

Svami Rama

UVOD

Svami Ramina predavanja o „Kidanju karmičkih veza“ održana su na seminaru koji je Centar za višu svest (Center for Higher Consciousness) organizovao u Mineapolisu. U ovom izdanju knjige pokušali smo da što verodostojnije prenesemo spontanost i izravnost njegovog izlaganja. Obeležje pravog učitelja je prenos dubokih duhovnih istina kroz suptilan i ličan uticaj, kao i kroz reči. Tekst koji je ovde iznet namenjen je ozbiljnim učenicima koji putem dublje analize promišljanja nastoje da shvate značenje okolnosti i dejstva svojih života.

U osam poglavlja uključenih u ovu knjigu Svami Rama izlaže niz stanovišta o čovekovoj najvažnijoj odgovornosti - shvatanju samoga sebe. Karma, aktivnost delovanja i postojanja, simbolizovana je konopcem sa mnogo vlakana koji biće drži u okovu patnje i nužnosti mnogih reinkarnacija. Vlakna karmičkog užeta su aktivnosti, misli, želje i pritajene sklonosti ličnosti, koje leže sakrivene u dubini podsvesnog uma. Posledica tih kontinuiranih aspekata karme je držanje uma u stanju stalnog pokreta i nemira, kao i spoljašnje usmerenosti u traganju za namirenjem ili utaženjem. Rezultat toga jeste robovanje mnogim objektima, idejama, fantazijama i prijatnostima koje se takmiče za pažnju uma.

Sve dok um ostaje u tom rastresenom i rastrojenom stanju ne možemo da gajimo nadu u oslobađanje od karme. Na stranicama ove knjige Svami Rama analizira karmički mehanizam i funkcionisanje uma kako bi pokazao vrste samoproučavanja koje svaki učenik treba da primeni ukoliko želi da se oslobodi karmičke vezanosti.

Prilikom procesa samooslobađanja ovi procesi pokazali su se vrlo važnima. Prvo, jasno je dokazano da želja za rezultatima ili „plodovima“ dejstvovanja predstavlja korenski uzrok našeg ropstva. Zato moramo da naučimo da razvijemo praksu nevezanosti i predaju rezultata svojih aktivnosti za dobrobit drugih. Dobre ili loše aktivnosti su kao robovanje - moramo da naučimo da živimo nesebično.

Drugo bitno stanje samoprosvetljenja je pročišćenje svesnog i podsvesnog uma od tih želja, misli i sklonosti koje su poput mračnog vela koji nas sprečava da zapazimo stvarno. Um je zasenjen iluzijama, a sloboda nije ostvarljiva sve dok ono što je nestvarno poistovećujemo sa stvarnošću, a ono što nije večno sa večnošću. Uvođenjem joge aspirantu je omogućen početak rada na samopročišćenju i razlučivanju.

Konačno, pokazano je da oslobođenje od karme možemo da postignemo samo kada osoba prođe iza umnih ograničenja u najviše stanje nadsvesti poznato kao spokojstvo ili samadi (*samadhi*). Samo iz ovog stanja, postignutog praksom meditacije, tragač za istinom prima intuitivnu svesnost o Uzvišenoj biti i prelazi u slobodu. Ta oslobođenost neobičnog dejstvovanja oslobađa pravu ljubav.

Karmu stvaramo sami. Ono što doživljavamo danas rezultat je onoga što smo stvorili u prošlosti. Dakle, i budućnost stvaramo sami. Ova knjiga može da nam pomogne u stvaranju budućnosti koja će doneti oslobođenje svinia koji streme ka slobodi i istini.

1. Karmičko uže

Na zidovima velikog hrama u Delfima, u antičkoj Grčkoj, bile su zapisane reči: „Spoznavaj samoga sebe“. Ova tema je prožela sveukupnu ljudsku misao. Na Zapadu je to baština grčke filozofije, nastala iz još drevnijih tradicija istočne mudrosti. Svako želi da spozna sebe i shvatiti značenje i svrhu života. Cilj indijskih mudraca bio je poučavanje čovečanstva da životni problem može da se poistoveti sa znanjem kako živeti, ne samo unutar sebe već i u spoljašnjem svetu. Živeti u svetu znači shvatiti zakon karme (dejstvovanje ili aktivnost) i kako provoditi dužnosti. Sanskritska reč za „dejstvovanje“ jeste *karma*. Izvodi se iz korijena *kri* što znači „raditi“. Čovek obavlja svoje aktivnosti i zbog toga je nagrađen, a zauzvrat prenosi ovu nagradu na druge. Na taj način plodovi izrastaju iz aktivnosti, a aktivnosti iz plodova. Od pamtiveka je život bio vođen na takav način. To nazivamo karmičkim točkom. Dejstvovanje motivisano sakupljanjem plodova rada predstavlja prizivanje ropstva. Odricanje od njih oslobađa nas svih patnji i problema. Razmotrimo kako se to dešava.

Kada bi ljudi shvatili vrednost predaje svega što imaju za dobrobit svih bića, niko ne bi živeo samo za sebe. Sva bića bila bi povezana međusobnim obzirom. One koji žive za dobrobit drugih, podržava Biće svih, Gospodar univerzuma.

Onaj ko se oduševljava predajom plodova svoga rada i aktivnosti, pravi je jogin. Bez predaje tog ploda ne može da se postigne savršenstvo.

Sebična želja za plodovima dejstvovanja predstavlja korenski uzrok celokupne patnje. Ko god zavisi od plodova aktivnosti radi samozadovoljstva, pronalazi da je sputan. U savremenom svetu svako zadržava plodove svog rada za sebe. Takva grabežljiva posesivnost podstiče rast samostvorenog sveta zla i patnje. Samo je mali broj sretnika predan

dobrobiti drugih i vrši svoje dužnosti nesebično. Većina ljudskih bića je duboko ukopana u žalost zbog svoje nesposobnosti shvatanja iluzornog kvaliteta „užitka“, za koji veruju da će ih odvesti do večne sreće. To je poput ogledala. Ovi neuki ljudi teško će se osloboditi zahvata patnje, teško, ali ne i nemoguće.

Pre nego što čovek shvati bilo šta o svojim aktivnostima i dužnostima, mora da izgradi pravilan stav i stanovište. Stav ima važnu ulogu u čovekovom životu. Svako sa svetovnim sklonostima misli i govori u terminima „ja“ i „moje“. Ovo je „moja kuća“, ovo je „moje vlasništvo“, ovo je „moje bogatstvo“ itd. Niko osim te osobe i njemu bliskih nije ovlašćen da uživa u tom bogatstvu. To je stav savremenog čoveka. Većina zakona i odredbi koje upravljaju ljudskim društvom osmišljeni su za čuvanje plodova dejstvovanja. Sve vlade ovoga sveta štite sebičnu osobinu u ljudima. Da li će ikada osvanuti dan kada će čovek naučiti da radi i dejstvuje spretno, a da pritom predaje plodove svoga dejstvovanja drugima?

Međutim, mali broj ljudi će, nakon što je shvatio ovde iskazano stanovište, biti spreman da se odrekne prava na plodove svojih aktivnosti. Razmišljanje o stvaranju neba ovde i sada za mnoge ostaje tek san. Ako čovečanstvo zaista želi da se uzdigne, to će biti moguće samo onda kada shvati važnost nesebičnog dejstvovanja i oslobođenja od snažne karmičke užadi. Čovečanstvu je potreban novi pravac, nova orijentacija; njegov stav mora da se izmeni. Sveti spisi tvrde da postoje dva puta - put dejstvovanja i put odricanja. Smatram da će ispravno stanovište sigurno pomoći čoveku u stvaranju novog društva.

Karma-fala tjaga (Karma-phala tyaga) je jedini princip koji može da pomogne čovečanstvu kao celini u stvaranju večnoga mira. Ovaj značajan princip treba da imamo na umu prilikom vršenja sopstvenih dužnosti bez obzira kakve one bile i bez želje za rezultatom. Postoje tri prepreke na putu uspešnog ostvarenja karme. To su:

1. Uživanje u plodovima sopstvenih aktivnosti; koji se ne prenose drugima.
2. Nevršenje sopstvenih dužnosti na vešt i nesebičan način.
3. Činjenje onoga što je nedolično, to jest onoga što postaje preprekom na putu.

Zahvaljujući ovim preprekama čovek ne uspeva da napreduje.

Ispravno shvatanje i primena dole navedenih principa pomoći će čoveku u postizanju mudrosti i oslobađanju od vezanosti za patnju:

1. Odricanjem od plodova nečijeg dejstvovanja.
2. Izvođenjem sopstvenih dužnosti vešto i spretno, kao i zbog njih samih.
3. Odricanjem od želje za samouživanjem. Niko ne može da postigne slobodu, a da ne napusti sebične želje za predmetima koji pružaju užitek. Neophodno je da čovek napusti želju za sebičnim užicima i počne da sprovodi karmu nesebično, zbog drugih.

Na putu razvoja i rasta čovek treba da nauči kako da se proširi. Takva ekspanzija je moguća kroz užitek i veselje koje se pronalazi u nesebičnom dejstvovanju za dobrobit drugih. Onaj ko želi da ovlada svojim aktivnostima mora da ih obavlja na sledeći način: prvo, tako da ne postanu preprekom na putu prosvetljenja; drugo, tako da postanu sredstvom ili načinom postizanja prosvetljenja; treće, tehnika ispravnog užitka ili veselja postaje umetnost življenja.

Centralna stvar ovoga umeća je snaga. Međutim, ona ne sme da bude zasnovana na kratkotrajnim vrednostima koje trenutno vladaju životom, već na pravoj prirodi unutarnje biti ili unutarnjeg postojanja. Kada čovek postane svestan izvora ove snage u sebi, biće sposoban da ovlada tehnikom uživanja u stvarima oko sebe, a da ipak ostane iznad njih i od njih netaknut. Najviši užitek je pronalaženje oduševljenja u služenju drugima kroz dejstvovanje i govor, što je poznato kao karma. Čovek koji je naučio važnost poznavanja umetnosti dejstvovanja ili obavljanja svojih aktivnosti, sasvim prirodno sebi postavlja pitanje o tačnom značenju neke aktivnosti ili karme.

Patanjali, sastavljač zakona joge, kaže da su kontrola nad osetima, proučavanje propisane literature i skretanje unutarnje pažnje prema najvišem Gospodinu aktivnosti koje treba da sprovodimo u cilju obezbeđivanja savladavanja i znanja. Ove discipline treba da se praktikuju s namerom postizanja spokojnosti i smanjenja napetosti u telu i umu. Postoji pet jada ili razdora:

1. neznanje,
2. uobraženost,
3. vezanost,
4. mržnja,
5. lažni ponos.

Neki ostaju pritajeni, pa je potreban iskren napor da bismo se oslobodili njihovih veza. Svi mentalni stavovi uzrokuju poteškoću u ovladavanju ovom disciplinom, ali stalna praksa pomaže prilikom ostvarenja cilja.

Karma je znatno više od čistog zbira čovekovih aktivnosti, jer uključuje posledice tih aktivnosti, koje su opet uzroci, kao i utiske ili sklonosti koje te aktivnosti stvaraju u podsvesnom umu. O zakonu karme govorimo kao o posledici odnosa između aktivnosti i njihovih rezultata. Ovaj zakon upravlja nivoom ljudskog života i svesti sa istom tačnošću kao što to zakoni mehanike čine na fizičkom nivou. Ključni faktori u stvaranju karmičkih zakona su *samskare* ili „utisci“ pohranjeni u jezeru podsvesnog uma kao čovekov karakter, okolnosti i aktivnosti. Cilj nauke joge jeste oslobađanje čoveka od okova karme i pomaganje u postizanju jedinstva sa beskonačnim. O karmi možemo da razmišljamo kao o užetu sa mnogo vlakana koja mu daju snagu međusobnom isprepletenošću. Karmičko uže je nerazmrsivo utkano u tkivo svakodnevnog života, veže sve koji dišu. Što se više borimo da pobegnemo karmičkom užetu, to jači postaje njegov stisak. Da bismo se oslobodili, moramo da steknemo znanje - znanje o postojanju, o umu i istini iznutra.

Najveći deo znanja dobijen je iz spoljašnjeg sveta kroz osetilnu percepciju, od strane roditelja i škole, komšija i društvene tradicije itd. Celokupno takvo znanje na sanskritu se naziva *apara vidja* (*apara vidya*), „znanje sa ove obale“. *Vidja* znači „znanje“, *para* znači „iza“; dok je *a* prefiks negacije. Tako *apara vidja* označava znanje koji nije „iza“ ili „sa druge strane“, već odavde. Samo *para vidja* (*para vidya*), ili znanje sa druge obale, vodi ka prosvetljenju i oslobođenju. *Apara vidja* predstavlja vrstu znanja koje se uobičajeno stiče kroz proces razmišljanja, kao i dodirima uma i osetila sa materijalnim svetom. Za *apara vidju* ozbiljni aspirant treba da se oduči od svega što je naučio i što je dotada bilo u njegovu životu.

Tokom procesa odučavanja ili odvikavanja otkriva se da je podsvesno znanje puno jače od svesnog znanja. Ako se osobi kaže da ne meditira na majmuna, predvidljivo je da će ona većinu vremena u meditaciji biti preokupirana majmunom. Ovim je prikazana nesvesna komponenta učenja. Svesni um je pretrpan, a puko vežbanje svesnog uma pokazuje mnogo manje vrednosti u postizanju višeg znanja. Moramo da prođemo kroz površne nivoe svesnog uma prema nesvesnom umu. Važno je pitanje do kog stepena je to moguće?

Možemo li svesno da vežbamo nesvesni um? Ovo pitanje frustrira mnoge koji će postati učitelji, posebno učitelji joge, jer ono podrazumeva da je istinsko znanje jogina uglavnom nesvesno učenje i da ono ne može da se prenosi rečima ili intelektualno. Mnogo toga što se izdaje za znanje predstavlja tek imitaciju koja ne pomaže u sticanju višeg znanja i

oslobađanja od karmičkih okova. Pravi jogin podučavaće svoje učenike više primenom suptilna uticaja, nego verbalnom komunikacijom.

Većina onoga što primamo kao znanje iz spoljašnjeg sveta ima uznemirujuće dejstvo na naš um, poput kamena koji svojim padom uznemirava mirnu površinu jezera. Zato prvi korak značajnog učenja nije veliki skok kojim se znanje odmah dobiva, već je to čin oslobođenja od uznemirenosti koja se uočava na površini uma. Tragač to mora da uradi sam. Niko ne može da mu da konačnu mudrost ili stanje prosvetljenja nazvano samadi. On mora da upali sopstvenu lampu. Da bi to učinio, prvo je potrebno da se oslobodi onoga što je stvoreno svesno i nesvesno. Te tvorevine u većini slučajeva predstavljaju stvarne prepreke oko unutarnjeg Bića. Posledica toga je da većina takvih učenja ne vodi prosvetljenju već pre služi kao prepreka za takvo postignuće.

Za nečije sadašnje stanje i životne okolnosti odgovorna je karma stvorena čovekovim sopstvenim aktivnostima, a ne bilo kojim spoljnim uzrokom. Nećemo imati nikakve koristi da za to okrivimo Boga, sudbinu ili okolnosti. Činjenica da osoba pati od svojih prošlih dela ne predstavlja suprotnost ili nespojivost sa Božjim zakonom, već neuspeh uređenja njenog života unutarnjim zakonom sopstvenog postojanja.

Neće pomoći molitve, ni želje. Ukoliko po vasceli dan govorite: „Bože, Bože, Bože“, to neće pomoći da se promeni stanje, kao što ni dete neće dobiti ono što želi ako povazan dan plače i viče: „Tata, tata, tata.“ Ubeđenje je važnije od verovanja, ubeđenje da možemo sami sebi da pomognemo kroz traženje. Verovanje nije uteha u kriznim vremenima.

Čovekova vera se često pokazuje kao krhka i razočaravajuća. Verovanje u Boga koje je mehaničko i kome se obraćamo zbog „usluge“ ili „pogodnosti“ ne može da proizvede slobodu i oslobođenje. Aspirant mora kontinuirano da se priprema za primanje istinskog znanja, znanja koje će ga prosvetliti i osloboditi. Mora da traži dublje nivoe znanja ispod i iza površnosti činjenica i spoznajnog iskustva. Ovo se u Bibliji predočava uz pomoć tri nivoa učenja.

Prvo je ono koje možemo da nazovemo običnim učenjem. Shvata ga većina ljudi, nezavisno od stanja pripremljenosti, i ilustrovano je onim što se u starom i novom vremenu odnosi na istoriju, zakone i potvrđene činjenice.

Druga vrsta učenja je za učenike, to jest za one koji su se podvrgli disciplinovanom programu priprema za prosvetljenje. Primer toga je Propoved na gori ili Hristova poruka: „Budite savršeni kao vaš Otac.“ Većina ljudi nije spremna da čuje ove reči jer nisu voljni da nadvladaju svoje nesavršenosti. Buda i Krišna, isto kao i Hrist, govore nam da možemo da se oslobodimo nesavršenosti, ali da verovanje u bogove i religija nisu dovoljni

za ovladavanje našim nesavršenostima. Zato postanimo učenici života. Bespomoćni smo sve dok ne počnemo da proučavamo sopstvene aktivnosti, a da bismo to učinili, bitno je da sledimo vrstu učenja u kojoj značenje i smisao dejstvovanja postaju jasni. Takvo učenje se pronalazi u Hristovim velikim propovedima, Patanjalijevoj kodifikaciji joga psihologije i Bagavadgiti.

Treća vrsta učenja u Bibliji je najveća i naziva se *otkrovenje*. Knjiga otkrovenja spada u ovu kategoriju učenja. Čini se kao knjiga zasnovana na Ivanovim iskustvima. Govori nam da je Hrist objavio veliku istinu svom voljenom Ivanu. Otkrovenje je znanje koje može da primi samo onaj koji je postigao visoko stanje čistoće i spremnosti. Ovo znanje ne dolazi preko intelektualne sposobnosti, niti kroz svesni um već milošću ili ustupkom postignutim kroz usredsređeni um, samopročišćenje i meditaciju.

Otkrovenja su moguća samo onima koji su direktno spoznali i doživeli istinu. Takva je osoba *guru*.

U Knjizi otkrovenja čitamo da je Knjiga života zapečaćena. Ko skida pečat? Ne skida ga čovek, ni Bog, niti jagnje. Ovim se naglašava važnost skromnosti i potreba za pročišćenjem ega. Jagnje simbolizuje eliminaciju nesavršenosti i postizanje savršenstva. Takođe izražava proces pripreme koji je neophodan za percepciju istine. Društvo obično uči ljude da naduvavaju i poštuju svoj ego. Da bi se primilo otkrovenje ili istina, potrebno je preokrenuti taj trend pročišćenjem egocentrične svesti.

Knjiga otkrovenja takođe uči da direktno iskustvo predstavlja pravi izvor znanja. Veliki učitelj poučava samo na osnovu sopstvenog iskustva. Istinsko znanje ne dolazi spolja nego iznutra. Učenik može da se žali i da kaže: „Moj učitelj mi ne pokazuje Boga.“ Ali učitelj će odgovoriti: „Prvo mi reci kakvu vrstu Boga želiš da vidiš, a tad ću ti ga pokazati.“ Izbor pripada svakom čoveku.

Svako mora da odluči šta je to što želi da zna. Svaki tragač mora da se usavrši. Ne očekujte da guru učini te stvari za vas. Učitelj mora da vidi kao da stoji na obali reke pitajući: „Ko sam ja?“ kada reka života teče pred njim. Ljudi prečesto razmišljaju o prošlosti ili se boje budućnosti umesto da uče da žive ovde i sada. Ne smemo da se zadržavamo na prošlosti, na onome što je nepovratno prošlo ili na onome što možda nikada neće doći. Moramo da nastojimo da eliminišemo prostor između misli. Kada se taj prostor ukloni, takođe se uklanja i vreme, a bez vremena nema prisustva. Život treba da bude poput reke, treba neprekidno da teče. Vode koje su prošle i one koje treba da dođu ne smeju da nas zabrinjavaju. Treba da nas zaokuplja samo sadašnjost, ispunjavajući svaki naš trenutak, sve dok ne proširimo svest

čitave reke koja ostaje stabilna i uvek prisutna, uprkos protoku što se čini kao promena.

Proučavajući filozofiju života otkrivamo da je čovek vezan karmičkim okovima. Kad god činite neko delo zbog plodova koje želite ili koje nastojite da postignete, postajete vezani za to delo. Sve aktivnosti nas vezuju dok se ne oslobodimo njihovih rezultata. Vezuju nas čak i plodovi dobrih dela. Ne možete da postignete slobodu izvođenjem dobrih dela ako ste još uvek vezani za njihove rezultate. Usput rečeno, prema istočnjačkom stanovištu „loše“ ili zlo ne smatra se odvojenom silom kao na Zapadu. Zlo je nesavršenstvo, ali ne nešto što postaje u sebi i od sebe. Ne smemo da se smatramo izgubljenim grešnicima. Osećanje krivice nas samo postavlja na put našeg rasta prema savršenstvu. Naš je zadatak da se oslobodimo vezanosti za plodove dobrih i loših dela.

Joga nas uči kako da izvodimo aktivnosti, a da se ne vezujemo za njihove rezultate. Plodove svojih aktivnosti tražimo samo zato što nismo svesni svojih stvarnih potreba. Postoji samo jedna važna potreba - oslobođenje se stanja patnji i jada. To misli Isus kada govori: „Morate biti savršeni kao vaš Otac.“ To je takođe središnja doktrina hinduizma i budizma. Za početak putovanja prema slobodi moramo da analiziramo prirodu i izvor užeta aktivnosti, kao i drugih vlakana koja se nalaze pod njim. Svemu onom što se dešava u spoljašnjem svetu prethodi nešto što se dešava iznutra. Svim aktivnostima prethodi svesno ili nesvesno razmišljanje. Zato je potrebno da istražimo prirodu misli da bismo celovito shvatili svoje aktivnosti.

Kako da se oslobodimo teškog užeta dejstvovanja i finijeg užeta misli? Da bismo videli odnos između ova dva užeta, treba da primetimo kako um luta i kako ga je lako odvratiti od naših aktivnosti. Uobičajeno je da radimo jednu stvar, a istovremeno razmišljamo o nečem drugom. Naše aktivnosti ne određuju naše misli. Njima upravlja misaoni proces na svesnom ili nesvesnom nivou.

Misaoni proces je sa opet regulisan još finijim i jačim užetom želja koje se nalazi ispod njih. Još niže nalazi se najsuptilnije i najjače uže, uže utisaka ili na sanskritu *samskara*. To su prvobitna osećanja, porivi i sklonosti koji motivišu ceo naš život. To su utisci preneseni iz naših prošlih života u naš podsvesni um; oni motivišu naše želje, a one zauzvrat stvaraju naše misli i konačno naše aktivnosti. Sve ove niti su međusobno isprepletene u uže karme. Od vezanosti ovim užetom pokušavamo da se oslobodimo.

Na taj način oslobođenje označava oslobođenost od sopstvenog neznanja. Da bi se to postiglo, naše samoproučavanje mora da se razvija na svim nivoima aktivnosti, misli, želja i utisaka. To delimično možemo da

analiziramo pomoću razuma ili svetim tekstovima, ali ostajemo na tom nivou, limitirani svojim ograničenim iskustvima. Ne možemo da transcendiramo polje svog ograničenog uma. Samo kroz samoproučavanje zasnovano na veštom i nesebičnom izvođenju aktivnosti, na meditaciji i konačno na otkrivanju besmrtnosti Biti u nama samima, možemo da dosegne nove nivoe iskustava i znanja. To su metodi joge.

Pomoći će nam samoispitivanje. Jedina stvar kojom možemo da se oslobodimo svih patnji je samorazvoj. Naša inkarnacija u telu, na telesnom nivou, pruža priliku za preduzimanje ovog samoispitivanja i postizanja slobode.

Fizički mozak deluje kao izvor energije. Nervni sistem kanališe ovu energiju kako bi telo moglo da funkcioniše. Za rad i upravljanje procesom života i samorazvoja, dobrom umu potrebno je zdravo telo i zdrav nervni sistem. Joginski metodi pročišćavanja pomažu nam da postignemo ovo neophodno stanje zdravlja. Pročišćenje nervnog sistema dozvoljava nam da prodremo u jezero uma dublje nego što je to uobičajeno. Napredovanjem otkrivamo kako se sa dna jezera podižu poremećaji i uznemirenosti. Konfrontacija sa našim utiscima, željama i mislima postaje neizbežna kada se podignu na površinu naše svesti iz dubljih nivoa jezera uma. Da bismo iskorenili sve izvore poremećaja i uznemirenosti, ali i da bismo videli svoju pravu prirodu, moramo da zaronimo u te duboke umne nivoe. Tamo ćemo pronaći istinu i postići oslobođenje.

2. Um – finija ali jača nit

Svemu onom što se desi u spoljnom svetu prethodi nešto što se desilo u suptilnom svetu. Aktivnosti dolaze iznutra, jer je um finiji od tela, a misli su finije od aktivnosti. Međutim, veza između aktivnosti i misli nije direktna. U Bibliji, kao u Budinim učenjima, postoji svest o suptilnoj niti razmišljanja, koja se u konopcu karme nalazi ispod niti dejstvovanja. Buda je rekao: „Čovek postaje ono o čemu razmišlja!“ Hrist misli isto kada uči svoje učenike: „Gde je vaše blago, tamo će biti i vaše srce.“ Težimo da postanemo ono o čemu razmišljamo, a naše misli obično reflektuju prošlu karmu pohranjenu u ogromnom skladištu podsvesti. Zato, da bismo se oslobodili okova svog načina razmišljanja, moramo da postanemo svesni načina na koji on funkcioniše. Um je poput zaposlene radionice koja nam onemogućuje da postanemo svesni svoje duše i duha.

Ispravno učenje počinje sa svešću o neznanju. Budala je onaj ko tvrdi da zna sve. Mudra, skromna osoba priznaje da ne zna ništa. Ali takva osoba nešto ipak zna. Gandi je rekao da je najvažnije stvari u životu naučio od dece.

Deca imaju spontanu spoznaju zasnovanu više na instinktu, a manje na intelektu. Tako su bliže intuitivnom znanju i svojoj pravoj prirodi nego odrasli. Moramo da težimo tom kvalitetu dečjeg uma. Počinjemo koncentrišući se na ono što nas odvraća od spoznaje istine, naime, od samog uma. Otkrivamo da je Bog već poznat, jer to smo mi koji treba da spoznamo i shvatimo da bismo ostvarili svoju pravu prirodu.

Spoljašnjim proučavanjem prirode karme ne možemo da shvatimo njenu unutarnju suštinu. Treba da se setimo da je čitavo naše telo u našem umu, ali da čitav naš um nije u telu. Um čoveku stvara pakao i raj. Um je sredstvo prosvetljenja, ako se shvati sa svim njegovim funkcijama. Postizanje umnog savršenstva znači savršeno ovladavanje umom i njegovim modifikacijama. Od suštinske važnosti je da se svako uzdigne sam. U tom odnosu vrlo malo pomoći dobijamo spolja. Svi mi nastojimo da se uzdignemo kako bismo dosegli duhovne visine. Niko ne želi sopstveni pad, ali je malo onih koji iskreno slede put. Obični ljudi zamišljaju kako će im drugi pomoći pri uzdizanju. Najčešće kažemo da nam je gospodin „A“ neizmerno pomogao, a gospodin „B“ je doprineo našem uništenju. To, međutim, nije pravi način razmišljanja. Može li da se kaže da su milioni ljudi koji danas vape sami stvorili sve svoje jade? Ispravan odgovor na ovo pitanje je „da“. Svaka osoba je stvaralac sopstvene sreće i jada.

Čovek je građanin dva sveta - sveta sopstvenog razmišljanja i sveta oko sebe. On odražava svoje unutarnje ideje u spoljašnjem svetu i zapaža stvari kako želi, a ne onakvima kakve jesu. Naprimer, ukoliko proučavate odnose u spoljašnjem svetu posmatrajući odnos muža i žene, videćete da krive jedno drugo zbog svojih sopstvenih dela. Ako su svi odnosi ispravno shvaćeni, cvet života predivno će da procveta.

U Indiji su brakovi namenjeni prosvetljenju, a ne biološkim potrebama ili telesnoj ljubavi. To ne uključuje hladnoću ili nedostatak shvatanja od strane Indijaca, već se veliki naglasak stavlja na sjedinjenje ljudi zbog duhovnog postignuća i drugarstva. Ram Das je rekao: „O ume, sledi put devocije.“ Mnogo više ljudske energije trebalo bi da bude usmereno prema toj velikoj svrsi. To može da se uradi kroz unutarnji razgovor i opservaciju. Nekontrolisane misli vode u ludnicu, ali kontrolisani unutarnji dijalog vodi ka shvatanju prirode uma i pomaže na putu meditacije i kontemplacije.

Šta je zapravo um? Koje su njegove različite funkcije? Moderna edukacija ističe poseban aspekt uma - racionalnost. U ovu funkciju unosimo mnogo ponosa i koristimo njegovu kreativnost da bismo pojačali egocentričnu svest, velikog neprijatelja izvornog duhovnog uvida. Da bismo postali svesni svog

neznanja i da bismo se pripremili za pravo znanje, moramo da proučavamo i razvijamo ostale aspekte uma koji su drugačiji od racionalnih.

Postoje različiti putevi proučavanja uma. Prema joga psihologiji um se spoznaje shvatanjem *vitrisa* (*vrittisa*), umnih modifikacija. Patanjali, kodifikator nauke joge, postavlja jasan program vežbanja uma i njegovih modifikacija, vodeći njime učenika u stanje *samadija*. Određuje četiri konačna koraka vežbanja uma: *pratjahata* (*pratyahara*) ili osećanje povlačenja; *darana* (*dharana*) ili koncentracija; *djana* (*dhyana*) ili meditacija; *samadi* (*samadhi*) ili samoostvarenje. To su postepeni koraci vežbanja koji vode transformaciji čitave ličnosti.

U Patanjalijevom sistemu vežbanje je naglašenije od analize. Prema joga psihologiji ekskluzivna analiza spoljašnjeg ponašanja (kako ga provode neke škole moderne psihologije) nije prikladan metod za plodonosno shvatanje prirode uma i mozga. Zahteva prekapanje po misaonom procesu kako bi se otkrio način rada sa problemima koji izrastaju u povezanosti sa našim mislima i aktivnostima. Glavni pristup moderne psihologije i psihijatrije je pomaganje čoveku uz pomoć rada na njegovim osećanjima, dok joga psihologija vežba čoveka na svim nivoima - telesnom, mentalnom i duhovnom. Proučavanjem ponašanja ili osećanja ne prođemo u dublje nivoe sopstvenog uma. Jednostavno izražavanje osećanja nije dovoljan trening za postizanje emotivne zrelosti. Važno je da naglasimo činjenicu da ni jedna koncepcija moderne psihologije ne govori o transcendiranju podsvesnog uma.

Ukoliko nastupi vreme kada će ove grane psihološke nauke govoriti o transcenciji uma, znači da su prihvaćeni osnovni metodi meditacije koji su hiljadama godina sistematizovani u joga nauci.

Za vreme meditacije mnoge stvari dolaze u našu svest i uznemiruju nas. Na primer, možemo da se nađemo u sukobu između ličnog i kolektivnog uma kada nas drugi ometaju u meditaciji ili, bolje rečeno, u pokušaju meditiranja. Kontrolisanom meditativnom praksom postizemo kontrolu nad mentalnim uzbuđenjem. Meditirati znači biti potpuno budan. Um postaje usmeren i usredsređen. Mentalna aktivnost i misao postaju kontinuirani poput prelivanja ulja iz jedne posude u drugu. Možemo da budemo svesni i da se koncentrišemo se na svaku kap ulja, ali ipak postoji kontinuitet. Nema prekida misli. Kroz meditaciju se ličnost širi prema sjedinjenju sa svim stvarima. Širi se prema univerzalnom ja. Učimo da vidimo istu realnost u svim stvarima - jednako u zmiji kao i u svamiju. Druga umna stanja zavode nas na pogrešan put i stalno moramo da nastojimo da ih prevaziđemo. Snovi, na primer, deluju zbog ispunjenja naših želja. Kada naša nadahnuća ili želje

ne mogu da se prenesu u stvarnost, tada sanjamo o njima. Zato sanjanje jednostavno predstavlja izražavanje naših potisnutih želja. Snovi su zasnovani na istini, ali oni ne govore istinu. Za svamija, sa druge strane, ne postoji razlika između budnoga stanja i spavanja. Svami nema potisnutih želja i zato ne treba da sanja. Spavanje i sanjanje ne mogu da promene našu ličnost, ali *samadi* može.

Nadsvesno stanje čak i od budale može da učini mudraca. Zbog toga što su gurui postigli nadsvesno stanje, njihova mudrost i učenja treba da budu cenjeni. Oni su kao prenosioci večnoga znanja i svetlosti. Oni primaju i prenose tu višu energiju nama. Duboko poštovanje ili obožavanje gurua ne odnosi se na njegovu ličnost, već pre na svetlost i znanje saopšteno kroz njegovo materijalno telo. Zato nije dovoljno da poštujemo gurua u njegovom materijalnom obliku ili putem obreda. Moramo da sledimo njegove sugestije i učenja kao pravu svetlost i znanje koje je prešlo na njega sa duge loze gurua što se proteže unazad do izvora konačne istine. Ovu istinu možemo da dokučimo samo u četvrtom stanju, sticanjem potpuno usmerene ili usredsređene kontrole nad umom.

Radeći sa misaonim procesom neophodno se suočavamo sa mnogobrojnim problemima koji su povezani sa vežbanjem misli koje imaju različite oblike, simbole, slike, ideje i predstave, a čiji se koren nalazi na dubljim umnim nivoima. Sve njih možemo da nazovemo strastima. Naše su strasti korenski uzrok naših emocija. Trebam da iskreno radimo sa svojim strastima. Postoji priča o svamiju kog je njegov učitelj poslao u posetu drugom učitelju, gde je trebalo da nauči da prevaziđe svoj besni temperament. Nakon dugog traženja svami je pronašao drugog učitelja na udaljenoj planini. Izgledalo je kao da je mrtav. Svami je proveo mnogo vremena otkrivajući da li je ovaj zaista mrtav. Konačno, nakon što se ubedio da je učitelj mrtav, besan je otišao. Dok se spuštao planinom čuo je glas kako ga doziva. Vratio se i otkrio da je učitelj zaista živ. Svami se bacio pred njegova stopala i molio ga da mu oprostí njegov postupak prema njemu dok je proveravao da li je živ. Molio ga je da mu pomogne da reši problem besa. Učitelj ga je udario u obraz i svami se otkotrljao niz padinu. Besno je ustao i potrčao prema učitelju, ispunjen agresijom i ljutnjom. Kada je podigao šaku prema učitelju, ovaj mu je rekao: „Idi sad. Očigledno je da nemaš kontrolu nad svojim besom. Kakva korist od tvojih molbi i zaklinjanja? Razbesneo si se samo zato što sam te bacio niz padinu. Da li se tako ponaša svami, čovek sa unutarnjim mirom?“ Ova priča pokazuje da nas u metodologiji joga psihologije učitelj ne uči samo da gledamo u sebe i pronalazimo sopstvene probleme, već nam daje

praktične lekcije i pomaže nam da razvijemo snagu za njihovo prevazilaženje.

Šta se dešava kada se razbesnimo? Zaodnuti smo oblakom ega i sebičnosti. To je poput vatre strasti, nenormalnog preplavljujućeg stanja uma. Moramo da se odučimo ovih navika, ne samo da analiziramo sebe već takođe da sledimo pouzdane metode i tehnike koje će nam pomoći u ovom problemu.

Proučavanje *Mandajka Upanišada* (*Mandakya Upanishada*) pomaže nam da razumemo um. Kako znamo to šta znamo - da imamo um, da postoji drugi itd.? Celokupno takvo znanje dolazi nam u budnom stanju. Tada su osećanja koordinisana sa svesnim delom uma. Ako svesni deo uma nije koordinisan sa osećanjima (i osetima), tada ili sanjate ili ste u stanju meditacije. Ovo normalno budno stanje naglašeno je u procesu edukacije kakav se normalno i uobičajeno praktikuje na Zapadu, pri čemu su velik naglasak i velika vrednost stavljaju na racionalnost. Prema joga nauci, kako je već ranije pomenuto, postoje četiri stanja svesti: budno stanje, stanje sanjanja, stanje spavanja i *tjrija* (*tyriya*), četvrto stanje.

Turiya ili *samadi* je stanje istinskog znanja i ostvarenja. U odsutnosti ovoga znanja ostajemo vezani karmičkim užetom. U stvari, neke životinje u prirodi dejstvuju mnogo efikasnije od čoveka. Na primer, životinje mogu instinktivno da osele opasnost poput zemljotresa. Njihov razum se ne upliće u prirodno dejstvovanje takvih instinkta. Često su sposobne da se bolje nose sa problemima i teškoćama od ljudi. Sa druge strane, ljudski razum je toliko je zakrčen informacijama da ga ne može voditi priroda koja vodi životinjski razum. Čak štaviše, na Zapadu se toliko pažnje pridaje budnom stanju da jednostavno ne postoji znanje o korišćenju stanja sanjanja i spavanja za učenje. U nekim indijskim porodicama se čak i dandanas deca obrazuju za vreme sna. Ako roditelji znaju metod učenja u snu, mogu da pomognu detetu da se za vreme sna razvija, a tada u njegovu umu posejati seme *samskare*. Dečji um je poput nežnog bambusa jer se lako razvija. Um odrasle osobe ostaje preokupiran. Savremena zapadna misao nastoji da vidi neracionalne aspekte uma kao iracionalne. Ta tendencija je Zapad održavala u neznanju po pitanju moćnih kapaciteta četvrtog i najvišeg stanja intuicije.

Tek je mali deo uma proučen i korišćen u budnom stanju, ostavljajući umnu potpunost neprotumačenom i neistraženom. Život može da se probudi pojačanim unutarnjim meditativnim iskustvom i, uporedo s tim, preobražavanjem naših spoljašnjih aktivnosti u veliku rafinisanost koja proizlazi iz takvog iskustva. Svi smo mi ograničeni ukupnim zbirom iskustava akumulisanih u određenoj vremenskoj tački. Razum ne može da ide iza onoga šta je video, čuo, zamislio ili proučio. Međutim, meditacijom

je moguće steći nova i izuzetno vredna unutarnja iskustva koja dalje potpomažu naš rast. Neophodno je, međutim, da pažljivo razlikujemo različita iskustva koja se nazivaju *unutarnjima* kako bi taj rast bio autentičan i smislen. Vizije i halucinacije ne transformišu našu ličnost ma koliko nas uzbudile i ostavile utisak. Ljudi koji veruju da su opsednuti đavolom zapravo pate od gubitka samopouzdanja i halucinacija. Učenje o korišćenju čitavog našeg uma služi kao zaštita od tih fascinantnih, ali pogrešnih vrsta iskustva. To je smisao biblijske opomene: „Ko ima uši da čuje, neka čuje.“ Moramo da razvijemo uvo i oko čitavog bića. Sada vidimo samo svojim fizičkim očima, ne stvarnim okom svog uma i duše.

Da bi se to ispravilo, valja da postignemo nadsvesno stanje *samadija*. Budno stanje nije dovoljno. Svi mudraci znaju da je *samadi* neophodan jer su živeli u njemu i iskusili dovoljno različitih stanja da bi znali prednosti svakog od njih. Kroz sopstvena iskustva naučili su da pravo znanje dolazi samo u četvrtom stanju, stanju nadsvesti. Svet se neće poboljšati na bilo koji značajan način bez učenja novih načina korišćenja uma. Samo kroz postizanje četvrtog stanja čovek može da dobije božanske osobine. Neophodno je da proširi um da bi postigao realizaciju i mir.

Razmotrite postojanje uma na četiri nivoa.

Prvi i drugi nivo su oni na kojima dejstvujemo u svakodnevnom životu, naime na svesnom i nesvesnom nivou. To su nivoi na kojima razmišljamo i gde osećanja i svesni um dejstvuju u međusobnoj koordinaciji. Treći nivo je podsvesni. Uobičajeno nismo svesni aktivnosti koja se odvija na tom novu gde su pohranjena sva naša sećanja i prošla iskustva, emotivni porivi, želje i utisci. Četvrti nivo, onaj kome težimo, je nadsvesni nivo - stanje potpune svesnosti.

Svesni um se lako izvežba. Na njega utiču spoljni podražaji koji veći deo vremena zaokupljaju našu pažnju. Ali mnogo je teže vežbati podsvesni um. Da bi se dosegao najviši nivo, nadsvesno stanje, potrebno je da zadobijemo kontrolu nad podsvesnim nivoom. Za takvo nešto svesni um prvo mora da se umiriti meditacijom kako bi podsvesna sadržina mogla da izađe na površinu. Zato je svrha meditacije trostruka: prvo, da smiri svesni um, drugo, da nas nauči kako da ne budemo uznemireni poplavom slika koje dolaze iz podsvesnog uma, i treće, kako da krenemo iza svesnog i podsvesnog uma do najvišeg stanja *samadija*.

(...)