABI—KAMAL — (NABI — pupak, KAMAL — lotos), drugo ime za Manipura-Chakru

NADA — oscilacija, vibracija, zvuk

tri stepena zvuka u telu su:

- PARA — u pupku
- PASCIENTI — u grlu
- BEKHARI — na usnama

NADA—YOGA — Yoga zvukova

NADA RUPA PARA BRAHMA — „lik Najvišeg u zvuku ili vibraciji” — Mantra

NADI — nervi, kanali ili staze koji vode životnu energiju kroz celo telo

- IDA — mesečev sistem ili simpatikus koji polazi iz leve nozdre, zvan i Ganga
- PINGALA — sunčev sistem ili parasimpatikus koji polazi iz desne nozdre, zvan i Yamuna
- SHUSHUMNA — centralni nervni sistem, glavni Nadi u centru kičmene moždine od njene baze do korena mozga, zvan i Sarasvati

NARAKA — pakao

NAULI—KRIYA — tehnika Hatha-Yoge

NIR—BANDHAN — nevezan

NIRAKAR — bez lika

NIRANJAN — neumrljan, čist

NIRGUNA — bezobličan, slobodan od Guna

NIRVIKALPA—SAMADHI — vidi Samadhi

NIVRITTI — završen, bez aktivnosti (svi zadaci su obavljeni)

O

OM — prazvuk, najviša Mantra, suština svih Mantri, sadrži i simboliše biće najviše stvarnosti, Brahmana ili Boga

OM MANI PADME HUM — (MANI — dragulj, PADME — lotos ili stopala, HUM — biti), „klanjam se sjašnjim lotosovim stopalima svog Učitelja” — Mantra

P

PAD — noga

PADAM — lotos

PANCH—AGNI — pet vatri, simbol za pet Prana

PARA — najviši, vidi i Nada

- PARAMATMA — najviše Jastvo
- PARAMHANSA — „najviši labud”, onaj ko je postigao Samorealizaciju

PASCIENTI — vidi Nada

PASHU—CHAKRA — (PASHU — životinja), životinjske Chakre

PASHUPATI—MAHADEV — gospodar životinja, nadimak Shive

PINGALA — desna nosna šupljina ili parasimpatikus

PRAJANAM BRAHMA — „Brahman je najviše biće” — Mantra

PRAKRITI — priroda, pramaterija, stvorena od tri Gune, stvara kosmos sa svim oblicima, vidi tabelu pogleda 2 i 3 u dodatku

PRANAYAMA — tehnika disanja

PRAVRITTI — ispuniti svakodnevne svetovne obaveze

PRIT—PURANI — održati svoje obećanje

PRITHVI — zemlja

PURNA — pun, potpun

PURSHARTH — trud, napor

PURUSHA — Atma, najviše Jastvo

R

RAJA—YOGA — (RAJA — kralj), jedan od četiri puta Yoga, Yoga meditacije
RAKSHA — demon, davoško biće
RAM — Bija-Mantra Manipura-Chakre, Bog Rama
RATNA — plemeniti kamen
RISHI — mudrac
ROGI — bolesnik, onaj koji pati
RUPA — oblik, lepota

S

SADHANA — spiritualni trud, izvođenje spiritualnih vežbi
SAHAJ—SAMADHI — vidi Samadhi
SAHASRARA—CHAKRA — temena Chakra
SAM — Kontrola duha
SAMADHAN — stalna svest o cilju
SAMADHI — najviše stanje svesti, sjedinjenje sa božanskom svešću, gde znanje, znalac i objekat postaju jedno
● **JARDH—SAMADHI** — nesvestan Samadhi
● **LAYA—SAMADHI** — unutrašnji mir, harmonija, osećanje sreće kao u dubokom snu bez snova
● **SAHAJ—SAMADHI** — spontani Samadhi koji dostižu Bhakte, zvan i Bhava-Samadhi (Bhava-emocija)
● **CHETANYA—SAMADHI** — svestan Samadhi
● **SAVIKALPA—SAMADHI** — prosvetljenje, astralno lutanje (misli i želje još postoje)
● **NIRVIKALPA—SAMADHI** — najviši stepen, stanje potpunog jedinstva sa kosmičkom svešću, oslobođenje od svih želja i karmi, nazvan i Turiya-Samadhi
SAMAYAMA — objedinjeni Dharana, Dhyana i Samadhi
SAMSARA — svet, točak radanja i umiranja
SAMSKARE — utisci
SANCHIT—KARMA — ukupna Karma
SANDHANAN — povezivati
SANTOSHA — unutrašnje zadovoljstvo
SAPT—DHATU — sedam glavnih elemenata
SARASVATI — znanje
SARGUNA — u jednom liku, uobičajeno
SAT—CHIT—ANANDA — istina-svest-blaženstvo
SAT—GURU — pravi spiritualni Učitelj
SAVIKALPA—SAMADHI — vidi Samadhi
SHADBA — zvuk, reč
SHAKTI — snaga, energije
● **BRAHMA—SHAKTI** — snaga stvaranja
● **VISHNU—SHAKTI** — snaga održavanja
● **SHIVA—SHAKTI** — snaga oslobađanja
● **ICCHA—SHAKTI** — snaga volje
● **SHANKALP—SHAKTI** — snaga odluke i volje
● **MANTRA—SHAKTI** — snaga Mantra
SHANKALPA — želja, čvrsta namera
SHAT—SAMPATTI — šest blaga
● **SAM** — kontrola čula
● **DAM** — kontrola uma, samokontrola
● **SHRADHA** — poverenje
● **TITIKSHA** — disciplina, samosavladavanje, odvažnost
● **UPARATI** — izdići se iznad stvari
● **SAMADHAN** — osloboditi duh svih svetovnih želja i povezati se sa najvišim Jastvom, stalno biti svestan cilja
SHIVA — oslobodilac, jedan od Bogova božanskog trojanstva, Bog Yoga-učenja, simbol najviše svesti
● **SHIVA—LINGAM** — astralni simbol svesti
● **SHIVOHAM** — „Ja sam Shiva“ — Mantra
SHRADHA — poverenje
SHUSHUMNA — glavni Nadi, centralni nervni sistem
SIDDHI — natprirodna sposobnost
SIDDHA—MANTRA — prava Mantra
SO HAM — „to sam ja“ — Mantra

SPHURNA — prvi pokret, početak stvaranja
SUMARAN — ponavljanje Mantra sa Malom
SUNYAKASH — prazan prostor
SURYA—BHEDAN—PRANAYAMA — (SURYA — sunce, BHEDAN — provlačiti), tehnika Pranayame, sa disanjem kroz desnu nosnicu
SVADHISTHANA—CHAKRA — druga Chakra
SVAR—LOKA — nebo, čisto spiritualna ravan

T

TAPAS — toplota, askeza
TATTVA — elemenat, zračenje, princip, vidi tabele pregleda u dodatku glavne Tattve iz kojih je sastavljena materija:
● **PRITHVI** — zemlja
● **JAL** — voda
● **TEJAS** — vatra
● **VAYU** — vazduh
● **AKASH** — etar, prostor
● **ANUPADA—TATTVA** — spiritualna Tattva
● **AMAR—TATVA** — Tattva besmrtnosti
● **ADI—TATTVA** — praprinicip, apsolutna stvarnost
TATTVA—DARSHI — poznavalac Tattvi
TAT TVAM ASI — „to si ti“ — Mantra
TEJAS — vatra
TITIKSHA — odvažnost, sposobnost da se podnesu sve teškoće
TRATAK — meditacija na tačku, tehnika koncentracije
TRIKALDARSHI — vidovnjak koji poznaje prošlost, sadašnjost i budućnost
TRIKUTI — tačka u centru obrva gde se sastaju tri glavna Nadia
TURIYA—SAMADHI — vidi Samadhi

U

UDDYAN—BANDHA — (UDDYAN — leteti, BANDHA — stezati), uvlačenje dijafragme
UJJAJI—PRANAYAMA — tehnika disanja
UPAMSU — šaputati, laza u ovladavanju Manтром
UPARATI — biti iznad stvari
UPASANA — pobožnost, molitva, Sadhana, predana meditacija
● **DEVIK—UPASANA** — meditacija usmerena na žensko božanstvo
● **TANTRIK—UPASANA** — praksa Tantra

V

VAIRAGYA — odricanje, otuđivanje od sveta
VAIKUNTHA — nebo
VAM — Bija-Mantra Svadhishthana-Chakre
VARTMAN—KAL — sadašnjost
VASANA — čežnja, želja, požuda
VAYU — vazduh
VIJANAMAYA—KOSHA — telo intelekta
VIKALPA — odustajanje od namere
VIKSEPA — smetnja
VISHNU — čuvar i zaštitnik univerzuma, jedan od bogova božanskog trojstva, koji radi zaštite svojih Bhakta i čuvanja religiozne istine s vremena na vreme inkarnira u ljudski lik
VISHUDDHI—CHAKRA — centar u grlu
VIVEKA — sposobnost razlučivanja istine od neistine
VRITTI — talas misli

Y

YAM — Bija-Mantra Anahata-Chakre
YAMUNA — sveta reka u Indiji, drugo ime za Pingala-Nadi
YOGA — sjedinjenje
YOGA—NIDRA — san Yogija, tehnika dubokog opuštanja
YOGA—VEDANTA—FILOSOFIJA — filozofija nedualizma, kosmičkog jedinstva
YOGI — onaj koji je pomoću vežbanja Yoge sjedinio svoju Atmu sa Paramatmom, ili spoznao jedinstvo pojedinca i Kosmosa; također — vežbač Yoge

SADRŽAJ

Kosmičke snage i Tattve	11
Istraživanje snaga duše	15
Kundalini Yoga	22
Shat Sampatti — šest blaga	23
Chakre	29
Muladhara Chakra	33
Svadhithana Chakra	41
Manipura Chakra	49
Anahata Chakra	57
Vishuddhi i Bindu Chakra	67
Ajna Chakra	75
Sahasrara Chakra	83
Samadhi	87
Pitanja i odgovori	102
Pogovor	112
Zlatno učenje Mahaprabhu-dija	113
Tabele	117
Glosar	121

Библиотека Матице српске, Нови Сад
Каталогизација у публикацији — СР

294.527

МАХЕШВАРАНАНДА, Парамханса

Skrivene snage u čoveku / Paramhansa Swami Maheshwarananda : (prevod Zdenka Milić). — Novi Sad : Slobodan Milićević, 1987 (Novi Sad : Dnevnik). — 128 str. : ilustr. ; 21 cm. — (Biblioteka Yoga)

PARAMHANSA Swami Maheshwarananda

PARAMHANSA SWAMI MAHESHWARANANDA

Rođen 1945. godine u Indiji, država Radžastan. Od detinjstva je posvetio svoj život Yogi. Dugogodišnji intenzivan rad na sebi, pod vodstvom učitelja, otkrio mu je mnoge tajne o čovekovom fizičkom, psihičkom i mentalnom biću. Put kojim je stekao to znanje, Swamidji je uobličio u sistem vežbi „Yoga u svakodnevnom životu“ koji omogućuje da bolje upoznamo sebe, da prevaziđemo raznovrsne tegobe i razvijemo svoje potencijale.

Izašlo od istog autora:

„YOGA U SVAKODNEVNOM ŽIVOTU“

Sedam stupnjeva Hatha Yoge: Asane, Pranayame, opuštanje, koncentracije. Tekstovi o filozofiji i putevima Yoge.

„YOGA ZA KIČMU“

Sistem vežbi namenjen sprečavanju i uklanjanju raznovrsnih tegoba i degenerativnih promena na kičmi sa opširnim prikazom procesa nastajanja bolova u leđima.