

OSHO

ZDRAV EMOTIVNI ŽIVOT

Pretvorite strah, bes i ljubomoru u kreativnu energiju

SADRŽAJ

DEOI Razumevanje prirode emocija	7
<i>Prva stvar: Mehanizam uma</i>	9
<i>Potiskivanje i kontrola: Poreklo emotivnog uslovljavanja</i>	19
<i>Veliki dečaci ne plaču, fine devojčice ne viču:</i>	
<i>Različiti načini ispoljavanja emocija</i>	43
<i>Emocije i telo</i>	
<i>Od glave preko srca do bića: Povratak centru</i>	73
DEO II Zdrav emotivni život: povratite unutrašnju harmoniju	89
<i>Počnite odpuhvanja</i>	91
<i>Bes, tuga i depresija: Grane jednog istog drveta</i>	113
<i>Razumevanje porekla ljubomore</i>	135
<i>Od straha do ljubavi</i>	153
DEO III Opreznost: ključ transformacije	167
<i>Napravite malu distancu</i>	169
<i>Sputavanje ili transformacija:</i>	
<i>Biti ljudsko biće i sloboda koja dolazi sa tim</i>	181
<i>Misao, osećanje, postupak Upoznajte svoj „tip“</i>	195
<i>Posmatranje oblaku: Posmatračiposmatrano</i>	215
<i>Meditacija i vežbe transformacije</i>	229
<i>O autoru</i>	253
<i>OSHO Međunarodni centar za meditaciju</i>	255

Razumevanje prirode emocija

Emocije ne mogu biti trajne. Zato se i zovu „emocije“ - reč potiče od reci „motio“, pokret. One se kreću; stoga se zovu „emocije“. Od jedne do druge, vi se stalno menjate. U ovom trenutku ste tužni, u onom ste srećni; ovog trenutka ste ljuti, a već sledećeg saosećajni. U ovom trenutku nekog volite, već sledećeg ste ispunjeni mržnjom; jutro je bilo divno, a noć je grozna. I tako se to nastavlja. Ovo ne može biti vaša priroda, jer potrebno je da iza svih ovih pro-mena stoji nešto poput niti koja će ih držati na okupu.

U vencu vi vidite cveće, ali ne vidite nit. Emocije su kao cveće u vencu. Ponekad procveta bes, ponekad tuga, nekad sreća, nekad bol, a neki put procveta patnja. Ove emocije predstavljaju samo cveće, dok je vaš ceo život venac. Nit mora da postoji; u suprotnom biste se odavno rasuli na cle-love. Vi trajete kao celina - šta je, dakle, ta nit, ta zvezda vodilja? Šta je to što je trajno u vama?

PRVA STVAR

Mehanizam uma

Vašim emocijama, osećanjima, mislima - čitavom paletom alatki uma- manipuliše spoljašnjost. Sa naučne strane to je sada postalo mnogo jasnije, ali mistici čak i bez naučnih istraživanja već hiljadama godina govore istu stvar - da sve ono što ispunjava vaš um nije vaše; vi ste izvan toga. Jedini problem je što se identifi-kujete sa tim stvarima.

Neko vas, na primer, uvredi i vi pobesnite. Vi mislite da *vi* postajete besni, ali naučno govoreći uvreda te osobe funkcioniše kao daljinski upravljač. Osoba koja vas je uvredila upravlja vašim ponašanjem. Vaš bes je u njenim rukama; vi se ponašate kao marioneta.

Zvuči skoro neverovatno, ali naučnici danas mogu uz pomoć elektroda da ispituju različite centre mozga. Mistici o tome govore već hiljadama godina, ali naučnici su tek skoro otkrili da u mozgu postoji stotine centara koji potpuno kontrolišu naše ponašanje. Elektroda se može staviti na određeni centar ~ na centar za bes, na primer. Niko vas ne vredi, niko vas ne ponižava, niko vam ništa ne govori; vi sedite u tišini, srećni, a onda neko pritisne dugme na daljinskom i vi pobesnite! Osećaj je veoma čudan, jer nigde ne vidite razlog zbog čega ste pobe-sneli. Možda ćete ga nekako racionalizovati. Vidite čoveka koji prolazi hodnikom i setite se da vas je uvredio - naći ćete neki razlog za racionalizaciju samo da biste se utešili i ubedili sebe da ne ludite. Sedite u tišini... i iznenada, bez ikakve provokacije, osetite bes?

Isti taj daljinski upravljač može vas učiniti srećnima. Sedeći u stolici vi počinjete da se kikoćete, onda pogledate oko sebe - ako vas neko gleda, pomisliće da ste poludeli! Niko ništa nije rekao, ništa se nije dogodilo, niko se nije okliznuo na koru od banane, pa zašto se onda kikoćete? Racionalizovaćete to, pokušaćete da nađete neki racionalni osnov za svoje kikotanje. Najčudnije je što ćete i sle-deći put kada se pritisne isto dugme i počnete da se kikoćete ponovo početi da mislite na isti racionalan razlog, na istu stvar koja vas je umirila, na isto objašnjenje - a čak ni ta racionalizacija nije vaša! To skoro da podseća na gramofonsku ploču.

Dok sam čitao o naučnim istraživanjima ovih centara, setio sam se svojih studentskih dana. Učestvovao sam na debati između univerziteta; svi univerziteti u zemlji su učestvovali. Sanskrit univerzitet iz Varanasija je takođe učestvovao, ali studenti sa Sanskrit univerziteta su se, naravno, osećali pomalo inferiornije u poređenju sa takmičarima sa ostalih univerziteta. Oni su poznavali stare zapise, znali su poeziju napisanu na sanskritu, dramu, ali nisu bili upoznati sa savremenom umetnošću, književnošću, filozofijom ili logikom. A kompleks inferiornosti deluje na čudan način...

Pošto sam ja završio izlaganje, posle mene je bio predstavnik Sanskrit univerziteta. I samo da bi impresionirao publiku i prikrio svoj osećaj inferiornosti, započeo je govor citatom Bertrana Rasela koji je zapamtio - studenti Sanskrit univerziteta su više od bilo koga sposobni da pamte. Ali njegov strah od nastupa... on nije znao ništa o Bertranu Raselu, nije znao ništa o onome što je citirao. Bolje bi bilo da je citirao nešto iz sanskrita, jer bi mu bilo lakše.

I stao je na sredini — baš usred rečenice je stao. A ja sam sedeo pored njega, jer sam upravo završio. Vladala je tišina, on se preznojavao, i da bih mu pomogao, rekao sam mu: „Poeni ponovo“, jer šta je drugo moglo da se uradi? On se samo ukočio. Rekao sam mu: „Ako ne možeš da nastaviš, počni ponovo; možda ćeš se setiti.“

Tako je počeo ponovo: „Braćo i sestre...“ i u istom trenutku se opet ukočio. Sada je već prešlo u šalu. Čela sala je vikala: „Ponovo!“ i on se našao u teškoj situaciji. Niti je mogao da nastavi, niti je mogao da ćuti; to bi izgledalo previše idiotski. I zato je morao da počne ponovo. Ali bi stao na samom početku. „Braćo i sestre...“

Celih petnaest minuta slušali smo samo taj deo - kako započinje sa: „Braćo i sestre...“, i dolazi do dela u kom zapinje, uvek i svaki put. Kada je njegovo vreme isteklo, seo je do mene. Rekao mi je: „Ti si kriv za sve!“

Ja sam rekao: „Pokušavao sam da ti pomognem.“

„Ovo je pomoć?“, upitao je.

„Svakako bi bio u neprilici“, rekao sam mu. „Ovako su bar svi uživali - osim tebe, što mi je razumljivo. Ali treba da te raduje što si usrećio druge ljude! I zašto si izabrao baš taj citat? Kada sam ti govorio da počne ponovo, nisi morao da krećeš od samog početka -mogao si da preskočiš citat, nije bilo potrebe za njim.“

Ali čitajući naučno istraživanje otkrio sam da se centar za govor ponaša baš kao gramofonska ploča, ali uz jednu veoma čudnu i posebnu karakteristiku. Kada sklonite iglu sa ploče, a zatim je ponovo vratite na isto mesto, ploča nastavlja dalje. Ali kada je centar za govor u pitanju, kada se igla skloni, a zatim ponovo vrati, centar se istog trenutka vraća na sam početak.

Kada se ovako nešto dogodi, možete li da kažete da ste vi gospodar onoga što govorite? Da li ste gospodar svojih osećanja? Sigurno je da nikakve elektrode nisu zakačene za vas, ali se biološki gledano događa ista stvar.

Kada vidite određeni tip žene, vaš um odmah reaguje: „Kako je lepa!“ To nije ništa drugo do daljinski upravljač. Ova žena predstavlja daljinski upravljač povezan sa elektrodama, i vaš centar za govor je samo pustio snimljenu rečenicu: „Kako je lepa!“

Um je mehanizam. On ne predstavlja vas. On snima stvari iz spoljašnjeg sveta, a zatim reaguje na spoljašnju situaciju u skladu sa tim snimcima. To je jedina razlika između hindu, muhamedanskog, hrišćanskog i jevrejskog sledbenika - različiti gramofonski snimci. Ali unutar njih nalazi se jedno čovečanstvo. Kada pustite gramofonsku ploču... ona može biti na hebrejskom, na sanskritu, može biti na persijskom, ili na arapskom, ali to je jedna ista mašina koja pušta ploče. Mašini nije važno da li pušta ploču na hebrejskom ili sanskritu.

Sve vaše religije, sve političke ideje, svaki kulturni stav nisu ništa drugo do snimci. I u određenim situacijama, određena ploča počne da svira.

Postoji jedan lep događaj iz života jednog od najmudrijih kraljeva Indije, Radže Dodža. On je bio veoma zainteresovan za mudre ljude. Njegov trezor bio je otvoren samo zbog jedne stvari - da sakupi sve mudre ljude iz svoje zemlje, koliko god to koštalo. Njegov glavni grad bio je Udžain, a na dvoru je imao trideset najpoznatijih ljudi svoje zemlje. To je bio najsnažniji dvor u celoj zemlji.

Jedan od najvećih pesnika na svetu, Kalidas, bio je na dvoru Radže Dodža. Jednoga dana, na dvoru se pojavio čovek koji je rekao da govori trideset jezika sa istom fluentnošću, preciznošću i naglaskom kao i osoba kojoj je taj jezik maternji, i da je došao na dvor da postavi izazov: „Čuo sam da se na vašem dvoru nalaze najmudriji ljudi ove zemlje, i doneo

sam hiljadu zlatnika. Ko prepozna moj maternji jezik, dobija hiljadu zlatnika. Ali, ako ga ne pogodi, on meni daje hiljadu zlatnika."

Na dvoru je bilo mnogo učenih ljudi - i svi su znali da šta god da radiš, nijedan jezik ne možeš da pričaš kao svoj maternji, jer se svaki drugi jezik uči uz napor. Samo je maternji jezik spontan - njega čak i ne učiš. Njega progovoriš kao rezultat situacije u kojoj se nalaziš. On dolazi uz spontanost. Zato čak i Nemci, koji svoju zemlju zovu „otadžbina" - većina svoju zemlju zove „domovina"¹ - ne zovu svoj jezik „očev jezik". Svaki jezik naziva se maternji jer dete počinje da ga uči od majke. A otac u svakom slučaju nema priliku da govori u kući! Uvek je majka ta koja govori; otac sluša.

Mnogi su na dvoru Radže Dodža prihvatili izazov. Čovek je govorio na trideset jezika - nekoliko rečenica na jednom jeziku, nekoliko rečenica na drugom - i zaista je bilo teško! Svakako je bio majstor umetnosti. Na svakom jeziku je govorio onako kako može da govori neko kome je taj jezik maternji. Svih trideset učenih ljudi izgubili su na takmičenju. Takmičenje je trajalo trideset dana, i svaki dan jedna osoba bi prihvatila izazov i izgubila. Pogađali bi, a čovek bi rekao: „Ne, to nije moj maternji jezik."

A onda, trideset prvog dana... Kralj Dodž je stalno govorio Ka-lidasu: „Zašto ti ne prihvatiš izazov? Jer pesnik je taj koji poznaje suptilnosti jezika, i sve njegove nedostatke, bolje nego bilo ko drugi." Ali Kalidas je ćutao. Trideset dana je posmatrao, pokušavajući da utvrdi koji jezik čovek govori sa najvećom lakoćom, uz najveću spontanost, s najvećom radošću. Ali nije mogao da uvidi razliku, čovek je sve jezike govorio na potpuno isti način.

Trideset prvog dana, Kalidas je zamolio kralja Dodža i sve mudrace da stoje ispred dvorane. Tu su se nalazile duge stepenice, i čovek se peo njima; kada je došao do poslednjeg stepenika, Kalidas ga je gurnuo. I dok je padao niz stepenice, bes je izašao na površinu - i on je povikao. Kalidas je rekao: „*Ovo* je tvoj maternji jezik!" Bes vam ne dozvoljava da se setite, a čovek nije očekivao upotrebu ovakve taktike na takmičenju. To zapravo i *jeste* bio njegov maternji jezik. Najdublje u njegovom umu nalazio se snimak maternjeg jezika.

Jedan moj profesor je govorio - a živeo je svuda u svetu, predajući na različitim univerzitetima - „Samo dve situacije u životu su mi bile teške u drugoj zemlji, i to kada bih se svađao i kada bih se zaljubio. U tim trenucima čoveku je potreban maternji jezik. Koliko god lepo da izražavate ljubav na drugom jeziku, to nije isto, izgleda izveštačeno. A kada ste ljuti i svađate se na nekim na njegovom jeziku, ne možete isto da uživete..." Dodao je još: „Ovo su dve veoma značajne situacije - svađa i ljubav - i najčešće vam se događaju sa jednom istom osobom! Sa osobom koju volite, i sa kojom morate da se svađate.

I bio je u pravu kada je rekao da sve zvuči izveštačeno na jeziku koji ste naučili - niti možete da pevate lepu pesmu, niti možete da koristite psovke iz svog jezika. U oba slučaja to zvuči mlako.

Um jeste mehanizam koji snima iskustva iz spoljašnjeg sveta, a zatim reaguje i odgovara u skladu sa tim. To niste vi. Psiholozi, nažalost, misle da je um sve, i da iznad njega nema ničega. To znači da ste vi samo skup spoljašnjih impresija; da nemate svoju dušu. Čak i sama ideja o duši potiče spolja.

U ovome se mistici razlikuju. Oni će se u potpunosti složiti sa savremenim naučnim istraživanjem u vezi sa umom. Ali ono *nije* u pravu u vezi sa celokupnim živim bićem. Iznad uma postoji svest koja ne potiče spolja, i koja nije samo ideja - i do sada se nije izveo nijedan eksperiment koji bi pronašao centar u mozgu koji je povezan sa svešću.

Suština meditacije je da vam pomogne da postanete svesni šta je to um, i da vam pomogne da se ne identifikujete sa njim. Kada je um besan, vi možete da shvatite da je to samo

gramofonska ploča. Kada je um tužan, vi možete da se setite da je to samo gramofonska ploča. Određena situacija pritiska dugme na daljinskom upravljaču i vi osećate tugu, bes, frustraciju, zabrinutost, napetost - sva ova osećanja dolaze spolja, a um na njih reaguje. Ali vi ste posmatrač, nemate nikakvu ulogu. To *nije* vaša reakcija.

Stoga je čela umetnost meditacije da naučite da budete svesni, da budete u pripravnosti. Kada osećate bes, nemojte ga potiskivati; neka bude tu. Samo ga budite svesni. Posmatrajte ga kao da je neki predmet koji se nalazi izvan vas. Polako presecajte veze identifikacije sa svojim umom. Tada ćete pronaći svoju pravu ličnost, svoje biće, svoju dušu.

Kada otkrijete ovu svest, postaćete prosvetljeni - postajete sve-tlosno biće. Više se ne nalazite u mraku, i više niste samo marioneta u rukama uma. Vi ste gospodar, ne sluga. Sada um ne može da reaguje automatski, svojevolejno, kao što je to radio ranije. Potrebna mu je vaša dozvola. Ako vas neko uvredi i ne želite da se ljutite, onda nećete postati ljuti.

Gautama Buda je govorio svojim učenicima: „Toliko je glupo biti besan da je neshvatljivo da inteligentno biće to može da radi.

Neko nešto uradi i vi pobesnite? To što ta osoba radi može biti nešto pogrešno, može govoriti nešto pogrešno, može se truditi da vas ponizi, uvredi - ali to je njegovo pravo. Ako vi odreagujete, postajete rob. Ako kažete toj osobi: „Tebe čini srećnim da me vredi, mene čini srećnim da ne besnim", ponašate se kao gospodar.

Ako jasno ne definišete ovog gospodara u sebi, vi nemate dušu. Vi ste samo gramofonska ploča, i što ste stariji, vaša ploča snima sve više i više materijala. Mnogo šta ste naučili, i ljudi misle da postajete mudriji - postajete samo magarac natovaren knjigama.

Mudrost se sastoji od samo jedne stvari - da ne poznajete mnogo stvari, ali da poznajete samo jednu stvar, a to je vaša svest i njena odvojenost od uma.

Posmatrajte to kroz male stvari, i bićete iznenađeni. Ljudi rade iste stvari svaki dan. Odluče da nešto urade, a zatim se žale zato što to nisu uradili; i to postaje rutina. Ništa što uradite nije novo. Sve ono što vas čini očajnim, tužnim, zabrinutim, ranjenim i to ne želite da radite - jednostavno mehanički nastavljate da radite svaki put iznova kao da ste bespomoćni. I ostaćete bespomoćni dok ne razdvojite um i svest.

Samo to odvajanje je najveća revolucija koja može da se dogodi čoveku. I od tog trenutka vaš život postaje slavlje - zato što ne morate da radite ništa što vas povređuje, ne morate da radite ništa što vas čini očajnim. Sada možete da radite i ponašate se na način koji vas čini radosnijim, koji vas ispunjava, zadovoljava vas, čini od vašeg života umetničko delo, lepotu.

Ali ovo je moguće samo ako je gospodar u vama probuđen. U ovom trenutku gospodar čvrsto spava, a sluga igra ulogu gospodara. A taj sluga čak i nije *vaš* sluga; slugu je stvorio spoljašnji svet. On pripada spoljnjem svetu; on prati spoljni svet i njegove zakone.

U tome je čela tragedija ljudskog života: čovek je uspavan i spoljni svet gospodari njime, oblikujući mu um po sopstvenim potrebama - a um je marioneta. Kada vaša svest postane plamen, ona prekida svako robovanje koje je um stvorio. A nema veće radosti od slobode, od toga da budete gospodar svoje sudbine.

Um nije vaš prijatelj. Um se ili pretvara da je gospodar ili ga treba staviti na njegovo pravo mesto sluge - ali um nije vaš prijatelj. I borba za slobodu, za radost, za istinu ne vodi se sa svetom; to je borba sa ovim umom koji je marioneta. Veoma je jednostavno.

Halil Džubran ima jednu veoma lepu priču. Farmeri iz sela su, da bi zaštitili svoje useve, napravili lažnog čoveka, strašilo. To je samo jedan štap pričvršćen za drugi; skoro da liči na krst. Na te štapove su stavili nešto odeće, i možda neki glineni sud namesto glave. To je

dovoljno da se ptice i životinje uplaše da neko možda tamo stoji. Odeća i dve ruke čine da misle da ih neko posmatra. Životinjama je to dovoljno; držače se podalje od farme.

Džubran je zatim rekao: „Jednom sam se obratio takvom strašilu. 'Ja razumem farmera koji te je napravio - potreban si mu. Mogu da razumem i jadne životinje - nisu baš toliko inteligentne da vide da si lažnjak. Ali po kiši, po suncu, tokom vrelih leta i hladnih zima, ti i dalje stojiš ovde. Zašto?'

A strašilo je odgovorilo: 'Ti ne znaš moju radost. Mene toliko raduje što plašim te životinje da je to vredno stajanja na kiši, na suncu, da je vredno patnje zbog velike vrućine, hladnoće i svega ostalog. Ja plašim na hiljade životinja! Ja znam da sam lažnjak, da u meni nema ničega, ali me to ne zanima. Meni pričinjava radost da plašim druge.'"

Želim da vas pitam sad: Želite li da budete kao ovaj lažni čovek -unutra da nema ničega, da nekoga plašite, nekoga da činite srećnim, nekoga da ponižavate, nekoga da terate da vas poštuje? Da li vi živite samo zbog drugih? Hoćete li ikada pogledati unutra? Ima li nekoga u kući ili ne? Da li vas zanima da pronađete gospodara kuće?

Gospodar je tu - možda spava, ali ga možete probuditi. I kada jednom probudite gospodara u sebi, vaš život će biti ispunjen novim bojama, novom dugom, novim cvećem, novom muzikom, novom igrom. Postaćete živi prvi put.

Vrata se otvaraju prema stvarnosti ne kroz um, već kroz srce.

Najveći problem sa kojim se savremeni čovek suočava jeste taj da mu je mozak u potpunosti istreniran, a da je njegovo srce zapostavljeno - i ne samo zapostavljeno, već ga i ne koristi. Osećanja nisu dozvoljena, osećanja se potiskuju. Osećajnog čoveka smatraju slabim; osećajnog čoveka smatraju detinjastim, nezrelim. Osećajan čovek nije savremen - on je primitivan. Osećanja i srce ničemu ne služe, tako da je prirodno da ih se čovek plaši. Čovek počinje da uči kako da isključi osećanja i srce se polako zaobilazi; čovek se obraća direktno glavi. Srce polako postaje organ koji samo pumpa krv, pročišćava je i to je sve.

Prvi put u istoriji čovečanstva, srce je svedeno na nešto što je u potpunosti fiziološko - a ono to nije. Skriveno iza fiziologije srca nalazi se ono pravo srce, ali to pravo srce nije deo fizičkog tela, tako da nauka ne može da ga otkrije. O njemu ćete morati da učite od pesnika, slikara, muzičara, skulptora. I konačno, tajni ključ drže mistici. Kada saznate da postoji deo vašeg bića koje je potpuno nezagađeno obrazovanjem, društvenim normama, kulturom, u potpunosti oslobođeno od hrišćanstva, hinduizma, islama, potpuno nezagađeno onim što se dešavalo savremenom čoveku, još nevino i kada stupite u kontakt sa tim izvorom svog bića, počinjete da živite na drugom nivou.

Taj nivo je božanstven. Čovek živi na nivou uma, životinje žive ispod nivoa uma. Živeti iznad uma, srcem, znači živeti na božanskom nivou. A preko srca smo povezani sa celinom. To je naša veza.

Sve tehnike meditacije koje sam osmislio služe jednoj svrsi: da vas prebace iz glave u srce, da vas nekako izvuku iz kaljuge glave i odvedu do slobode srca, da učine nešto da postanete svesni da vi niste samo glava.

Glava predstavlja jedan divan mehanizam; koristite ga, ali se nemojte navikavati na njega. Kada razmišljanje radi u službi emocija, sve je uravnoteženo. Duboka smirenost i velika radost prožimaju vaše biće, a to ne dolazi od spoljašnjih faktora, već potiče iz vaših unutrašnjih izvora. To se akumulira, i menja vas, i to ne samo vas -postajete toliko prosvetljeni da ko god dođe u kontakt sa vama može da oseti malo od tog nepoznatog.

POTISKIVANJE I KONTROLA

Poreklo emotivnog uslovljavanja

Svako dete koje se rodi oseća ceo univerzum, ne poznajući odvojenost od njega. Postepenim obrazovanjem mi ga učimo da se odvaja. Dajemo mu ime, dajemo mu identitet, dajemo mu kvalitete, dajemo mu ambicije - stvaramo ličnost oko njega. Ličnost polako postaje sve jača i jača tokom odgoja, obrazovanja, religijskog učenja. Kako ličnost jača, dete počinje da zaboravlja šta je bilo u materici - jer dete tamo nije bilo ni doktor ni inženjer. Tamo nije imalo ime; tamo nije bilo odvojeno od postojanja. Dete je bilo potpuno jedinstvo sa majkom, i izvan majke nije bilo ničega. Materica je bila sve, ceo detetov univerzum.

Dete u materici ne brine: „Šta će se desiti sutra?“ Nema novac, nema račun u banci, nema posao. Dete je nezaposleno, bez ikakvih kvalifikacija. Ne zna kada pada noć, kada sviće dan, kada se menja-ju godišnja doba; ono jednostavno živi u potpunoj nevinosti, puno poverenja da će sve biti u redu, kao što oduvek jeste. Ako je danas sve u redu, biće i sutra. Ono ne „razmišlja“ na ovaj način, to je samo neki unutrašnji osećaj; reci ne postoje jer ono reci ne poznaje. Dete poznaje samo osećanja, raspoloženja i uvek je raspoloženo, radosno - to je potpuna sloboda bez ikakve odgovornosti.

Zašto svako dete kada izlazi iz materice prouzrokuje veliki bol svojoj majci? Zašto se svako dete rodi plačući? Ako pokušate dublje da ispitete ove sitnice, one vam mogu otkriti velike tajne života. Dete se opire da izađe iz materice jer je materica njegov dom. Ono ne poznaje kalendar; devet meseci je dugo skoro kao večnost - devet meseci traje zauvek. Otkada zna za sebe, dete je bilo u materici. Sada mu iznenada oduzimaju dom. Izbacuju ga napolje, i ono se opire svim svojim snagama. Ono se čvrsto drži materice; u tome je problem. Majka želi što pre da ga rodi, jer što duže dete ostane unutra ona će morati jači bol da istrpi. Ali dete se čvrsto drži, i uvek se rodi u suzama - svako dete, bez izuzetka.

Samo za jednog čoveka, Lao Cea, kaže se da je rođen smejući se. Moguće je; on je bio izuzetan čovek, luckast od samog početka. Ne znajući šta da radi, ne znajući da je došlo vreme da se plaće, on se smejao. I takav je bio celog života, radio je pogrešne stvari u pogrešno vreme. Priča o njegovom čudnom životu počinje smehom. Svi su bili šokirani jer nijedno dete pre njega to nije uradilo. Ali on je jedini izuzetak - što znači da to može biti i mit, ili nečija ideja da tako ispriča. Kada se pogleda ceo život Lao Cea, moguće je da su ljudi koji su pisali o njemu pomislili da se njegov početak života razlikovao od drugih ljudi; mora da je bio pomalo luckast. Celog svog života on je bio luckast i sigurno je to obeležilo i početak tog života. Možda je to samo mit. Čak i da je istina, ako se smejao na rođenju, on je primer izuzetka, a ne pravila.

Zašto se svako dete rodi u suzama? Zato što mu se oduzima dom, zato što se njegov svet uništava - dete se odjednom nalazi u čudnom svetu okruženo čudnim ljudima. I ono nastavlja da plaće jer se njegova sloboda svakim danom smanjuje, a broj obaveza povećava.

Na kraju otkriva da nije ostalo nimalo slobode i da mora da ispunjava obaveze, da mora da snosi odgovornost; dete postaje natovarena životinja. Ako ovo gledate nevinim očima, ne možete dete osuditi zato što plače.

Psiholozi kažu da je potraga za istinom, za Bogom, za rajem, zapravo zasnovana na iskustvu koje je dete steklo u materici. Ono ne može da ga zaboravi. Čak i ako ga zaboravi na nivou svesti, ono odjekuje u njegovoj podsvesti. Dete ponovo traži te divne dane kada je bilo potpuno opušteno bez ikakvih odgovornosti, i traži svu slobodu sveta koju može da dobije. Ima ljudi koji su to pronašli. Ja to zovem „prosvetljenje“. Vi možete izabrati bilo koju drugu reč, ali suština ostaje ista. Neko kaže da je ceo univerzum kao materica. Možete imati poverenja, možete da se opustite, možete da uživate, možete da pevate, možete da igrate. Živite besmrtnim životom i posedujete univerzalnu svest.

Ali ljudi se plaše da se opuste. Plaše da ukazu poverenje. Oni se plaše suza. Ljudi strahuju da rade sve što nije uobičajeno, što nije ovozemaljsko. Opiru se, i u tom opiranju kopaju sebi grob i nikada ne dozive radosne trenutke i ekstatična iskustva na koja su dobili pravo rođenjem - sve što treba jeste da ih zatraže.

Čovek koji živi u Los Anđelesu odlazi u posetu psihijatru. Predstavlja se kao Napoleon Bonaparta, iako na njegovoj podsetnici piše da se zove Hajmi Goldberg. „Dakle, šta mislite, u čemu je problem?“, pita ga doktor. „Pa, doco, sve je, zapravo, odlično. Moja armija je snažna, moja palata je veličanstvena, i zemlja napreduje. Moj jedini problem je Džozefina, moja supruga.“ „Ah“, reče doktor, „i, koji je njen problem?“ Podigavši ruke u očaju, čovek odgovara: „Ona misli da je gospođa Goldberg.“

Zbog sve tenzije, zabrinutosti i problema, čovek se izgubi u gužvi i postaje neko drugi. Duboko u sebi on zna da nije taj koga igra; on je neko drugi. I ovo stvara neverovatan psihički razdor u njemu. On ne može da igra ulogu kako treba, jer zna da ona ne predstavlja njegovo autentično biće - ali ne može ni da pronađe svoje autentično biće. On mora da nastavi da igra ulogu jer mu ona obezbeđuje život, suprugu, decu, moć, ugled, sve. On ne može sve to da rizikuje, i zato nastavlja da igra ulogu Napoleona Bonaparte. I postepeno i sam počinje da veruje u to. Mora da veruje u to; u suprotnom, bilo bi mu teško da igra tu ulogu. Najbolji glumac je onaj koji zaboravi svoju jedinstvenost i postane jedno sa glumom; tada njegove suze postaju autentične, kao i njegova ljubav, tada šta god da kaže to nije samo rezultat naučene uloge, to dolazi iz njegovog srca - i izgleda skoro stvarno. Kada morate da igrate određenu ulogu, morate biti duboko povezani sa njom. Morate postati ta ličnost.

Svaki čovek igra neku ulogu, savršeno svestan da to nije ono što on treba da bude. Ovo dovodi do stvaranja raskola, zabrinutosti, a ta zabrinutost uništava svaku mogućnost opuštanja, ukazivanja poverenja, pružanja ljubavi, uništava svaku mogućnost komunikacije sa bilo kim — prijateljem, voljenom osobom. Postajete izolovani. Čovek sam sebe, svojim postupcima, proteruje, a zatim pati. Postojanje tolike patnje na svetu nije prirodno; to je veoma neprirodno stanje. Čovek može da prihvati da neko povremeno pati, ali blaženstvo bi trebalo da bude prirodno i univerzalno osećanje.

Zašto je čoveku tako teško i zastrašujuće da pokaže svoja osećanja i jednostavno bude ono što jeste?

Čoveku je teško da pokaže svoja osećanja i bude ono što jeste jer mu se već hiljadama godina govori da potiskuje svoja osećanja. To je postalo deo kolektivnog nesvesnog. Hiljadama godina vam se go-

vori da *ne* budete ono što jeste. Budite Isus, budite Buda, budite Krišna, ali nikada nemojte biti ono što jeste. Budite neko drugi. Tokom godina su vas konstantno i uporno učili tome, da vam je to ušlo u krv, u kosti, postalo je deo vaše suštine.

Samoodbacivanje je postalo deo vas. Svi ti sveštenici su vas osuđivali. Govorili su vam da ste grešnici, da ste rođeni u grehu. Jedino Isus može da vas spase, jedino Krišna može da vas spase, a kada ste vi u pitanju, nema nade da vi lično to uradite - vi ne možete sami sebe da spasete, neko drugi će da vas spase. Osuđeni ste na propast; jedino što možete je da se molite Isusu, da se molite Krišni da vas spasu. Vi sami ste beskorisni; vi ste samo prašina i ništa više od toga. Vi ne vredite, predstavljeni ste kao nešto ružno, svedeni na odvratna bića. Zbog ovoga je čoveku veoma teško i zastrašujuće da pokaže svoja prava osećanja. Učili su vas da budete licemer.

Licemerje se isplati, a ono što je isplativo je i vredno. Oni kažu da je iskrenost najbolja politika - ali zapamtite, najbolja „politika“. Čak je iskrenost postala samo politika, jer se isplati. A šta ako nije isplativa? Onda je neiskrenost najbolja politika. Sve zavisi od toga šta uspeva, šta se isplati, uz pomoć čega ćete se obogatiti ili steći veći ugled, šta će vam doneti najveću udobnost, sigurnost, šta će vam najviše nahraniti ego - to je najbolja politika. To može biti iskrenost, a može biti i neiskrenost; šta god da je u pitanju, koristite to kao sredstvo — i tu nije kraj.

Religija je takode postala dobra politika. Ona predstavlja neku vrstu osiguranja za drugi svet. Pripremate se za drugi svet tako što ćete biti moralni, odlaziti u crkvu, davati prilog za siromašne. Vi otvarate bankarski račun u raj, tako da će vas kada stignete tamo primiti s velikom radošću, a anđeli će uzvikivati: „Aleluja!“, igraće i svirati na svojim harfama. Koliko ćete tamo imati na bankovnom računu zavisi od toga koliko moralnih dela ste učinili. I religija je postala biznis, dok se vaša realnost potiskuje.

Ljudi koji sve potiskuju su veoma cenjeni. Njih nazivate svecima; a oni su zapravo šizofreničari. Oni treba da idu na lečenje. Njima je potrebna terapija, a vi im se divite! Od stotine svetaca, čak i ako bi se za jednog ispostavilo da je pravi svetac, to bi bilo čudo. Devedeset devet njih su prevaranti, samo se pretvaraju, varaju. Ali ja ne kažem da oni pokušavaju vas da zavaraju; oni i sebe zavaravaju. Oni su ljudi koji potiskuju osećanja.

Poznao sam mnoge mahatme² u Indiji, koje su mase poštovala kao nikoga. Bio sam veoma blizak sa tim ljudima, i oni su mi otvorili svoja srca. Oni su ružniji nego bilo koji običan čovek.

U prošlosti sam posećivao zatvorenike sa željom da ih naučim kako da meditiraju, i na početku sam bio iznenađen kako zatvorenici - čak i oni osuđeni na doživotnu robiju - poseduju veću nevinost od vaših svetaca, kako su mnogo bolji ljudi od vaših svetaca, jednostavniji, kako poseduju veću naivnost. Vaši sveci su promišljeni, mudri. Vaši sveci poseduju samo jedan kvalitet, a to je da su sposobni da potisnu svoje pravo ja. Oni stalno potiskuju svoju ličnost, i normalno je da dolazi do njenog razdvajanja. Oni zatim vode dva stila života: jedan život vode u javnosti, drugi iza zatvorenih vrata; jedan život vode kao predstavu, a drugi - pravi - ne pokazuju nikome. Oni se čak i sami plaše da ga sagledaju.

Isti slučaj je i sa vama, samo u manjoj meri, naravno, jer vi niste svetac. Vaša bolest još uvek nije neizlečiva; može se izlečiti. Još uvek nije prešla u akutno stanje, nije postala hronična. Vaša bolest je kao uobičajena prehlada; lako može nestati.

Ali svi su zaraženi tim takozvanim svecima, koji su zapravo ludi ljudi. Oni su potisnuli svoju potrebu za seksom, potisnuli su svoju pohlepu, svoj bes, i zato kuvaju u sebi. Njihov

unutrašnji život je košmar. Tu nema mira, nema tišine. Svi njihovi osmesi su veštački. Hinduistički spisi su puni priča o tome da kad god se neki veliki svetac približi prosvetljenju, bogovi mu pošalju lepe žene da ga iskušaju. Još uvek nisam uspeo da otkrijem zašto bi bogovi želeli da iskušaju ove mučenike. Ako neko živi asketskim životom, posti godinama, potiskuje svoju ličnost, dubi na glavi, muči sebe... on nije učinio ništa nažao bilo kome osim sebi. Zašto bi bogovi želeli da ga iskušaju? Trebalo bi, u stvari, da mu pomognu! Ali oni šalju lepe žene, nage, koje igraju oko njega i ponašaju se opsceno pred tim mučenikom. On naravno postaje žrtva, biva zaveden, i gubi naklonost - kao da su se bogovi urotili protiv onih koji su blizu prosvetljenja. Ovo je smešno! Bogovi bi trebalo da pomognu, ali umesto toga čine sve da čovek ne uspe.

Te priče, međutim, ne treba shvatati bukvalno; one su simbol, metafora, i imaju svoje značenje. Da se Sigmund Frojd susreo sa tim pričama, silno bi uživao u njima. Za njega bi one predstavljale blago, podržale bi njegovu teoriju psihoanalize kao nijedan drugi primer.

Niko se nije ni pojavljivao; to su bile projekcije ljudi koji potiskuju svoje ja. To su bile njihove želje, potisnute želje; želje koje su bile potisnute toliko dugo da su sada postale neverovatno moćne, te su ovi ljudi čak i otvorenih očiju sanjali.

U Indiji uče svece da ako žena sedi na nekom mestu oni ne sedaju neko vreme na to isto mesto nakon što žena ode, jer ono emituje opasne vibracije. Vidite li koliko je sve to suludo? I oni uče čovečanstvo nečemu. Ovi ljudi su učinili da se plašite svojih osećanja - jer ne možete da ih prihvatite. Vi svoja osećanja odbacujete, i odatle potiče strah.

Prihvatite ih. Nema ničeg lošeg u vašim osećanjima, niti sa vama nešto nije u redu! Ono što vam je potrebno nisu potiskivanje i uništavanje, vi morate naučiti šta je to umetnost uspostavljanja harmonije u svojoj energiji. Morate postati orkestar. Tako je, ako ne znate da svirate muzičke instrumente, proizvešćete buku, izludeće-te svoje komšije. Ali ako poznajete umetnost sviranja, možete stvarati divnu muziku, možete stvarati uzvišenu muziku. Možete done-ti nešto što nije sa ovog sveta.

Život je takode jedan divan instrument. Morate naučiti kako da ga svirate. Ništa ne treba da bude pokidano, uništeno, potisnuto, odbačeno. Sve što vam je postojanje dalo je lepo. Ako niste u stanju da to lepo iskoristite, to samo govori da još niste dovoljno ovladali umetnošću. Svi smo svoj život uzeli zdravo za gotovo, i tu je greška. Nama je samo pružena mogućnost. Dat nam je samo *potencijal* za život; a mi moramo da naučimo kako da ga ostvarimo.

Treba koristiti sve moguće izvore, da biste naučili kako da svoj bes iskoristite tako da on prede u saosećanje, kako da seks iskoristite tako da postane ljubav, kako da pohlepu iskoristite tako da ona prede u deljenje sa drugima. Svaka energija koju posedujete može da postane njen suprotni pol, jer svaka energija ga sadrži.

Vaše telo sadrži dušu, materija sadrži um. Svet sadrži raj, prašina sadrži božanske Vi to morate otkriti, a prvi korak ka otkrivanju je prihvatanje sebe, radovanje što ste to što jeste. Vi ne treba da budete Isus, nikako. Vi ne treba da budete Buda ili neko drugi. Vi samo treba da budete vi. Postojanje ne želi kopije; ono voli vašu jedinstvenost. A vi sebe možete ponuditi životu samo ako ste jedinstven fenomen. Možete biti prihvaćeni kao ponuda, ali samo ako ste jedinstven fenomen. Imitacija Isusa, Krišne, Hrista, Bude, Muhameda - to neće proći. Imitatori su osuđeni na odbacivanje.

Budite ono što jeste, budite autentični. Poštujte sebe. Volite sebe. A onda počnite da posmatrate različite energije u sebi - vi ste beskrajn univerzum! A nakon što povećate svest, polako ćete početi da postavljate stvari na pravo mesto. Vi jeste naopaki, to je istina, ali sa vama je sve u redu. Vi niste grešnik; uz male prepravke po-staćete prelep fenomen.

**Možete li nešto više da kažete o potiskivanju i kako da ga se oslobodimo?
Sta je to zapravo, i zašto mi nastavljamo to da radimo ako je mnogo bolje
ne potiskivati stvari?**

Potiskivanje znači da živite život kako ne treba. Potiskivati znači raditi stvari koje nikada niste želeli. Potiskivati znači biti osoba kakva ne želite da budete; potiskivanje je način da uništite sebe. Potiskivanje je samoubistvo - veoma sporo, naravno, ali sigurno, sporo trovanje. Izražavanje je život; potiskivanje je samoubistvo.

Ako živite tako što sve potiskujete, vi uopšte i ne živite. Život čine izražavanje, kreativnost, radost. Ako živite onako kako je postojanje htelo, živite na prirodan način.

Nemojte se plašiti sveštenika. Slušajte svoje instinkte, slušajte svoje telo, slušajte svoje srce, slušajte svoju inteligenciju. Oslonite se na sebe, idite kuda vas spontanost vodi, i nikada nećete biti na gubitku. A ako spontano budete pratili svoj prirodni život, jednoga dana doći ćete do kapija božanskog.

Vaša priroda je božanska. Zov te prirode predstavlja zov života koji nosite u sebi. Ne slušajte one koji vas truju; slušajte zov prirode. Jeste, priroda nije dovoljna - postoji i priroda koja je uzvišenija - ali do uzvišenijeg se dolazi preko nižih stupnjeva. Lotos raste iz blata. Duša proističe iz tela, transcendentnost proističe iz seksa.

Svest dolazi iz hrane, zapamtite to. Na Istoku postoji izreka -*Annam bramh*, „Hrana je bog“. Sta znači ova izreka da je hrana bog? Najniže je povezano sa najuzvišenijim, najpliće je povezano sa najdubljim.

Sveštenici vas uče da potisnete ono najniže. Tu i ima logike, ali su zaboravili jednu stvar - život nije logičan. Njihov stav je logičan, i to dopire do vas. Zato ste ih slušali sve ove godine i bili ste povinovani onome što govore. Zvuči vam logično da ako želite da dostignete uzvišeno, ne smete da slušate ono nisko. Zvuči logično. Ako želite da idete nagore, nemojte ići nadole - veoma racionalno razmišljanje. Jedini problem je što život nije racionalan.

Baš pre neki dan je jedan terapeut razgovarao sa mnom. Ponekad dođe trenutak kada svi u njegovoj grupnoj radionici začu te - iznenada, ničim izazvani. I tih nekoliko trenutaka tišine su neverovatno divni. Rekao mi je: „Toliko su misteriozni, ti trenuci. Mi ne upravljamo njima, ne razmišljamo o njima, oni se jednostavno pojave ponekad. I čim se pojave, čela grupa istog trenutka oseti prisustvo nečeg uzvišenijeg, nečega što je veće od svih nas, nečeg misterioznog. I svi su tihi tih nekoliko trenutaka.“ Njegov logičan um razmišlja na sledeći način: „Možda bi bilo dobro da čela radionica prođe u tišini.“ Sigurno je počeo da razmišlja: „Ako su ti trenuci, koji su se retko pojavljivali, tako divni, zašto onda ne raditi sve u tišini?“

Ja sam mu odgovorio: „Eto ti - razmišljaš logično, a život nije logičan. Ako tokom celog procesa ostanem nem, ti trenuci se više neće pojaviti.“

U životu postoji polarnost. Celog dana naporno radite, cepate drva, a onda tokom noći padate u dubok san. Sada možete početi da razmišljate logično; možete iskoristiti matematiku. Sledećeg jutra možete pomisliti: „Celog dana sam puno radio i umorio se, ali sam ipak zaspao čvrstim snom. Ako se budem odmarao ceo dan, spavaću još čvršće.“ Sledećeg dana se prosto razvlačite na stolici, uvežbavate odmaranje. Mislite li da ćete lepo spavati? Poremetićete čak i uobičajen san! Zato ljudi koji ne rade puno preko dana mogu da pate od nesаницe.

Život nije logičan, priroda nije logična. Priroda daruje san prošnjacima koji su ceo dan radili,

kretali se sa jednog mesta na drugo po vrelom danu prošeci. Priroda daruje dobar san radnicima, kameni-tescima, drvosečama. Oni rade naporno preko celog dana i zamaraju se. Od tolikog umora oni imaju čvrst san.

To je polaritet. Sto više energije istrošite, veća je vaša potreba za snom, jer energiju možete dobiti samo ako čvrsto spavate. Ako iscrpíte svoju energiju, dolazite u situaciju da upadnete u čvrst san. Ako uopšte ne radite, potrebe za snom nema. Tako niste iskoristili energiju koja vam je data, a u čemu je onda poenta da vam se da još? Energija se daruje onima koji je koriste.

Ovaj terapeut je razmišljao logično. „Ako se ceo proces bude odvijao u tišini...“, razmišljao je on. Onda bi propustili čak i tih nekoliko minuta tišine i cela grupa bi počela da priča u sebi. Spolja gledano, oni bi i dalje bili u tišini, ali bi njihovi umovi povilenili. U ovom trenutku oni naporno rade, izražavaju svoje emocije, ćaskaju, doživljavaju pročišćenje, sve iznose na površinu, sve izbacuju napolje - i postaju iscrpljeni. Onda dolazi nekoliko minuta kada su toliko iscrpljeni da nemaju više ništa da izbace. U tom trenutku, iznenada, dolazi do kontakta; spušta se tišina.

Odmor proizilazi iz rada. Iz izražavanja proizilazi tišina. Tako život funkcioniše. Njegovi načini su veoma iracionalni. Ako zaista želite da se osećate sigurno, vodićete život ispunjen nesigurnošću. Ako zaista želite da se osetite živim, morate biti spremni da umrete svakog momenta. To je nelogičnost života! Ako želite da budete autentični, morate rizikovati. Potiskivanje je način izbegavanja rizika.

Učili su vas, na primer, da nikada ne budete besni, i vi mislite da bi osoba koja nikada nije besna trebalo da bude puna ljubavi. Grešite. Osoba koja nikada nije besna neće biti u stanju ni da voli. Te dve stvari idu zajedno; dolaze u istom paketu. Osoba koja zaista voli će ponekad biti iskreno besna. Ali taj bes je lep - on proizilazi iz ljubavi! Energija je topla, a bes druge osobe vas neće povrediti. Bićete zahvalni, u stvari, zato što je ta osoba bila ljuta. Jeste li nekada posmatrali takvu situaciju? Ako volite nekoga i uradite nešto, i ta osoba se naljuti, naljuti se onako iskreno, vi ste zahvalni jer vas ta osoba voli toliko da vam pruža bes. Sta se dešava u suprotnom? Kada ne želite drugoj osobi da date energiju svog besa, ostanete ljubazni. Kada ne želite ništa da pružite, onda ne želite da rizikujete, i nastavite da se smeškate. Jer to nije važno.

Ako vaše dete pokuša da skoči u ambis, hoćete li ostate „nebe-sni“? Zar nećete vikati? Zar energija u vama neće ključati? Hoćete li nastaviti da se smeškate? To je nemoguće!

Evo jedne priče:

Desilo se jednom prilikom na Solomonovom dvoru da su došle dve žene svađajući se oko jednog deteta. Svaka žena je tvrdila da dete pripada baš njoj. Situacija je bila komplikovana. Kako doneti odluku? Dete je bilo toliko malo da nije moglo ništa da kaže.

Solomon ih je pogledao i rekao: „Uradiću jednu stvar - preseći ću dete na dva dela i podeliti vam ga. Jedino je to moguće. Moram biti pošten. Ne postoji način da se dokaže da dete pripada ženi A ili ženi B. Tako da sam ja, kao kralj, doneo odluku - presećite dete na dva dela i dajte svakoj ženi po polovinu.“

Žena koja je držala dete u naručju i dalje se smeškala, bila je srećna. Druga žena je, međutim, poludela, kao da je htela da ubije kralja! „Sta to govorite? Jeste li poludeli?“, povikala je. Bila je be-sna. Više nije bila obična žena, bila je oličenje besa, poludela je! Na kraju je rekla: „Ako ovo nazivate pravdom, ja se svog prava odričem. Neka dete ostane kod druge žene. Dete

pripada njoj, ono nije moje dete!" Besna, ali u suzama koje su joj tekle niz lice. Kralj je zatim rekao: „Dete pripada tebi. Uzmi ga. Druga žena je prevarant, ona laže."

Kada volite, možete biti besni. Kada volite, možete to priuštiti sebi. Ako volite sebe - a to je neophodno za život, inače biste ga propustili - nikada ništa nećete potiskivati, otvaraćete se bez obzira na to šta vam život donese. Ispoljavaćete sve što vam donese: radost, tugu, uspone, padove, dane, noći.

Ali doveli su vas do toga da lažete, doveli su vas dotle da postanete licemer. Kada se naljutite, vi nabacite veštački osmeh. Kada pobesnite, vi taj bes potiskujete. Nikada se ne ponašate u skladu sa onim što osećate.

Ovo se stvarno dogodilo...

Džo i njegova ćerkica Midž su krenuli u zabavni park. Usput su stali i pojeli veliki obrok. U parku su došli do štanda sa hot-dogovima, i Midž je rekla: „Tata, hoću", a Džo ju je preduhitrio i kupio joj kokice.

Kada su došli do prodavca sladoleda, mala Midž je ponovo povikala: „Tata, hoću", i Džo ju je opet prekinuo, ovog puta govoreći: „Ti hoćeš, ti hoćeš! Znam šta hoćeš - sladoled?"

„Ne, tata", zavapila je, „hoću da povraćam."

To je htela da uradi od samog početka. Ali, ko sluša? Potiskivanje znači da ne slušate svoju prirodu. Potiskivanje je trik koji će vas uništiti.

Dvanaest skinheda ulazi u pab, obučeno u „Levis" jakne i u punoj opremi. Dolaze do šanka i jedan govori barmenu: „Trinaest pinti piva, molim."

„Ali vas je samo dvanaest."

„Slušaj, mi hoćemo trinaest pinti."

Barmen im daje trinaest piva i oni odlaze da sednu. Jedan stariji čovečuljak sedi u ćošku paba, i voda skinheda odlazi do njega i govori mu: „Evo, ćale, ovo je pinta piva za tebe."

„Hvala, hvala", odgovara mu čovečuljak. „Ti si velikodušan, sine."

„U redu je, mi volimo da pomazemo bogaljima."

„Ali, ja nisam bogalj."

„Bićeš ako ne platiš sledeću rundu."

Potiskivanje je upravo to; trik koji će vas obogaljiti. To je trik koji će vas uništiti, trik koji će vas oslabiti. Trik koji će vas okrenuti protiv vas samih. Potiskivanje čini da izazovete sukob sa sobom, a kada je čovek u sukobu sa sobom, normalno je da je veoma slab.

Društvo igra izvrsnu igru - svakog čoveka je okrenula protiv njega samog, tako da ste vi u stalnom sukobu sa samim sobom. Nemate energije da uradite nešto drugo. Zar ne primećujete da vam se to događa? Stalna svađa. Društvo je od vas napravilo podeljenu ličnost, učinilo je da postanete šizofrenični i zbunilo vas je. Postali ste balvan. Vi ne znate ko ste, ne znate kuda idete, ne znate šta radite ovde. Vi ne znate šta ćete uopšte ovde. Zaista vas je zbunilo. A iz ovakve zbunjenosti javljaju se velike vode - Adolf Hitler, Mao Ce-dung, Jožef Staljin. Iz ovakve zbunjenosti proizilazi papa, kao i hiljadu drugih stvari. Ali vi bivate uništeni.

Izražavajte svoju prirodu. Ali zapamtite, izražavanje ne znači da treba da budete neodgovorni.

Ispoljavajte svoju prirodu pametno, tako da niko ne bude povređen zbog vas. Osoba koja ne može sebe da povredi nikada neće povrediti drugu osobu. A osoba koja povredi sebe je na neki način opasna. Ako čak i ne volite sebe, u opasnosti ste; možete povrediti bilo koga. U stvari, *i povredićete nekoga.*

Kada ste tužni, kada ste depresivni, učinićete da se ljudi oko vas osećaju isto tako. Kada ste srećni, stvaraćete srećno društvo, jer sreća može da postoji samo u društvu koje je srećno. Ako vam je život radostan, želećete da svačiji život bude radostan; to je iskrena religioznost. Svojom radošću vi blagosiljate celokupno postojanje.

A zbog potiskivanja živite u laži. Ljutnju, seks, pohlepu nećete uništiti potiskivanjem, ne. Oni su i dalje tu, samo ste im promenili nalepnicu sa nazivom. Oni odlaze u nesvesno i počinju da rade odatle. Zavlače se duboko. A kada se zavuku veoma duboko, onda su, naravno, moćniji. Ceo psihoanalitički pokret pokušava da izvuče na površinu ono što je u nesvesnom. Kada to prede u svesno, možete ga se osloboditi.

Jedan Francuz je boravio u Engleskoj, i prijatelj ga je pitao kako mu se čini boravak. Francuz je rekao da je sve dobro, osim jedne stvari. „Kada odem na zabavu, doma-ćica ne želi da mi kaže gde je pisoar.“

„Ah, Zorž, to je samo naša britanska preterana čednost. One će ti, zapravo, reći: "Želite li da operete ruke?", a to znači jedno isto.“

Francuz je zapamtio ovo, i sledeći put kada je otišao na zabavu, bio je siguran u sebe kada mu je domaćica rekla: „Dobro večer, gospodine Dupon, želite li da operete ruke?“

„Ne, hvala, gospodo“, rekao je Zorž. „Upravo sam ih oprao uz drvo u prednjem dvorištu.“

Upravo ovo se dešava; samo dolazi do zamene imena. Postajete zbunjeni, ne znate šta je šta. Sve je tu - samo je ime promenjeno, i to dovodi do neke vrste ludila čovečanstva.

Roditelji i društvo su uništili vas, a vi uništavate svoju decu. Ovo je, dakle, začarani krug. Neko mora da izađe iz tog kruga.

Ako me dobro razumete, onda je moj posao da vas izvučem iz začaranog kruga. Nemojte se ljutiti na svoje roditelje; oni nisu mogli da budu bolji nego što jesu. Na vama je da postanete svesniji, i da ne radite iste stvari svojoj deci. Neka ispoljavaju svoju prirodu, naučite ih da ispoljavaju svoju prirodu. Pomozite im, da bi mogli da postanu jedinstveni, da bi mogli da izraze to što nose u sebi. I zau-vek će vam biti neverovatno zahvalni, jer neće biti u sukobu sa sobom. Njihova ličnost biće iz jednog dela; neće biti podeljena na više delova. Neće biti zbunjeni, znače šta žele.

A kada znate tačno šta želite, možete da radite na tome da to i ostvarite. Kada ne znate šta je to što želite, kako možete raditi na tome? Onda počnete da pratite svakoga ko vas uzme pod svoje, ko vam da neku ideju. Pojavi se voda nečega koji može da vas ubedi argumentima, i vi počnete da ga pratite. Pratili ste mnoge ljude, i svi oni su vas uništili.

Pratite svoju prirodu.

Svaka generacija uništava sledeću. Osim ako se neko ne pobuni, ako ne postane svestan da je propast neizbežna.

Govorite o tome da treba biti „prirodan“. Zar nije, međutim, tačno da problem nastaje ako se čoveku dopusti da izrazi svoju prirodu? Ako ne bi bilo pravila i normi ponašanja, kao što su ona propisana religijom, zar nas emocije i impulsi ne bi stalno dovodili u nevolju?

Prva stvar koju treba da razumete jeste da je čovečanstvo do sada ži-velo sa kletvom, a ta kletva je to što nam nikada nisu dozvolili da verujemo svojoj prirodi. Uvek su nam govorili: „Veruj svojoj prirodi, i pogrešićeš.“ Nepoverenje, ograničenje, kontrola - nemoj se ponašati u skladu sa svojim osećanjima. Rečeno nam je da je ljudska priroda u osnovi na neki način zla. To je glupost; to je budalaština i to nije tačno. Ljudska priroda nije zla, ljudska priroda je božanstvena. A ako se zlo i pojavilo, to se desilo zbog ograničenja. Dozvolite da vam objasnim.

Nikada nećete videti životinju da ide u rat. Naravno da i među njima dolazi do borbe, ali to su borbe pojedinaca - ne i ratovi svet-skih razmera u kojima se sve svrake istoka bore protiv svraka zapada, ili svi psi iz Indije koji se bore protiv svih pasa iz Pakistana. Psi nisu tako budalasti, a ni svrake. Da, pobiju se ponekad, i tu nema ničeg lošeg. Ako im je sloboda ugrožena, onda se biju, ali to je borba pojedinca. To nije svetski rat.

A šta vi radite? Potisnuli ste čovečnost i ne dozvoljavate pojedincu da ponekad bude besan - što je prirodno. I na kraju, konačno, rezultat je da svi akumuliraju svoj bes, potiskuju ga i onda su jednog dana svi toliko puni otrova da se to pretvori u svetski rat. Po jedan veliki rat na svakih deset godina je potreban. A ko je odgovoran za te ratove? Vaši takozvani sveci i moralisti, dobročinitelji, ljudi koji vam nikada ne dozvoljavaju da budete prirodni.

Da li ste ikada videli da je jedan pas ubio drugog? Jeste, pobiju se oni ponekad - ali to je samo borba. Covek je jedina životinja koja ubija druge ljude. Svrake ne organizuju ratove da bi ubijale druge svrake, lavovi ne ubijaju druge lavove. Covek je jedina životinja koja ubija svoju vrstu. Šta se dogodilo čoveku? Pao je na nivo niži od životinja? Ko je za to odgovoran? Samo jedna stvar se ne pojavljuje kod životinja, a to je da one nemaju svece i moraliste, hrišćane, hin-duse i muhamedance. One nemaju hramove, džamije, Biblije, Ve-de, i to je sve. U tome je jedina razlika.

Još uvek postoje neka primitivna društva, u kojima godinama nije došlo ni do jednog ubistva, jer niko nije zatrovao njihove umove moralom, niko ih nije učio da budu moralni. Oni su prirodni ljudi. Ako ste prirodni, vi funkcionišete u harmoniji. Ponekad se naljutite, ali to je prirodno, i to kratko traje.

Osoba koja se nikada nije naljutila i koja kontroliše svoj bes je opasna. Čuvajte se takve osobe; ona može da ubije. Ako se vaš suprug nikada nije naljutio, prijavite ga policiji! Suprug koji se ponekad naljuti je samo prirodno ljudsko biće; nema potrebe da se toga plašite. Suprug koji se nikada nije naljutio će jednog dana iznenada da skoči i zadavi vas - i to će učiniti jer će imati osećaj kao da ga je nešto zaposelo. Ubice na sudu uvek govore: „Počinio sam zločin, ali me je nešto zaposelo.“ Sta ih je zaposelo? Njihova podsvest, potisnuta podsvest, koja je eksplodirala.

Da li ste primetili nešto? Ako imate sliku predivne kuje, i pokažete je psu, on uopšte neće biti zainteresovan. Psi nisu plejboji. Nije da im se kuje ne sviđaju, oni ih obožavaju, ali njih ne zanima slika, ne zanima ih pornografija. Da biste stvorili pornografiju, potrebni su vam sveci. Prvo potisnete seksualni instinkt, koji je prirodni instinkt, i onda kažete ljudima da je on pogrešan i zao. Kada učinite da potisnu svoj seksualni instinkt, on pronađe svoj izlaz.

Sada je teško uživati u posmatranju lepih žena koje hodaju ulicom. Sta raditi u tom slučaju? Zaključate se u sobu i listate *Plejboj* magazin. To je sigurnije; niko za to neće znati. Možete da

sakrijete svoj primerak *Plejboja* u Bibliju, i pravite se da nju čitate.

Samo je čovek sklon pornografiji. Nijedna druga životinja to ne radi. Ovo su jednostavne činjenice.

A ko je u čoveku probudio sklonost ka pornografiji? Primitivni narodi nisu zainteresovani za pornografiju - još uvek. Njihove žene su nage, i nage se kreću bez ikakvog straha. Kakva je onda civilizacija u kojoj živite? Žena ne može da prođe ulicom a da je neko ne štipne za guzu, ili da je tretira nečovečno. Žena ne srne noću da ide sama - i to je civilizacija? Ljudi su jednostavno opsednuti seksom dvadeset četiri sata.

Ko je čoveku usadio tu opsesiju? Životinje su seksualna bića, ali nisu opsednute; one su prirodne. Kada seks postane opsesija, ona prelazi u formu perverzije, a te perverzne forme potiču od moralista i njihovih učenja.

Takozvani religiozni ljudi nikada nisu imali poverenja u ljudsku prirodu. Oni pričaju o poverenju, a nikada nisu imali poverenja u život. Oni veruju pravilima, zakonima; oni nikada ne veruju ljubavi. Oni govore o Bogu, ali to je samo prazna priča. Oni veruju u policiju, u sudove. Oni veruju u pakleni oganj. Oni veruju u stvaranje straha i stvaranje pohlepe. Ako se ponašate kao svetac, i dobra ste i moralna osoba, dobićete raj i sve njegove le-pote. A ako niste moralna osoba, patićete u paklenom ognju -zauvek, zapamtite, uvek i zauvek. U osnovi ovih shvatanja leže strah i pohlepa. Ovi ljudi manipulišu ljudskim umom preko straha i pohlepe.

Ja imam poverenja u vas i vašu prirodu. Ja imam poverenja u prirodu životinja. Ako dozvolimo prirodi da ide svojim tokom, da, povremeno će doći do male ljutnje, a doći će i do napada besa, ali u tome nema ničeg lošeg. To je ljudski i lepo je. Ali do rata neće doći.

Psiholozi kažu da su sva oružja falička. Pošto ne možete da pro-drete u žensko telo, vi mačem prodirate u tuđe telo. Mač je falički simbol. Lepo je voleti ženu, ali je prodiranje mačem u nečije telo ružno. Stvari su, međutim, takve kakve jesu.

Živite život ispunjen pravilima i normama, i šta se dešava? Pogledajte u kom stanju se danas nalazi čovečanstvo. Ljudi su postali neurotični, zemlja je prava ludnica. To je proisteklo iz vaših normi, vašeg idealizma, perfekcionizma, morala. Iz svih vaših zapovesti proisteklo je ovo - čela zemlja se pretvorila u neurotičnu zajednicu, veliku ludnicu. I vi se i dalje plašite paklenog ognja, i nastavljate dalje. To je začarani krug.

To je kao kada naterate osobu da posti, i pošto posti, naravno da će da ogladni i počne opsesivno da traži hranu. A zatim ga, kada vidite da je postao opsednut hranom, okujete u lance jer će inače da provali u nečiju kuhinju. Zatim kažete da ako nije okovan lancima, on je opasan; može da provali u nečiju kuhinju. Ne može mu se ve-rovati i zato ste ga okovali, i nastavljate da ga terate da posti. A zatim sve više počnete da se plašite jer on gubi razum. Ovo je začarani krug! Zašto je, uopšte, postao opsednut hranom? Vaše preterano insistiranje na postu je dovelo do javljanja ove bolesti.

Post nije prirodan. Jeste, i životinje to ponekad rade, ali one ne „veruju“ u post, kod njih ne postoji filozofija posta. To se samo ponekad dogodi. Pas na jedan dan oseti da mu nije dobro i neće jesti. To je prirodno. On neće jesti samo zato što mu se *ne jede*. On se ponaša u skladu sa onim što oseća; nikakvo pravilo on ne prati. Niko ga nije naučio da posti. On će, zapravo, pojesti malo trave i povrati-će; trava mu pomaže da povrati, i on će to i uraditi. Niko ga nije tome naučio. I neće jesti sve dok mu se želja ne vrati. On se ponaša u skladu sa prirodom. Ako mu se jede, on jede; ako mu se ne jede, on ne jede. To je ono što bih ja nazvao pravim životom.

Ako ponekad nemate želju da jedete, nemojte jesti - ja nisam protivnik posta, ja sam protiv filozofije posta. Nemojte stvarati pravilo po kom ćete postiti svake nedelje. To je budalasto, jer kako možete znati da vam se neće jesti svake nedelje? Možda vam se nekada neće jesti

petkom. Sta ćete onda? Nateraćete sebe da jedete zato što je petak.

Kada vam se jede, jedite. Kada vam se ne jede, nemojte jesti. Ponašajte se u skladu sa onim što osećate, i polako ćete uspostaviti sklad sa svojom prirodom.

Biti u skladu sa prirodom znači biti religiozan, bar po mom shva-tanju. Moja definicija religije jeste da treba postići sklad sa prirodom. To je upravo značenje indijske reci *dharma*; ona ima značenje „priroda“, unutrašnja priroda. Verujte prirodi i nemojte je kvariti.

Međutim, vas su učili da uništite svoju prirodu, pa tako ljudi koji žive napaćenim životom misle da religija mora da bude otužna, da mora da bude negativna. Covek i žena koji se drže za ruke na nekom religijskom mestu? To je opasno. Muškarcu se ne može vero-vati, ženi se ne može verovati. To je opasno, to je igranje sa vatrom. Covek mora da odredi ograničenja, da izgradi veliki kineski zid oko ljudi i njihovog izražavanja ličnosti.

Ne, ja verujem prirodi. Ja ne verujem u vaše zakone. Vaši zakoni su zatrovali celokupno čovečanstvo. Sto je mnogo, mnogo je! Došlo je vreme kada sve stare, iskvarene religije moraju biti potpuno uništene i kada mora da se pojavi jedan potpuno novi koncept religioznosti, koncept koji slavi život: religija ljubavi, a ne zakona; religija prirode, ne discipline; religija celokupnosti, a ne savršenstva; religija osećanja, a ne razmišljanja. Srce bi trebalo da postane gospodar, i tada će stvari doći na svoje mesto.

Ako možete da verujete prirodi, postepeno ćete postati ćutljivi, tihi, srećni, radosni, slavljenički raspoloženi -jer priroda slavi. Priroda *zaista* slavi. Pogledajte oko sebe. Vidite li neki cvet koji liči na vaše svece? Vidite li neku dugu koja liči na vaše svece? Ili oblak, pticu koja peva, svetio koje se odbija o površinu reke, zvezde? Svet slavi. Svet nije tužan, svet je pesma, neverovatno lepa pesma koja prelazi u ples.

Postanite deo tog plesa i verujte svojoj prirodi. Ako verujete svojoj prirodi, postepeno ćete postati bliskiji sa kosmičkom prirodom. To je jedini način. Vi ste deo kosmosa, i kada verujete u sebe, vi u stvari verujete u ono kosmičko u sebi. Tuda vodi vaš put. Počevši od te tanke niti, možete ispuniti svoj cilj. Verujući sebi, vi verujete samom životu. Ako ne verujete sebi, vi pokazujete nepovere-nje prema postojanju koje vas je dovelo dovd.

Ja ne kažem da će vam u životu uvek cvetati cveće. Ne, ima tu i trnja, ali i ono je dobro. I ne kažem ja da će vam život uvek biti sladak. Mnogo puta će biti veoma gorak, ali tako život raste: kroz dijalektiku. Ja ne kažem da ćete uvek biti dobro. Nekada će vam biti veoma loše, ali jedno je sigurno: kada vam bude bilo loše, to će biti jedinstven osećaj, a kada se budete osećali dobro, i to će biti jedinstven osećaj. Covek može da vam veruje, može da se osloni na vas. Kada ste ljuti, čovek može biti siguran da vaša ljutnja nije lažna, da nije hladna; ona je topla i živa. A kada volite, čovek može biti siguran da je ta ljubav živa i topla.

Zapamtite, osoba koja ne može da se naljuti ne može da voli. Ruže rastu samo sa trnjem. Ako ne možete biti strastveno ljuti u jednom trenutku, ne možete strastveno ni voleti - jer ne možete biti strastveni, ne možete osetiti toplinu, ostajete hladni. A ako previše potiskujete ljutnju, uvek ćete se plašiti da zakoračite prema ljubavi, jer ko zna?

Jedan čovek je došao kod mene i rekao mi da ne može da doživi potpuni orgazam dok vodi ljubav. Jedan savršeno zdrav mladić -šta je pošlo naopako? On ili ne može da doživi orgazam, ili orgazam ostaje na lokalnom nivou, ne širi se njegovim telom. A lokalni orgazam i nije nešto važan. Kada je orgazam potpun, i svaka ćelija u vama pulsira novim životom, vi se osećate sveže, podmlađeno, i na trenutak postajete deo celine, deo neverovatne kreativnosti koja vas okružuje. Tada se izgubite. Više niste ego, topite se. Za vas tada ne postoje granice.

Ispitivao sam njegov bes. „Ali zašto ispitujete moj bes, kada je moje pitanje o ljubavi?! Ja ne mogu istinski da volim“, rekao mi je. „Zaboravi ljubav“, rekao sam mu. „Prvo moramo da

mislimo na bes, jer ako ne možeš istinski da voliš, to znači da ne možeš ni istinski da se ljutiš." Bio je iznenađen, ali se ispostavilo da je tako i bilo. Odrastao je u izuzetno religioznoj porodici gde su mu od detinjstva govorili da ne bude ljut, da kontroliše svoj bes. I naučio je da ga kontroliše. Toliko je bio uspešan, da nije ni primećivao da ga kontroliše. Postao je *pravi* kontrolor, tako da je to počeo da radi nesve-sno. On je bio osoba koja sve drži pod kontrolom. Svi su ga poštovali; u ovom društvu bi svuda uspeo. Bio je uspešan, ali se u sebi osećao promašeno. Nije mogao čak ni da voli.

Rekao sam mu: „Počni tako što ćeš se naljutiti, jer koliko sam ja shvatio, kada dođeš do vrhunca orgazma ti ne možeš da mu se prepustiš, jer se plašiš da ako mu se prepustiš, da ćeš možda iz sebe izbaciti i potisnut bes."

„Sta kažete?“, pitao me je. „Ja uvek sanjam da sam ubio svoju ženu. Sanjam da sam je ubio, da sam je zadavio dok smo vodili ljubav. I plašim se da ako izgubim kontrolu, da neću moći da se oduprem izazovu da je udavim i ubijem."

Bes je sada postao moćna sila u njemu. On se toliko plaši da prepusti kontrolu, pa kako onda može da voli? To je nemoguće. A ako vam nedostaje ljubav, nedostajace vam sve ono što vredi u životu.

Ovo represivno društvo, ova represivna civilizacija je potpuno neuspešna. Ali vi toga još niste svesni.

Čuo sam jednu lepu priču:

U vreme kada je Hruščov bio važna ličnost u Sovjetskom Savezu, često je znao da kaže da ga je Staljin povremeno tretirao kao dvorsku ludu ili klovna i da mu je naređivao: „Igraj mi gopak.“ „I igrao sam“, priznao je Hruščov. Kada bi ovo ispričao, neko iz mase bi mu doviknuo: „Zašto si ga puštao da pravi budalu od tebe?“ „Ko je to pitao? Neka ustane!“; povikao bi Hruščov. Niko se, naravno, ne bi javio, i nakon adekvatne pauze, Hruščov bi zaključio: „Evo, drugovi, zato sam igrao.“

Samo iz straha da Staljin može da vas ubije. Staljin je smrt, i vaši sveštenici su smrt, predstavnici smrti, a ne života. Vaši sveštenici su u dosluhu sa smrću i obogaljili su vam život. Vaši sveštenici govore o Bogu, a čini se kao da sa đavolom šuruju. To postoji velika zavera, a oni su uništili um celog čovečanstva. Otrgli su vas od vaših osećanja; učinili su da ostanete na nivou razmišljanja. Zato sada ne znate kako se osećate. Zato ne možete da verujete svojim osećanjima i uvek tražite nekoga ko će vam reći šta da radite.

U detinjstvu su roditelji ti koji vam govore šta da radite, a šta ne. U školi to je nastavnik; zatim profesor na fakultetu. Kasnije u društvu to je gazda, političar, voda. Svuda vam govore šta da radite, a šta da ne radite. A vi uvek tražite nekoga ko će biti dominantan da biste vi mogli da budete zavisni, jer ne znate da tumačite uputstva svog srca, svog bića. Uvek zavisite od nekog spoljašnjeg autoriteta.

To je ružno, to je jadno, i ne treba tako da bude.

Ljudi dolaze kod mene, i kažu mi: „Osho, reci nam šta tačno treba da radimo.“ Zašto ne možete jednostavno da poslušate svoje srce? U vama buja život. U vama je proleće, u vama je izvor. Zakoračite u njega. Ja vam mogu reći kako da uđete, mogu vas tome naučiti, ali odatle vi preuzimate komandu. Biblija je upravo tu u vama: prava knjiga, pravo znanje. Odatle primajte instrukcije, a kada počnete da primete instrukcije iz najveće dubine svog bića, postaće-te slobodni i srećni. Slobodna osoba je srećna; osoba koja nije slobodna nikada nije srećna. Vi ne treba da budete robovi.

Ako počnem da se prepuštam osećanjima - besu, na primer - celo telo počne nekontrolisano da mi se trese. Osećam se kao nekakav emotivni grč koji vibrira! To mi ne predstavlja problem, ali nisam siguran.

Ne, to nije problem. To je dobro. U stvari, svi bi trebalo tako da se ponašaju. Ako telo ne potiskuje, onda će to za njega biti prirodan način funkcionisanja.

Kada je um preplavljen emocijom, telo mora da odgovori na to; emocija mora biti usklađena sa pokretima tela. Ako emocija postoji, a telo je ne prati, to znači da je telo do određene granice sputano. A telo se sputava već vekovima. Ljude su učili da vode ljubav, a da se ne pomeraju; voditi ljubav tako da je celo telo nepokretno, a ljubav jedan lokalni događaj. Žene su učili da leže mirno, skoro kao mrtvaci, leševi, jer ako žena počne da se pomera, muškarac će se uplašiti. Zbog tog straha, čovek je primorao ženu¹ da bude tiha dok vode ljubav. Inače će žena postati ekstatična, ras-pomamiće se, ponašaće se maltene kao da je poludela. Skakače i igrače, napraviće orgiju i ceo komšiluk će znati! Muškarac postaje uplašen. A sam strah je dublji od straha od komšiluka. U pitanju je strah da ako se žena zaista pomera, nijedan muškarac neće moći da je zadovolji - nijedan, jer postoji prirodno ograničenje muške energije. Muškarac može doživeti samo jedan orgazam, dok ih žena može doživeti više: šest, devet, dvanaest. Muškarac će tako postati skoro impotentan pored svake žene. Svaki muškarac, kolikom god potencijom može da se pohvali, uvek će ispasti impotentan ako žena počne da se pomera.

Vekovima žene potpuno zaboravljaju na orgazam. U nekim kulturama je čak i sama ta reč nestala. Tek tokom nekoliko prethodnih decenija je ta reč ponovo vraćena u upotrebu. Postoje jezici na koje reč *orgazam* ne može da se prevede. Ona se ne može prevesti na hindu jezik, ne postoji njen parnjak. Zamislite koliko je samo telo osakaćeno!

Kada osetite strah, telo mora da se trese. To je kao kada vetar duva i lišće podrhtava. Kada se javi strah, vaše telo mora da podrhtava. Prirodna funkcija tela je da se kreće u skladu sa emocijom. Reč „emocija“ znači pokret. Ona mora biti u skladu sa pokretom tela; u suprotnom, to nije emocija.

Trik za kontrolisanje emocije je sledeći: ako kontrolišete telo, i emocija će biti pod kontrolom. Na primer, ako vam suze krenu na oči, i vi ih primorate da stanu, videćete da suze i tuga koju nosite u sebi nestaju.

Vilijem Džejms je imao jednu teoriju o emocijama. To je poznata Džejms-Langeova teorija. Obično mislimo da osoba prvo oseti strah, pa da onda počne da beži. Džejms i Lange su postavili hipotezu koja je potpuno suprotna ovom mišljenju: osoba beži, i zato oseća strah. Oni kažu da ako prestanete da trčite, strah će nestati - nemojte da trčite, i shvatićete da je strah nestao. Na neki način i jesu u pravu, pedeset posto su u pravu, jer se telo i um nalaze u odnosu pola-pola; oni su u ravnoteži. Dok vodite ljubav, vaš um počinje da stvara fantaziju i telo počinje da se kreće. Ako se i um i telo kreću prirodno, funkcionisaće zajedno. Ako je telo na neki način osujećeno, oni neće saradivati.

Dakle, bilo da osećate strah, ljubav ili bes, telo mora da se kreće sa tom emocijom. Svaka emocija mora da odgovara pokretu tela. A to je prirodna funkcija, tako da nemojte da stvarate problem od toga. Uživajte u tome, prepustite se: ne sme doći ni do najmanjeg potiskivanja. Ako vam se, na primer, tresu ruke i um im govori da prestanu, da to ne izgleda dobro, da vi niste kukavica, i da nemate razloga da se tresete - ako prekinete to, primoraćete sebe da uradite nešto neprirodno.

Predlažem vam sledeće: prepustite se tom osećanju, i počecete da uviđate da telo svaku emociju prati suptilnim i gracioznim pokretima. Dok vodite ljubav, prepustite se potpunom ludilu. Ljubav nije nešto što bi trebalo da bude lokalnog karaktera - ne treba samo genitalni

organi da budu uključeni u to, već vi u potpunosti. Ne treba da pokušavate da doživite samo seksualni orgazam, potreban vam je spiritualni orgazam. Vi kao celina morate da budete prodrmani, morate da budete ekstatični, da dođete do vrhunca i da se opustite. U stvari, ako zaista vodite ljubav, bićete u nekom stanju ludila i nećete znati ni kuda idete ni šta se dešava. To će biti skoro kao da ste drogirani.

Ljubav je najbolja droga koja postoji. Ona je unutrašnja hernija, to je sve - sve ostalo predstavlja drogu. Ako ste zaista bili ludo zaljubljeni, nakon toga ćete pasti u dubok san, najdublji mogući san, kao da ste mrtvi; um će prestati da radi u potpunosti. A kada se osvestite, osećaćete se kao da ste vaskrsli.

Svako vođenje ljubavi mora biti raspeće i uskrsnuće. Ono će vam onda doneti toliko zadovoljstva da neće biti potrebno da to iskustvo ponavljate svaki dan. Ljudi više puta ponavljaju ono što zovu vođenje ljubavi zato što nikada nisu zadovoljni.

U Indiji, najstarija knjiga o seksu, Vatsjajanina *Kama Sutra*, kaže da ako vodite zaista divlju ljubav, dovoljno je da to radite jednom godišnje! To zvuči skoro nemoguće za moderan um - jednom godišnje? A to nisu rekli ljudi koji su se sputavali na bilo koji način. Vat-sjajana je prvi svetski seksolog, i prvi koji je uveo meditaciju u seks, prvi koji je spoznao njene najdublje centre. U pravu je. Ako odnos zaista ide do ekstrema, jednom godišnje je skoro dovoljno. On će vas toliko zadovoljiti, da ćete posle njega mesecima blistati.

Nemojte, dakle, praviti problem od toga. Jednostavno budite prirodni i dopustite stvarima da se dešavaju.

VELIKI DEČACI NE PLAČU, FINE DEVOJČICE NE VIČU

Različiti načini ispoljavanja emocija

Ljubav, saosećanje, razumevanje, dobrota - svi ovi veličanstveni kvaliteti imaju ukus ženstvenosti. Postoje, takode, i muški kvaliteti, kvaliteti ratnika, hrabrosti. To su jaki kvaliteti; čovek mora da bude od čelika. Pošto su se muški kvaliteti razvijali kroz rat, a ženski kod kuće sa suprugom i decom, žena živi u potpuno drugačijem svetu. Muškarcu život stalno prolazi u borbi; tokom tri hiljade godina, na Zemlji se odigralo pet hiljada ratova - kao da je ubijanje jedina profesija kojom se bave.

Svet je podeljen na dva dela. Muškarac je stvorio svoj svet, dok je žena živela u senci, gde je isto tako stvorila svoj svet. Nažalost, tako je, jer da bi muškarac ili žena bili kompletni, da bi bili celina, moraju zajedno posedovati sve te kvalitete. I muškarci i žene treba da budu nežni poput latice ruže i čvrsti poput mača zajedno, tako da mogu da se snađu u svakoj situaciji i u svakom trenutku. Ako situacija zahteva da budete mač, vi ste spremni; ako situacija zahteva da budete latica ruže, vi ste spremni. Ova mogućnost da od latice ruže postanete mač obogatiće vam život - i ne samo prelazak između ova dva kvaliteta, već i prelazak između svih kvaliteta.

Muškarac i žena su dva dela jedne celine; njihov svet bi, takođe, trebalo da bude celina, i oni bi trebalo da poseduju sve kvalitete bez razlike. Nijedan kvalitet ne treba da bude označen kao ženski ili muški.

Kada učinite da neko postane „muževan“, ta osoba izgubi mnogo šta od života. Ona izgubi živost, očvrsne, postane gruba, skoro mrtva. A žena koja potpuno zaboravi kako da bude čvrsta, kako da bude buntovnik, teži ka tome da postane rob jer poznaje samo kvalitete slabosti. Tako ruže ne mogu da se bore protiv mača, on će ih slomiti, uništiti i ubiti.

Ljudsko biće koje je potpuno još uvek nije rođeno. Postoje muškarci, postoje žene, ali još uvek ne postoji potpuno ljudsko biće. Moj pristup se sastoji od toga da na Zemlji stvorim potpuno ljudsko biće - koje poseduje sve lepe kvalitete žene, i koje poseduje hrabrost, buntovništvo i avanturističke kvalitete muškarca. A svi oni bi trebalo da budu deo jedne celine.

Ali mi počinjemo da obučavamo decu od samog početka. Ako dečak želi da se igra sa lutkama, kao devojčice, mi ga odmah prekinemo u tome: „Stidi se; ti si dečak, ti si muškarac, ne ponašaj se kao devojčica.“ A ako devojčica pokuša da se uzveru uz drvo, odmah je zaustavimo: „Tako se ne ponaša jedna dama, ne penje se uz drvo, to je za dečake, to je grubo. Silazi dole!“ Od samog početka delimo muškarce i žene na delove. Oboje pate, jer penjanje uz drvo donosi svoje radosti, i nijedna žena ne bi trebalo da ih propusti. Biti na vrhu drveta kada duva jak vetar, kada je sunčano, dok ptice pevaju... Ako niste došli dotle, nešto ste propustili. I to samo zato što ste devojčica? Čudno: avanturistički duh, penjanje uz planine, preplivavanje okeana ne bi trebalo da vam bude zabranjeno samo zato što ste devojka, jer to

uzbuđenje je spiritualno iskustvo.

Dečaka ne bi trebalo sprečavati da plače kada to želi. Sprečavate ga, i on ne može da pusti suze - suze su samo za devojčice: „Ti si muško; ponašaj se kao muško!“ A suze donose tako divno iskustvo. Kada ste veoma tužni ili presrećni, kad god se javi neko osećanje koje vas preplavljuje, suze mu daju izraz. A ako potiskujete suze u trenutku kada one treba da izraze neku emociju, veliku tugu ili sreću, i ta emocija biva potisnuta. I dobro zapamtite da priroda nije napravila nikakvu razliku. Dala je i muškarcu i ženi suzne žlezde, iste veličine. Ali ako ste muškarac, i ako plačete, svi će vas prekore-vati: „Ponašaj se kao žena.“

Vi treba da kažete: „Šta da radim? Sama priroda mi je dala suzne žlezde. Priroda se ponaša kao žena. Ja nisam odgovoran za to, ja jednostavno uživam u svojoj prirodi. Imam pravo na suze.“

Svaki kvalitet bi trebalo da bude dostupan svima.

Postoje muškarci koji nisu sposobni da vole, jer su obučeni da poseduju određene kvalitete: „Moraš biti čvrst, moraš razvijati takmičarski duh. Ne treba da pokazuješ emocije, ne smeš biti sentimental.“ Kako, dakle, očekujete od muškarca koji nije emotivan, koji nije sentimental, kome nije dozvoljeno da voli... kako možete da očekujete od njega da voli? A kada mu nedostaje ljubav, njegov život postaje tužan. Isto se dešava na obe strane.

Ja bih voleo da sve razlike nestanu. Svima bi trebalo da bude dozvoljeno sve što je prirodno moguće, bilo da je ta osoba muškarac ili žena. Tada bi svet bio bogatiji, ispunjen bogatijim ljudima.

Muškarac razmišlja, žena oseća, a osećanje je iracionalno. Muškarcu je jako teško da nešto zamisli, dok je žena sposobna da veoma lako nešto zamisli. Centar njenog funkcionisanja su osećanja, emocije, sentiment; njene oči su stalno ispunjene sanjarenjem. Ovi snovi mogu se pretočiti u korisnu poeziju, dramu, ali ne mogu biti ni od kakve pomoći; baš suprotno, oni su odličan pokretač istine.

Istina ne predstavlja vašu maštu, ne predstavlja vaša osećanja. Istina je vaše biće.

Međutim, žena vrlo lako podlegne svojoj mašti - to nije njena krivica, takva joj je priroda. Evo nekoliko razlika između muškaraca i žena. Muškarci su u osnovi skeptični, sve dovode u pitanje, sumnjičavi su; zbog toga su sposobniji za naučno istraživanje. Ženi je teže da bude naučnik. Ali što se maštovitosti tiče, ako joj je dozvoljeno da mašta - a već vekovima joj se zabranjuje - onda nijedan slikar ne može da se meri sa njom, nijedan pesnik joj nije ravan, nijedan muzičar ne može da dosegne visine koje ona može, nijedan plesač joj nije ni blizu. Ona može da pruži neverovatnu pomoć u stvaranju lepe planete. Ona je može ispuniti pesmom, plesom i ljubavlju.

Muškarac joj, nažalost, nije dao slobodu da bude samostalna i da doprinese životu. Polovina čovečanstva je uskraćena za taj doprinos.

Koliko ja shvatam, to je učinjeno iz straha. Muškarac se plaši ženine mašte. Muškarac se plaši zato što od onog trenutka kada bi joj bila pružena sloboda da bude kreativna, muškarac ne bi mogao da se takmiči sa njom. Njegov osećaj superiornosti, njegov ego našli bi se u opasnosti. Zbog straha da bi njegova superiornost bila uništena, da bi svi njegovi veliki pesnici izgledali tako mali i da bi svi njegovi veliki slikari izgledali kao amateri, bolje je ne

dozvoliti ženi da se edukuje, bolje je uskratiti joj mogućnost da izrazi svoja osećanja i ono što nosi u srcu.

Ali što se konačne istine tiče, problem muškarca je razum, a žene njena osećanja. I jedno i drugo predstavljaju prepreku ka prosvetljenosti. Muškarac mora da odbaci svoj razum; žena mora da odbaci osećanja. Oboje su podjednako udaljeni od prosvetljenja. Uzrok udaljenosti muškarca je razum, um; uzrok ženine udaljenosti su osećanja, srce, ali ta udaljenost je podjednaka. Muškarac mora da odbaci logiku, žena emocije. Oboje moraju da odbace ono što ih ometa na putu.

Pre prosvetljenja, postoji li nada za razvoj komunikacije između muškaraca i žena? Moja supruga je veliki protivnik razuma. Ona sve moje pokušaje rasuđivanja naziva „racionalizacijom“. Šta je rasuđivanje, a šta racionalizacija? Postoji li neka razlika?

Mogu da shvatim vaš problem. Razum pripada muškarcu, emocije ženi - odatle potiče problem u komunikaciji između muškarca i žene, između supruga i supruge. Oni uvek viču jedno na drugo, ali poruka nikada ne stiže do te druge osobe jer su njihovi načini razumevanja stvari potpuno drugačiji.

U stvari, baš zato što su u pitanju različiti načini, oni se međusobno privlače. Oni su polarne suprotnosti, kao pozitivan i negativan naboj kod elektriciteta. Oni se privlače. Ali zato što su različiti, komunikacija je veoma teška, skoro nemoguća.

Muškarac uvek govori glavom, a žena uvek govori srcem. Ovo su dva različita jezika, kao da vi govorite japanski, a ja nemački, i stoga nema komunikacije.

Njih dvoje su se raspravljali i suprug je rekao: „Hajde da se ne svađamo, nego da vodimo razumnu diskusiju.“

„Neću“, rekla je besna supruga. „Svaki put kada vodimo razumnu diskusiju o nečemu, ja izgubim!“

Ako je žena spremna da izgubi, samo tada će moći da govori racionalno, uz rasuđivanje. A svaka žena zna da razumna diskusija ne vodi ka pobjedi. Ona će izgubiti, jer je muški um stručnjak za rasuđivanje. Tako da, umesto da bude logična, ona počinje da plače - sada ste vi poraženi. Vi volite svoju ženu, a ona plače... U čemu je onda svrha rasprave sa njom? Vi tada kažete: „Dobro, ti si u pravu.“ Ona je naučila da su suze daleko uspešnije. I to više nije pitanje toga ko je u pravu; sve se svodi na to ko će da pobjedi.

Ako zaista želite da uspostavite komunikaciju sa svojom ženom, ili ako žena želi da uspostavi komunikaciju sa muškarcem, jedini način je da se *oboje* odvoje od rasuđivanja i emocija. Oboje treba da se okrenu meditaciji. Meditacija nije ni rasuđivanje ni emocija; ona predstavlja prevazilaženje, prevazilaženje polariteta. Ona je tran-scedentalna. Meditacija vas vodi izvan rasuđivanja i izvan emocija; ona nije ni glava ni srce. I jedina mogućnost da se uspostavi komunikacija, bilo kakva komunikacija između muškarca i žene jeste meditacija. U suprotnom, nema nikakve šanse.

Žena će vaše rasuđivanje nazvati racionalizacijom. A šta vi radite kada žena postane emotivna? Nazivate to sentimentalnošću. Ovo su reci osuđivanja. *Racionalizacija* je reč osuđivanja, a kada vi ženinu emotivnost nazovete „sentimentalnošću“, i to je reč osuđivanja. Ali vi mislite da ste u pravu, baš kao što i žena za sebe misli da je u pravu. Ovo su samo različiti načini razmišljanja. Niko nije u pravu i niko ne greši - jer *svi* načini razmišljanja su pogrešni! Stanje nerazmišljanja je ispravno. Stanje neemotivnosti je ispravno.

Zato kada volite ženu, i ona vas iskreno voli, tu ima komunikacije, jer u ljubavi je meditacija. Ali, ono što vi nazivate ljubavlju dođe i ode. Vi još uvek niste dovoljno sposobni da je zadržite zauvek, tako da se medeni mesec brzo završava. Kada se prvi put zaljubite, sve ide dobro. Oboje se slažete jedno sa drugim, nikada ne dolazi do rasprave - puni ste razumevanja jedno za drugo, saosećate jedno sa drugim! Ali nakon završetka medenog meseca, male stvari... toliko male da kada želite da razgovarate o njima, vas je sramota.

Skoro svakodnevno se dešava da neki par dođe kod mene. Svađali su se, skoro su na ivici rastave, i ja ih pitam: „U čemu je stvar?“ Tada muškarac kaže ženi: „Reci“, a ona kaže: „Ne, ti reci“. Oni su u stvari postidjeni, jer problem je nikakav, trivijalan. Neka obična sitnica: možda je svađa počela tako što je žena želela da kupi haljinu, a muškarcu se nije svidela boja, pa je rekao: „Neću ići nigde sa tobom kada to obučeš!“ Kako je to glupo - oboje su glupi, ali to je dovoljno da započne velika rasprava. Onda počnu da uvode druge stvari, nešto krupnije, i njihove razlike odmah isplivaju na površinu. Mačevi su isukani; napravili su slona od komarca. A zatim dalje nastavljaju da osuđuju jedno drugo: „Ti grešiš - tvoje rasuđivanje je samo racionalizacija.“

Ja ne kažem da je svako rasuđivanje - rasuđivanje; devedeset devet procenata i *jeste* racionalizacija. Ne kažem ni da ženina emotivnost jeste emotivnost: devedeset devet procenata je sentimentalnost. Um je veoma lukav, bilo da je muški ili ženski. Um je veoma prepreden.

Covek od pedeset godina oženio se ženom od trideset. Taj brak izazvao je dosta govorkanja o tome među njihovim prijateljima. Kada je neko pitao novog mladoženju o razlici u godinama, on je odgovorio: „Nije uopšte loše. Kada ona mene pogleda, oseća se deset godina starije, a kada ja nju pogledam, osećam se deset godina mlađe. Tako da, zapravo, oboje imamo četrdeseti“

Ovo je racionalizacija. A racionalizacija predstavlja način prikrivanja. To je mudro, veoma mudro. Možete da racionalizujete bilo šta, i možete da se pravite da je rasuđivanje. U stvari nije. Rasuđivanje mora da bude objektivno, bez bilo kakvih predrasuda sa vaše strane.

Jednom je jedan čovek došao kod mene. On je napisao mnogo knjiga, i bio je šef katedre za paranormalna ili parapsiholška istraživanja na jednom univerzitetu. Došao je kod mene i rekao: „Pokušavam da naučno dokažem reinkarnaciju.“

Ja sam mu rekao: „Dok god to ne dokažete, ne pričajte ništa o tome, jer tako pokazujete predrasudu. Vi ste već prihvatili tu ideju kao naučno dokazanu, i sada sve što treba da uradite jeste da to i dokažete. Taj stav nije ni objektivan ni naučni. Niste racionalni uopšte. Duboko u sebi vi ste hindus i prihvatili ste tu teoriju; da ste muhamedanac, pokušali biste naučno da dokažete da reinkarnacija ne postoji. Ni um hindusa ni um muhamedanca nije um naučnika. Muhamedanac ne veruje u reinkarnaciju, tako da će pokušati da dokaže svoje verovanje uz pomoć nauke. Vi pokušavate da dokažete svoje verovanje uz pomoć nauke. To je racionalizacija.“

Covek od razuma ne veruje ni u šta, nema predrasude, nema *a priori* ideje. On se jednostavno upušta u istraživanje bez prethodnog mišljenja, bez izvođenja zaključaka. Istraživanje će dovesti

do zaključka. Samo istraživanje će to odlučiti. Ako imate čak i najmanju želju da nešto dokažete, to ćete *i* dokazati, ali ste uništili njegovu naučnu objektivnost. To više nije rasuđivanje, to je racionalizacija.

Isti je slučaj i sa emocijama. Emocija je čistota, sentimentalnost je trik. Vi ste naučili trik. Žena zna da će ona biti pobjednik rasprave ako zaplače. Suze, međutim, ponekad ne naviru tako lako, jer nije lako upravljati suzama. Ali ona pokušava da ih izazove, glumi, pretvara se. Te suze su lažne. Čak i ako poteknu, one su lažne jer ne pro-izilaze iz situacije, one su, zapravo, uvedene sa strane.

Sentimentalnost potiče iz emocije, koja je vesto izmanipulisana. Racionalnost je jedna stvar; racionalizacija je manipulacija rasuđivanja, kao što je sentimentalnost manipulacija emocija. Ako ste racionalni, *zaista* racionalni, postaćete naučnik. Ako ste zaista emotivni, postaćete pesnik. Ovo su lepe stvari. Ali, pravi dijalog će i dalje biti težak. Uz racionalizaciju i sentimentalnost on je nemoguć; uz rasuđivanje i emocije on je malo lakši - i dalje će tu biti poteškoća, ali će biti i saosećanja i pokušaja da se međusobno razumete. Racionalan muškarac će pokušati racionalno da shvati ženin ugao gledanja; žena će pokušati da razume muškarčev ugao gledanja — kroz emocije, naravno, ali će tu biti saosećanja.

Prvi korak je da odbacite svakakav vid racionalizacije i sentimentalnosti. Drugi korak je da odbacite i razum i emocije. A zatim se u tom stanju ekstaze, meditacije, javlja komunikacija. I ta prisna veza predstavlja pobožnost, u toj prisnoj vezi kada kažete „ti“ nema žene, postoji samo božanstvo; nema ni muškarca, već je tu samo božanstvo.

Terapeut mi je jednom prilikom rekao da se možemo fiksirati na osećanja isto koliko i na um, i da osećanja treba odbaciti ili ih prevazići. Cesto razmišljam o tome, jer se obično u životu vodim osećanjima, koja su zaista intenzivna. Možete li, molim vas, da kažete nešto o ovome?

Postoje tri centra iz kojih potiču naše akcije: glava, srce i biće. Glava je najpovršnija. Ona mora da razmišlja o svemu - čak i kada se zaljubite, glava razmišlja o tome: „Da li sam se zaista zaljubio?“ I ako odluči da jeste, da sve izgleda kao da ste se zaljubili, glava će drugoj osobi reći: „Mislim da sam se zaljubio u tebe.“ Ali ona polazi od razmišljanja.

Muškarci funkcionišu iz glave. Ona donosi korist; ona je stvorila celokupnu nauku, svu tehnologiju - kao i svo nuklearno oružje, a možda će uskoro dovesti do globalnog samoubistva. Žena funkcio-niše iz srca. Ona ne može da kaže: „Mislim da te volim.“ Tako nešto se nije čulo tokom cele istorije čovečanstva! Ona jednostavno kaže: „Volim te“, i razmišljanje tu nema nikakvu ulogu. Srce je dovoljno samo po sebi; njemu ne treba pomoć glave.

Ako čovek treba da bira između glave i srca, trebalo bi da se odluči za srce, jer sve životne vrednosti potiču od srca. Glava je dobar mehaničar, tehničar, ali vaš život neće biti obeležen radošću ako ste samo mehaničar, tehničar, naučnik. Glava nema sposobnost da dovede do radosti, blaženstva, tišine, nevinosti, lepote, ljubavi, do svega onoga što život čini bogatijim: srce je to koje vas vodi ovakvom životu.

Međutim, ono što vam je terapeut rekao nije pogrešno. Možete se fiksirati i na srce, na osećanja, kao što se ljudi fiksiraju na razmišljanje. A možda ni sam terapeut nije bio svestan postojanja centra koje je dublje od srca, koje je samo biće, koje ima sve kvalitete srca, ali i više od njega, koje nudi veće bogatstvo, veće blago. Blaženstvo, tišina, smirenost, usredsređenost, ukorenjenost, osećajnost, svest... određeni uvid u božansko postojanje.

Prvo pređite sa glave na srce. Ali, nemojte stati tu; to je samo prenoćište, *karavanseraj*. Tu se možete odmoriti nakratko, ali ono vam nije cilj. Idite od srca ka biću. I to je ta tajna meditacije, da gde god da se nalazite, u srcu ili u glavi, to nije ni važno; meditacija vas vodi iz glave ili iz srca do bića. Meditacija je put do centra postojanja, za koje ne možete da se fiksirate. To *ste* vi. Ko može da se fiksira na šta? Ne postoje dve stvari, samo vi - vi i vaša apsolutna slava.

Pitanje je postavila žena, i prirodno je što je uplašena. Nju osećanja vode kroz život, i ona veoma intenzivno sve proživljava. Međutim, lakše je dosegnuti do bića iz srca nego iz glave. Vi nećete izgubiti vodiča; on vam, u stvari, neće ni trebati. Vi ćete biti puni svetlosti, puni čistote... Vodstvo je potrebno slepima. Vi ćete gledati novim očima, i videćete ono što obične oči ne vide. A moći ćete i da doživite nova iskustva, koja nisu dostupna čak ni srcu.

Stoga, nema razloga za brigu. Vaša briga je prirodna jer Vas emocije vode, i izraženo ste osećajni; Vi brinete o tome šta će Vas voditi ako njih odbacite. I kako ćete onda sa intenzitetom da osetite nešto? Vi ne znate da u Vama postoji jedan dublji centar, kome vodstvo nije potrebno uopšte, gde ste *Vi* vodič, i gde Vaše intenzivno osećanje postaje potpuno, stoprocentno. I ne samo u vezi sa onim stvarima koje ste osetili srcem, već i u vezi sa univerzalnim iskustvom prosvetljenja, buđenja. Nećete postati gubitnik; nemate uopšte razloga za brigu. Ali, žena je, ipak, žena.

Čuo sam da su neke žene odlučile da poboljšaju svoj intelekt. Nema više razgovora o muškarcima, deci ili zetovima, već samo o politici i društvenim pitanjima -Poljska, El Salvador, Avganistan, bombe. A onda je jedna pitala: „A šta ćemo sa crvenim poredanom?“³

„Ja ga prosto obožavam!“, rekla je Sara. „Naročito na lepom belom stolnjaku!“

Žena na svoj način oseća, razmišlja i ima svoj pogled na svet. Vas brine sledeće: kako da odbacite osećanja? Ne morate da ih odbacite. Jednostavno upoznajte umetnost meditacije i ona će sama nestati, kao što suvo lišće otpada sa drveća. Kada vetar duva jako... Baš juče sam sedeo na tremu, vetar je jako duvao i suvo lišće je padalo poput kiše.

Kada vas meditacija duboko obuzme, vaše misli i osećanja počinju da nestaju. Meditacija čini da postanete bazen ispunjeni mirnom vodom bez talasa, toliko mirnom da izgleda kao ogledalo; možete videti svoje lice u njemu. A za to vam ne trebaju ni inteligencija ni emocije; sve postaje autentičnije, realnije, potpunije, čistije. Inteligencija ima svoj vrhunac, baš kao i ljubav.

Poznavati svoje biće i otkriti njegovu suštinu znači otkriti suštinu života. Tada otkrivete svrhu svog postojanja na ovoj planeti. Otkriva vam se namera postojanja.

Devojka mi kaže da se ja previše izolujem i da joj ne dajem dovoljno energije. Ja osećam da sam smireniji i tiši tip čoveka - barem izvan veze! Ali u sebi nosim veoma jake emocije, i ljubavi i mržnje.

Vaš način života je biti miran i tih. Nemojte sebe primoravati ni na šta; tako biste narušili svoju prirodu. Covek uvek mora da sluša svoje biće, svoje srce. Vi možete postati aktivniji, provoditi više vremena u društvu, ali će Vam to uvek smetati; nikada Vas neće ispunjavati. Vi nemate muški tip uma, već posedujete veoma ženstvenu energiju. Vaša priroda se iskazuje

preko pasivnosti, ne kroz aktivnost. Svaka aktivnost bi Vam donela grozničavost, bila bi destruktivna po Vas. Dakle, treba da radite samo onoliko koliko je potrebno. Vi morate ostati smireni, prisebni i usredsređeni. Sto Vam stvari manje odvlače pažnju, to je bolje za Vas.

Postoje dva tipa emocija - aktivne emocije, koje mogu biti ispunjene kroz visok stepen aktivnosti, i pasivne emocije, koje se ne mogu ostvariti kroz aktivnost, koje se mogu ostvariti samo kroz događaje. Vi ne možete biti veliki ljubavnik, Vi možete da budete samo veliki primalac ljubavi. To će biti dar za Vas; Vi ne možete da je stvorite, ne možete da „uradite“ to. Vi samo možete da dopustite da se ona desi. Jedina aktivnost moguća za Vas jeste dopuštanje, ali Vi životu ne možete da pristupite kroz aktivnost. Čekajte da život dođe i zakuca na Vaša vrata.

Vaš život sastojće se od čekanja - ne od traženja, aktivnog traženja, niti od jake želje, velike žeđi, već od čekanja, kao što je slučaj kod žena. Žena nikada ne preuzima inicijativu u ljubavi. Ona čeka da njen muškarac preuzme inicijativu. Ona čak ni ne kaže: „Volim te“, ona čeka da muškarac to kaže. I onda ga prihvati ili odbije, ali nikada neće preuzeti inicijativu. Kad god žena preuzme inicijativu, ona je više muškobanjast tip, i njoj će biti potreban ženstveniji tip muškarca.

I zapamtite, kada govorim o muškarcu i ženi, ja ne mislim samo na njihove fiziološke aspekte; to je izuzetno površno. Ljudi se razlikuju po svojoj unutrašnjoj suštini. Mnogi muškarci su ženstveni, a mnoge žene su muškobanjaste, i zbog toga što to ne razumemo, javlja se kompleksnost.

Na primer, ako sretnete pravu ženu - pod „pravom ženom“ podrazumevam onu koja je i fiziološki i iznutra žena - Vi nećete biti ispunjeni uz nju, jer će za Vas ta veza biti skoro kao homoseksualna. Vama treba jedna veoma aktivna žena, koja je skoro muškarac. Tek tada ćete osetiti duboku ljubav prema njoj. To Vaša devojka radi; zato imate osećaj da ona budi život u Vama, jer podstiče onaj zanemareni deo Vas. Ona postaje Vaša aktivnost, ono što Vi ne možete da postanete; ona Vas upotpunjava.

Prvo što treba da uradite jeste da ne razmišljate o aktivnom pristupu životnoj istini. Vi morate ostati pasivni; pasivni, ali na oprezu. Ne kažem da treba da budete pasivni i previše opušteni, ili pasivni i uspavani.

Ne. Kažem, pasivni i na oprezu - da ne idete nigde, i ne radite ništa; samo posmatrajte ono što se događa, dopuštajte i posmatrajte.

Budite smireni, ali na oprezu. Taj oprez treba da predstavlja Vašu jedinu aktivnost.

Drugo, čak i kada volite nekoga, nemojte ništa da „pokušavate“. Jer to je prirodna težnja muškarčevog uma; kada voli, on želi da dokaže ženi da je veoma aktivan, veoma agresivan. Veoma muževan. Ako budete to radili, ići ćete protiv svoje prirode i tako ćete zavaravati ženu; ona nikada neće biti srećna sa Vama. Vi morate biti svoji. Samo tada će dubok odnos i intimnost biti mogući.

Istina je jedina koja donosi zadovoljstvo. Odluka je, dakle, na Vašoj devojci. Zaljubila se u monaha - šta da radi? Zaista bi trebalo da budete u manastiru, ali ste ipak ostali u svetu, i ona Vas je uhvatila!

Jednostavno ostanite ono što jeste. Sve što je lažno se otkrije pre ili kasnije. Jednostavno se opustite i budite svoji, jer ljudi vole istinu, ne glumatanje. Nemojte nastupati sa praznim gestovima. To će biti dobro za Vaše zdravlje, za Vaš unutrašnji mir, biće dobro za Vaš razvoj. A biće dobro i da Vas drugi ljudi razumeju i postave se prema Vama na određeni način.

**Ne mogu da izrazim svoje potrebe, i nikada to nisam mogao. Prikrivam ih
lepim ponašanjem, racionalizacijom i generalizacijom. Zvuči mi
izveštačeno kada pokušam da kažem ono što osećam!**

Osećanja se ne mogu izraziti. Ako živite samo u glavi, imaćete utisak da ste jedinstveni, jer glava se lako izražava. Sve načine izražavanja izmislila je glava; oni su njen način govora. Ali kada počnete da *osećate* nešto, tada se javlja problem. Imaćete osećaj da ništa nije autentično, da je lažno, jer kako god da se izrazite, to neće biti ono što osećate, i ono što osećate nećete moći da izrazite.

To nije nedostatak autentičnosti - samo morate da se naviknete na činjenicu da osećanja ne mogu da se izraze. Bilo kakvo izražavanje ne odgovara osećanjima.

Nema, dakle, potrebe da budete tužni zbog toga, nema potrebe da brinete. Samo zapamtite da osećanja ne mogu da se izraze kao što to mogu misli. Misli su stvorile jezik, za sebe, i zato im on savršeno odgovara. Osećanja su potpuno drugačiji svet. Samo zapamtite da osećanja ne mogu da se iskažu na adekvatan način, i neće biti potrebe da zbog toga brinete.

To ne znači da Vi niste autentični. Prvi put posle toliko godina, osetili ste šta su to osećanja; i tu počinje problem. To ne znači da niste autentični, već da ste dugo živeli vodeni glavom. Vaše srce otvara se prvi put, pred Vama se otvara novi svet čiji jezik ne poznajete, pa se u njemu osećate kao da ste neobrazovani, nepismeni. To se svima dešava, jer pismenost potiče iz glave. Kada otvorite srce, odjednom osetite kao da ste nepismeni. Ali srce će naći svoj put korak po korak.

Ono nikada neće biti adekvatno poput glave, nikada neće biti toliko bistro, toliko vesto kao glava. Ono nikada neće biti ni toliko efikasno, ali će pronaći svoj put. Tako volite nekoga - jednostavno se držite za ruke, jer šta god da kažete sada može da izgleda toliko glupo da se trudite da to iskažete govorom tela. Ili grlite tu osobu. Vi govorite: „Ne mogu to da kažem, mogu samo da budem“ - zagrljaj je način bivstvovanja. A možete i da zaplačete, da vam suze poteku; toliko ste ispunjeni radošću da je svaka reč neodgovarajuća. Ili pak igrate, pevate neku pesmu... Sve ovo su, međutim, indirektni načini.

Svi oni će doći postepeno; nemojte da brinete. Samo ćete morati da naučite novi jezik, novu gramatiku, novu semantiku. Ne možete da uradite ništa protiv toga. Potrebno je samo da se svemu prepustite, morate da budete luckastiji, to je sve. Um će Vam reći da postajete sve više i više budalasti; ali i morate da postanete za nijansu ljudi! A srce pronalazi svoj put; on se u mnogo čemu razlikuje od puta glave.

Trenutno se Vaše srce otvara prvi put, tako da ćete osetiti ovu razliku. Glava Vam je razvijena, inteligencija, veština; srce Vam je potpuno novo. Zbog ove razlike će se u Vama javiti osećaj da to niste vi - a to nije tačno!

Jednostavno uživajte u srcu i njegovim osećanjima. Više se koncentrišite na telo i govorite kroz njega, kroz pokrete. A male stvari su veoma izražajne, zar ne? Možda nećete moći da kažete nešto svojoj ženi, ali možete joj dati cvet. Ili sam način na koji ćete je pogledati, način na koji Vas je šarmirala, način na koji Vam zasijaju oči sasvim je dovoljan. Žene razumeju takve stvari. U stvari, ako previše pričate, to su sve gluposti. Žena ne vidi šta Vi pričate, ona vidi šta *osećate*. To je jedan od problema; muškarac misli: „Ja pričam tako lepe stvari, pokazujem ljubav, govorim joj fantastične stvari“, a žena je prosto nezainteresovana! Ona zna kada govorite i ne unosite svoje srce u to. Ponekad ste tihi, i žena to razume. Način na koji je gledate, ili je držite za ruku, ili sedite u tišini gde nijedna reč nije prozborena, a komunikacija se odvija.

Žena se još uvek oslanja na intuiciju. Ona je još uvek prirodnija od muškarca, više je divlja od

njega; u tome je njena lepota. A tu leži i nada za čovečanstvo, u tome što je bar pola čovečanstva i dalje divlje, necivilizovano. Postoji nada da će se i druga polovina vratiti necivilizaciji, da će ponovo postati nekulturna.

**Zar nije donekle hrabra ženina volja da otkrije i iskaže nežne emocije?
Možete li da kažete nešto više o hrabrosti i mudrosti srca, u odnosu na
kvalitete uma koji teže avanturi i nauci?**

Način na koji srce postupa je divan, ali opasan. Način na koji um postupa je uobičajen, ali siguran. Muškarac je izabrao najsigurniji i najkraći put u životu. Žena je *izabrala* najlepší, najstrmiji, najopasniji put emocija, sentimentalnih osećanja, promene raspoloženja. A pošto muškarci odvajkada upravljaju svetom, žene su neverovatno patile. Žena ne može da se uklopi u društvo koje je stvorio muškarac, jer je to društvo stvoreno u skladu sa razumom i logikom.

Žena želi društvo koje je stvorilo srce, a u društvu koje je stvorio muškarac srcu nema mesta. Muškarci moraju da nauče da se više prepuste srcu, jer razum je odveo čovečanstvo ka globalnom sa-moubistvu. Razum je uništio harmoniju prirode, ekologije. Razum je dao divne mašine, ali je uništio lepotu čovečanstva. Za sve je potrebno malo više srca.

Što se mene tiče, put ka unutrašnjem biću bliži je kada krenete od srca nego od uma. Um je prečica ako idete napolje, dok srce predstavlja duži put. Ako idete unutra, sve se menja u potpunosti: srce je prečica do bića, dok um predstavlja najduži put koji možete da osmislite.

Zato ja glasam za ljubav, jer ćete idući putem ljubavi lako stići do meditacije, do večnosti života, do svoje božanstvenosti; to je veoma teško ako krenete iz glave. Tada prvo morate da dođete do srca, pa tek onda možete da krenete ka biću.

Ja stavljam naglasak na ljubav iz čisto duhovnog razloga. Žena odmah može da krene iz srca... i muškarac može da krene prema srcu bez problema. Samo su ga pogrešno naučili; tu je samo uslovlja-vanje u pitanju. Rečeno mu je da bude jak, grub, da bude muškarčina, a sve to nema smisla. Nijedan muškarac ne plače i ne dopušta sebi da tugu ili radost iskaže suzama jer mu od detinjstva govore da su suze za žene, da je to ženskasto. Muškarci nikada ne plaču.

Koja je svrha suza? One su potrebne! One predstavljaju jedan neverovatno značajan jezik. One dolaze u trenutku kada ništa ne možete da kažete, jer one to mogu da pokažu. Možete biti toliko radosni da vam suze poteku. Suze su uvek simbol iskustva koje vas preplavljuje. Možete biti toliko tužni da se to recima ne može iskazati; onda vam suze pomažu. Zato su žene manje sklone ludilu od muškaraca, jer su spremne da plaču i ridaju i da svakog trenutka bace nešto; one mogu svaki dan da polude na neko vreme. Dok muškarac sve to skuplja u sebi, a onda jednog dana eksplodira - potpuno! Žene se prepuštaju malim količinama ludila - što je pametnije, završiti sa tim do kraja dana. Zašto skupljati u sebi?

Muškarci u većem broju slučajeva u odnosu na žene počinjavaju samoubistvo. To je čudno; žene češće od muškaraca govore o tome da će počiniti samoubistvo, ali retko to rade. Muškarci skoro nikada ne govore o samoubistvu, ali kad se sve sabere češće ga počine, skoro dva puta češće. Muškarac stalno potiskuje, nosi određenu masku, koja je lažna. A za sve postoji granica; dođe trenutak kada više ne može da izdrži i sve se raspadne.

Muškarci moraju da nauče da se više prepuste srcu, jer od srca polazi put prema biću. Srce ne možete zaobići. Žena je u boljoj poziciji; ona pravo iz srca može da krene ka biću. Međutim, umesto da prepoznaju ovaj neverovatan kvalitet kod žena, muškarci ih osuđuju. Možda to i jeste razlog; možda su muškarci postali svesni su-perirornosti koju žena poseduje,

superiornosti ljubavi.

Nikada logika ne može biti iznad ljubavi, niti glava može biti iznad srca. Um, međutim, može dovesti do ubistva, može biti veoma nasilan, a upravo to um radi već vekovima. Muškarci tuku žene, sputavaju ih, osuđuju. A kao rezultat toga uskratili su sebi razvoj sopstvene svesti. I oni su mogli da nauče umetnost uzdizanja; i oni su mogli da hodaju istom stazom. Zato ja uvek kažem da je oslobođenje žena ujedno i oslobođenje muškaraca. Čak je i *veće* oslobađanje muškaraca nego žena.

Da, žene poseduju više ljubavi... ali treba da znaju i drugu stranu novčića. Muška strana uma je sačinjena od logike, dok je ženin um sačinjen od svega nelogičnog; to nije opasno, samo je pogrešno, i može se ispraviti. Zato je put srca lep, a opasan. Druga strana ljubavi je mržnja; druga strana ljubavi je ljubomora. Dakle, ako se žena okrene mržnji i ljubomori, sva lepota ljubavi umire i njoj ostaje samo otrov. Ona će zatrovati sebe, i zatrovaće sve ljude koji je okružuju.

Da bi čovek voleo, mora biti na oprezu, jer u svakom trenutku može da upadne u jarak mržnje, koji je veoma blizu. Svaki vrhunac ljubavi je veoma blizu mračnoj dolini mržnje; ona sa svih strana okružuje vrh i vrlo lako možete da se okliznete i padnete na nju.

Možda se zato većina žena odluči da ne voli. Možda su zato muškarci odlučili da žive glavom i zaborave na srce... jer je srce tako osetljivo. Vrlo ga je lako povrediti; njegovo raspoloženje se menja baš kao i vetar.

Onaj ko zaista želi da nauči umetnost ljubavi, mora sve ovo imati na umu, i mora voditi računa da ljubav ne upadne u ovaj jarak mržnje i ljubomore. U suprotnom će put ka biću biti nemoguć - čak i teži od puta koji polazi od glave.

Žena mora da se oslobodi ljubomore, mora da se oslobodi mržnje. Muškarac mora da se oslobodi logike i moći će malo više da voli. Logika se može iskoristiti; korisna je. Korisna je u naučnom radu, ali ne i u međuljudskim odnosima. Muškarac mora da vodi računa da logika ne postane jedini način njegovog života, da ona bude samo instrument koji će on iskoristiti i ostaviti sa strane. Žena mora da vodi računa da je ne obuzme mržnja, ljubomora, bes, jer oni će uništiti njeno neprocenjivo blago ljubavi. A oboje moraju da zađu dublje u ljubav. Sto se više budu prepustili ljubavi, biće bliže svom biću.

Biće nije mnogo daleko. Ono predstavlja najdublji deo ljubavi, ljubavi koja je apsolutno čista, bezuslovna. Ljubavi koja je na oprezu, koja je svesna, koja se odmah pretvara u talas revolucije; ona otvara vrata najdubljeg hrama bića. A doći do svoje suštine znači uzeti sve što vam život pruža: sve mirise, svu lepotu, svu radost i sve blagoslove.

EMOCIJE I TELO

Vaše telo ne čine samo fizički delovi. Mnoge druge stvari ulaze u vaše mišiće, telesnu strukturu, kroz potiskivanje. Ako potiskujete bes, otrov ide u telo. Ide u mišiće, odlazi u krv. Ako nešto potiskujete, to nije samo mentalni fenomen, već je i fizički, jer vi zapravo niste odvojeni. Vi niste telo „i“ um; vi ste telom, psihoso-matični ste. Vi ste i jedno i drugo zajedno. Dakle, šta god da se dogodi telu, to utiče na um, i šta god da se dogodi umu, to utiče na telo. Telo i duša su dva aspekta jedne iste celine.

Šta se dešava sa telom ako ste, na primer, ljuti? Kad god se naljutite, određeni otrovi oslobađaju se i dolaze u krv. Bez ovih otrova nećete poludeti dovoljno da pobesnite. U telu postoje određene žlezde, koje oslobađaju određene hemikalije. Ovo je čista nauka, ne filozofija. Krv postaje zatrovana. Upravo zbog toga, kada ste besni, možete da uradite ono što obično ne biste. Zato što ste besni, možete da pomerite veliki kamen - a to obično ne možete da uradite. Čak kasnije i ne možete da verujete da ste pomerili toliki kamen, ili da ste ga bacili, ili podigli. Kada se vratite u normalu, nećete moći da ga podignete jer niste više isti. Određene hemikalije su vam bile u krvi; bili ste u stanju pripravnosti; vaša ukupna energija dovela je do toga da uradite nešto.

Međutim, kada se životinja naljuti, ona se samo naljuti. Ona ne zna za postojanje morala u vezi sa tim, za postojanje bilo kakvog učenja; ona jednostavno pobesni i taj bes izbacila iz sebe. Kada se čovek naljuti, taj bes je sličan besu životinje, ali onda na scenu stupaju društvo, moral, etika, i hiljadu drugih stvari. Čovek mora da potisne bes. Mora da pokaže da nije besan, mora da nabaci lažni osmeh. Čovek razvuče osmeh i potisne bes. Sta se onda dešava telu? Telo je bilo spremno za borbu - ili da se bije ili da pobegne od opasnosti, ili da se suoči sa njom ili da zbríše. Telo je bilo spremno da *uradi* nešto; bes samo predstavlja spremnost da se nešto uradi. Telo je želelo da bude nasilno, agresivno.

Ako biste mogli da budete nasilni i agresivni, onda bi se energija oslobodila. Ali ne možete: nije zgodno, tako da potiskujete bes. Sta će se onda dogoditi tim mišićima koji su bili spremni da postanu agresivni? Postaju osakaćeni. Energija ih tera da budu agresivni, a vi ih smirujete da biste izbegli agresiju. Tako dolazi do sukoba. U mišićima, krvi, tkivu dolazi do sukoba. Svi oni spremni su da nešto urade, a vi im to ne dozvoljavate. Sputavate ih. Tako vaše telo postaje osakaćeno.

Ovo se dešava sa svakom emocijom svakog dana, godinama. Vaše telo zatim celo postane osakaćeno. Svaki nerv postane osakaćen; više nisu gipki, nisu živi. Postali su umrtvljeni, otrovani i zapetljali su se. Više nisu onakvi kakvi bi trebalo da budu.

Pogledajte bilo koju životinju i obratite pažnju na njeno graciozno telo. Sta se dešava sa ljudskim telom? Zašto ono nije tako graciozno? Svaka životinja je graciozna - zašto onda nije i ljudsko telo? Sta mu se dogodilo? Nešto ste mu uradili. Slomili ste ga, i njegova prirodna spontanost je nestala. Počelo je da stagnira. U svakom de-lu vašeg tela nalazi se otrov. U svakom mišiću nalazi se potisnut bes, potisnuta seksualnost, potisnuta pohlepa, ljubomora, mržnja. Sve što je potisnuto nalazi se tu. Vaše telo je zaista bolesno.

Psiholozi kažu da smo stvorili štit oko tela i da je problem u tom štitu. Ako bi vam bilo dozvoljeno da u potpunosti izrazite svoj bes, Šta biste uradili? Kada se naljutite, počnete da škrgućete zubima; želite da uradite nešto sa noktima i rukama, jer tako se postavlja vaše životinjsko nasleđe. Želite da uradite nešto rukama, da uništite nešto. Ako nešto ne uradite, prsti će vam postati osakaćeni, izgubiće svoju gracioznost, lepotu. To više neće biti živi udovi. A tu je i otrov, tako da kada se rukujete sa nekim, tu zapravo nema dodira, nema života, jer vaše ruke su umrtvljene.

To možete i sami da osetite. Dodirnite ruku malog deteta: tu postoji suptilna razlika. Ako dete ne želi da vam pruži ruku, to je u redu; samo će je povući. Ono vam neće dati umrtvljenu ruku, jednostavno će je povući. Ali, ako želi da vam pruži ruku, imaćete osećaj da se ta ruka topi u vašoj. Toplota, ceo osećaj - kao da se dete celo une-lo u tu šaku. Taj dodir, on izražava ljubav u najvećoj mogućoj meri.

Ali isto to dete, kad odraste, rukovaće se kao da je ruka neki umrtvljeni instrument. Neće biti ni u kakvoj vezi sa njom, neće se prepustiti rukovanju. Ovo se događa zbog blokada. Bes je blokiran, i zaista, pre nego što vaša ruka ponovo oživi i bude u mogućnosti da pokazuje ljubav, moraće da prođe kroz agoniju, moraće da izvuče sav bes i ispolji ga. Ako se bes ne ispolji, on vam blokira energiju, tako da ljubav ne može da protiče.

Čelo telo vam postaje blokirano, ne samo ruke. Vi možete da zagrlite nekoga, možete nekoga da približite svojim grudima, ali to nije isto što i prigrliti nekoga srcem. Ovo su dve različite stvari. Možete držati nekoga blizu grudi - to je fizički fenomen. Ali, ako imate štit oko srca, ako su vam emocije blokirane, onda osoba ostaje na istoj udaljenosti; bilo kakva intimnost je nemoguća. Ali ako osobu *zaista* privučete sebi, a štita nema, nema nikakvog zida između vas i te osobe, onda će se vaše srce stopiti sa srcem te druge osobe. Doći će do spajanja, do ujedinjenja.

Kada vaše telo ponovo postane prijemčivo i oslobodi se blokada, kada nema otrova u okolini, uvek ćete imati blagi osećaj da vas okružuje radost. Šta god da radite ili ne radite, uvek ćete oko svog tela osećati suptilnu vibraciju radosti. Zaista, radost znači da je vaše telo postalo sinhronizovano, i ništa više - vaše telo je uhvatilo muzički ritam, i to je sve. Radost nije zadovoljstvo; zadovoljstvo proizi-lazi iz nečeg drugog. Radost znači biti to što jesi: živ, pun života, vitalan. Tiha muzika koja se nalazi oko vašeg tela i u njemu, ta simfonija - to je radost. Možete biti radosni kada se vaše telo kreće sa lakoćom, kada se kreće kao reka.

Primetio sam da kada se naljutim, rastužim ili zabrinem, dolazi do fizičke reakcije koju osećam u stomaku ili solarnom pleksusu. Ponekad, kad sam mnogo uznemiren, ovaj osećaj je toliko jak da imam problema sa spavanjem, ili mi se uopšte ne jede. Možete li da kažete nešto o tome?

Svi nose gomilu đubreta u stomaku, jer to je jedino mesto u telu gde sve može da se potisne. Drugo mesto ne postoji. Ako želite nešto da potisnete, to morate potisnuti u stomak. Želite da plačete - supruga vam je umrla, neko od vaših voljenih je umro, prijatelj vam je umro - ali to ne izgleda lepo. Izgledali biste kao slabić, da plačete zbog gubitka nekoga, i vi to potiskujete. Gde smestiti te suze? Naravno, morate ih potisnuti u stomak. To je jedino mesto dostupno u telu, jedino šuplje mesto gde možete da skladištite stvari.

Ako potiskujete u stomak... A svako je potisnuo različite emocije - ljubav, seksualnost, bes, tugu, cmizdrenje, pa čak i smeh. Ne smete da se smežete iz stomaka - to izgleda nepristojno, izgleda vulgarno. U mnogim kulturama je nekulturno smežati se iz stomaka. Potisnuli ste,

dakle, sve. I zbog toga ne možete duboko da dišete, udisaji su vam plitki. Ako biste disali duboko, onda biste oslobodili energiju tih potisnutih rana. Uplašeni ste. Svi se plaše da dozvole sebi da dišu stomakom.

Svako dete, čim se rodi, diše stomakom. Pogledajte usnulo de-te: stomačić mu ide gore-dole, ne grudi. Nijedno dete ne diše grudima; deca dišu iz stomaka. Deca su potpuno slobodna, ništa nisu potisnula. Ništa im nije potisnuto u stomake i ta praznina donosi telu lepotu.

Od trenutka kada je previše toga potisnuto u stomak, telo se de-li na dva dela - gornji i donji. Od tada niste jedno; postajete dva de-la. Donji deo je odbačeni deo. Jedinstvo je izgubljeno; dualitet se uselio u vaše biće. Sada više ne možete da budete lepi, ne možete da budete graciozni. Umesto jednog tela nosite dva, između kojih će uvek ostati rupa. Ne možete lepo da hodate; kao da morate da nosite noge. Ako je, zapravo, telo jedinstveno, noge će nositi vas. Ako je telo podeljeno na dva, onda vi morate da nosite noge. Morate da vučete telo; ono postaje nalik tovaru. Ne možete da uživate u dobroj šetnji, ne možete da uživate u plivanju, ne možete da uživate u brzom trčanju jer telo nije jedno. Za svaki ovaj pokret, i uživanje u njima, telo mora biti ujedinjeno. Morate ponovo da stvorite sklad; stomak se mora potpuno očistiti.

Za pročišćavanje stomaka potrebno je veoma duboko disanje, jer kada duboko udahnete i duboko izdahnete, stomak izbacuje sve ono što sadrži u sebi. Prilikom izdisanja stomak se oslobađa. Otuda je duboko disanje važno. Naglasak treba da bude na izdisanju, da bi se stomak oslobodio svega što nosi bez potrebe.

Kada stomak više ne bude nosio emocije u sebi, ako ste imali opstipaciju, ona će iznenada nestati. Kada potiskujete emocije u stomak, doći će do opstipacije jer stomak nije slobodan da se kreće. Pod vašom je potpunom kontrolom; a vi mu ne smete dozvoliti slobodu. Dakle, ako se emocije potiskuju, dolazi do opstipacije. Opstipacija je više mentalna bolest nego fizička; više pripada umu nego telu.

Zapamtite, međutim, da ja ne delim um i telo na dvoje. Oni su samo dva aspekta jednog istog fenomena. Um i telo nisu dve stvari; telo je psihosomatski fenomen. Um je osetljiviji deo tela, dok telo čini najveći deo uma. I oni međusobno utiču jedno na drugo; rade istovremeno. Ako nešto potiskujete u umu, telo će početi da potiskuje. Ako se um oslobodi svega, i telo će se osloboditi svega. Zato ja stavljam veliki naglasak na katarzu u tehnikama meditacije koje sam razvio. Katarza je proces pročišćenja.

U Indiji solarni pleksus zovemo *manipura*; on je centar svih oseća-nja, svih emocija. Emocije potiskujemo u *manipuru*. Ta reč znači „dijamant“ - život je vredan zbog osećanja, emocija, smeha, plača, suza i osmeha. Život je vredan zbog svega ovoga; svi oni predstavljaju slavu života - otuda se treća čakra, treći energetski centar, naziva *manipura*, dijamantska čakra.

Jedino čovek može da ima ovaj dragoceni dijamant. Životinje ne mogu da se smeju; ne mogu, naravno, ni da plaču. Suze predstavljaju određenu dimenziju koja je dostupna samo ljudima. Lepota suza, lepota smeha, poezija suza i poezija smeha dostupni su samo ljudima. Sve životinje imaju samo dve čakre ili centra: *muladhar*, ili centar seksa, centar života, i *svadhistan*, hara⁴, ili centar gde život napušta telo. Životinje se rađaju i umiru; između ta dva trenutka ne događa se puno toga. Ako se i vi rodite i umrete, i ništa više se ne desi, onda ste životinja: vi još uvek niste ljudsko biće. A milioni ljudi žive samo sa dve čakre; nikada ne odu iza njih.

Učili su nas da potiskujemo osećanja, učili su nas da ne budemo osetljivi. Učili su nas da se ne

isplati imati osećanja: budi praktičan, budi grub. Nemoj biti mekan, nemoj biti ranjiv, inače će te eksploa-tisati. Budi jak! Makar se predstavi da si jak, makar se predstavi da si opasan, da nisi mekušac. Stvori strah oko sebe. Nemoj da se sme-ješ, jer ako se smeješ, ne možeš da izazoveš strah kod drugih ljudi. Nemoj da plačeš; ako plačeš, pokazuješ da se plašiš. Ne pokazuj svoja ograničenja koja imaš kao čovek. Pretvaraj se da si savršen.

Potisnite treći centar i postajete vojnik; ne čovek, već vojnik: čovek koji pripada vojsci, lažan čovek. U tantri se mnogo radi na opuštanju trećeg centra. Emocije se moraju osloboditi, moraju biti opuštene. Kada vam se plače, morate da plačete; kada vam se sme-je, morate da se smežete. Morate da odbacite glupost zvanu potiskivanje; morate da naučite šta je to ispoljavanje, jer jedino kroz osećanja, emocije, osetljivost dolazite do one vibracije koja omogućava komunikaciju.

Zar niste to već videli? Možete da govorite šta god hoćete, a ništa nije rečeno; ali kada se jedna suza skotrlja niz obraz, sve je jasno. Jedna suza može da kaže mnogo više. Možete satima pričati, a da to ništa ne znači, ali suza govori sve. Možete da govorite: „Veoma sam srećan, i tako to...“, ali vaše lice može da pokaže upravo suprotno. Mali smeh, pravi, iskreni smeh, i ne morate više ništa da kažete -smeh sve govori. Kada ugledate prijatelja, vaše lice se ozari, isijava radošću.

Treći centar mora sve više i više da bude dostupan. On se protivi razmišljanju, tako da ako se prepustite trećem centru, lakše ćete se osloboditi napetih misli. Budite iskreni, osetljivi; dodirujte više, osećajte više, smejte se više, plačite više, i zapamtite - ne možete da uradite više nego što je potrebno; ne možete da preterate. Ne možete da izazovete nijednu suzu više nego što je potrebno, niti možete da se smežete više nego što je potrebno. Nemojte se zato plašiti, i nemojte se prepuštati očaju.

Otkako sam počela da meditiram, primetila sam da mi se telo i osećanja koja imam prema njemu dosta menjaju. Način na koji hodam, način na koji posmatram sebe dok se tuširam, kako osećam svoje telo - sve mi izgleda drugačije da se jedva prepoznajem. Da li to telo prati um, i da li je um pao pod utkaj srca?

Čovek nije mašina, već je organizam, i vrlo je važno razumeti razliku između ova dva. Mašina je sastavljena od delova, a organizam od elemenata. Delove možete da razdvojite; ništa neće prestati sa radom. Delove zatim ponovo možete da sastavite i mašina može da radi. Međutim, kod organizma, ako razdvojite elemente, nešto umire. Možete ih ponovo sastaviti, ali organizam neće ponovo oži-veti. Organizam je živa jedinica; sve je međusobno povezano.

Šta god da vam se desi sa telom, umom, srcem ili svešću, to će uticati na promene u celom organizmu. Utićaće na Vas u celini. Elementi koji čine organsku jedinicu nisu samo delovi koji su zajedno sastavljeni; tu ima nečeg više.

Mašina predstavlja skup svojih delova. Organizam je nešto više od sume delova - a to „više“ je Vaša duša, koja je protkana u sve ono od čega ste sačinjeni. Tako da će svaka promena, šta god da se dogodi, uzburkati čitavo Vaše biće.

Zbog toga postoje različiti sistemi. Joga je, na primer, jedan od najpoznatijih sistema koji koriste ljudi koji rade na samoostvariva-nju. Ali, skoro čela njena funkcija je telesna, svodi se na položaje te-la. Ona predstavlja neverovatno istraživanje; ljudi koji su je stvorili su uradili skoro nemoguć posao. Otkrili su u kojoj pozi vaš um razmišlja na određen način, u kojoj pozi

srce kuca u određenom ritmu, u kojoj pozi je svest više ili manje izražena. Razvili su telesne pozicije na takav način da dok radite samo na telu, ne baveći se ničim drugih, vi u stvari menjate celo svoje biće.

Ali, to je dug, dosadan i težak rad, jer je telo potpuno nesvestan deo vašeg bića. Obično je teško istrenirati ga, naročito kada su u pitanju poze koje nisu prirodne. I pošto su ljudi koji su razvili sistem joge otkrili da je život previše kratak za rad sa svim pozama tela da bi se promenilo celokupno unutrašnje biće, oni su bili prvi na svetu koji su razmišljali o produženju ljudskog veka da bi mogli da postignu cilj u jednom životu.

Problem sa telom je što možete da vežbate celog života - šezdeset, sedamdeset godina - i možete doći do određenog stanja, ali će telo umreti.

A kada dobijete novo telo, morate da počnete od početka; ne možete nastaviti tamo gde ste stigli u prethodnom životu. Ovo je za jogu predstavljalo veliki problem, tako da su jogini počeli da traže način kako da produže ljudski vek.

Na primer, lotos pozicija je svima poznata, pozicija u kojoj sedi Buda. To je najpoznatija pozicija. Otkriveno je da gravitacija ima najmanje uticaja na čoveka ako sedi u lotos poziciji, potpuno prave kičme, dok je celo telo opušteno. A gravitacija je ta koja vas ubija; što veći uticaj gravitacija ima na vas, to ste bliže grobu. To je postalo potpuno jasno kada je Ajnštajn rekao da kada bismo napravili vozila koja idu brzinom svetlosti, ljudi koji bi se njima vozili ne bi starili - uopšte. Ako bi otputovali sa Zemlje i vratili se za pedeset godina, njihovi savremenici bi bili mrtvi. Možda bi jedno ili dvoje bilo živo, na samrti, ali bi putnici u svemir bili istih godina kao kada su krenuli.

Njegova ideja je bila da brzina svetlosti usporava starenje. Međutim, to je samo hipoteza; ne postoji eksperiment koji bi to dokazao. Teško je napraviti vozilo koje bi se kretalo brzinom svetlosti, jer bi sve što ide tom brzinom izgorelo. Ne postoji metal ili materijal od kog bi moglo da se napravi takvo vozilo tako da to izgleda nemoguće.

Ajnštajn, međutim, nije znao za objašnjenje koje nudi joga. Objašnjenje koje joga nudi jeste da bi se čovek vratio na Zemlju sa istim brojem godina jer je bio izvan polja gravitacije; zato ne može da stari. A to zvuči mnogo praktičnije, mnogo učenije, a ne samo kao hipoteza. Hiljade jogina je živelo duže od bilo kog drugog čoveka. Samo dok sede u toj poziciji, gravitacija ima najmanji uticaj na njih.

Međutim, razlog zašto su jogini postali zainteresovani za metode produžavanja životnog veka nije njihova želja za samim životom, već je razlog tome što su izabrali sporo prevozno sredstvo koje bi ih dovelo do transformacije: telo. Ali, ljudi su doživeli prosvetlje-nje uz pomoć tela. Oni nisu radili ništa drugo, samo su učili i uve-žbavali određene poze tela. U određenoj pozi um radi na određeni način. U jednoj pozi um prestaje sa radom, u drugoj njegova pažnja postaje izoštrena, i tako redom.

Možete da primetite da se to događa i u svakodnevnom životu. Kada vas obuzme bilo koje raspoloženje, emocija, misao, vaše telo zauzima određenu poziciju. Ako ste malo pažljiviji, primetićete da postoji veza, a ona je takva da se ne može promeniti. Osoba kao ja, na primer, ako mi zavežete obe ruke, ja ne mogu da pričam! Ja jednostavno ne mogu da pričam, ne znam šta da radim, jer postoji duboka veza između mojih ruku i mog načina izražavanja.

Morate isto tako znati da je svaka ruka povezana sa jednom hemisferom mozga, leva ruka sa desnom hemisferom, desna ruka sa levom hemisferom. One su produžeci uma. Tako da svaki put kada pričam, to činim preko dva medija: recima i rukama. Svaki pokret rukom

pomaže mi da izrazim određenu ideju. Ako su mi ruke vezane, ja ne mogu ništa da kažem. Pokušao sam, i otkrio da mi je neverovatno teško da pričam. Želim da kažem jedno, a onda kažem nešto drugo. Razlog tome je što mi je poremećen ritam koji pratim rukama.

Od onog najnižeg do onog najuzvišenijeg u vama - sve je povezano. Joga je rad na telu; to je jedan dug, mukotrpan proces koji možda nema budućnost osim ako se ne udruži sa naukom koja bi joj pomogla. Onda će možda procvetati. Joga je jedna od najstarijih nauka koje je čovek razvio. Stara je najmanje pet hiljada godina. Ako se ne udruži sa naukom, onda joga zahteva previše. Savremen čovek ne može sebi da priušti toliko vremena; mora se pronaći nešto što traje kraće.

Ako se nešto bavi umom, to predstavlja kraći i lakši put nego kada se ide preko tela, jer sa umom nema puno toga da se radi, treba samo probuditi svest, opreznost. Nema psihoanalize - to je isto nepotrebno produžavanje procesa. Jogi se bar nazire kraj. Psihoanalizi nema kraja jer um svaki dan stvara neko đubre; veoma je produktivan. Vi uporno analizirate snove i istovremeno stvarate nove. Toliko je mudar da može da se izbori sa snom u kom vidite sebe kako spavate i sanjate, a u tom snu ste isto zaspali i sanjate. To može biti veoma komplikovano. A analiziranje svog tog đubreta može malo da pomogne, čovek može osetiti manje olakšanje, ali je to beskrajan proces.

Oni koji su zaista radili na umu, bavili su se oprežnošću, svedo-čenjem; a kada postanete svedok uma, um polako postaje tih, prestaje da proizvodi gluposti, postaje miran i tih. Kada um postane miran i tih, tada i telo prolazi kroz promene, neverovatne promene - to se događa onom ko postavlja pitanja. Primetićete da se telo ponaša na potpuno nov način; nikada se tako nije ponašalo. Hodaćete drugačije, pokreti će Vam se promeniti. Kada Vam um postane smiren i tih, i telo postaje smireno i tiho; određeni mir prožima telo, određena živost koju nikada pre niste osetili. Vi ste bili u telu, ali nikada niste ostvarili tako duboku vezu sa njim, jer vas je um uvek okupirao. Um je bio prepreka, tako da Vam svest nikada nije bila povezana sa telom.

Sada kada se um umirio, svest o telu se prvi put budi. Zato Buda ima karakteristične pokrete; njegov način hoda je drugačiji, pogled mu je drugačiji. Sve je drugačije, jer um više ne učestvuje ni u čemu.

Telo ne prati um; um više ne stoji na putu. Ono sada prati svest, unutrašnji kvalitet vašeg bića.

Dakle, kada počnete da primećujete promene na telu, posma-trajte i prihvatite ih. Stalno budite na oprezu i sve više promena će se događati. Postanite svesniji i videćete da i telo ima svoju svest. A kako budete postajali oprezniji i svesniji, osetićete veću ljubav prema svom telu, saosećaćete više sa njim; osećaćete veću bliskost, kao da se javlja dublja intimnost, neko novo prijateljstvo. Do sada ste ga jednostavno koristili. Nikada čak niste rekli ni hvala svom telu, a služilo vam je na sve moguće načine. To je, dakle, dobro iskustvo. Neka postane intenzivnije i to uz vašu pomoć. A pomoći ćete tako što ćete postati oprezniji.

OD GLAVE PREKO SRCA DO BIĆA

Povratak centru

Društvo ne želi da vi budete osoba koju će voditi srce. Društvu su potrebne glave, ne srca. Kada sam jednom prilikom bio u poseti Univerzitetu u Varana-si, razgovarao sam sa jednim od najpoznatijih učenih ljudi u Indiji tog vremena, dr Hadžari Prasad Dvivedijem. On je bio predsedava-jući na skupu na kom je trebalo ja da držim predavanje, i bio je upravnik (glava) fakulteta umetnosti. „Da li ste se ikada pitali zašto se za upravnika koristi izraz 'glava', a ne 'duša'?", pitao sam ga.

„Postavljate čudna pitanja", rekao mi je. Bio je stariji čovek, sada već pokojni. „Nikada u životu me niko nije pitao zašto se kaže 'glava', a ne 'duša'", rekao mi je. Ali, razmislio je o tome i rekao mi: „Postoji nešto u Vašem pitanju. Naterali ste me da se zapitam zašto ljude ne zovu duša katedre za filozofiju, na primer. To bi bilo bliže istini, pogodilo bi suštinu; kaže se, međutim, da su glava katedre."

Društvo je podeljeno na glave i na ruke. Jeste li primetili da radnike zovu ruke? Jadni ljudi koji rade rukama, tako se i zovu, „ruke", dok su iznad njih ljudi koji se zovu „glava". Srca, međutim, nigde nema; nikoga ne zovu „srce".

Neverovatno je važan osećaj uzbune koji vam se javi u srcu, jer srce je mnogo važnije od glave. Glava je u potpunosti pozajmljena, nema ničega što je njeno. Srce je, međutim, još uvek vaše. Vaše srce nije ni hrišćansko ni hinduističko, ono je prosto - srce. Ništa ga nije iskvarilo niti zagadilo. Vaše srce je još uvek onaj isti original.

Put od glave do srca predstavlja veliki kvantni skok. Kada napravite još jedan korak, od srca do bića, stigli ste kući; hodočašće je završeno.

Niko ne može doći direktno od glave do bića. Oni su međusobni stranci; nisu uopšte međusobno povezani. Oni se čak nisu ni upoznali! Niti biće zna nešto o glavi, niti glava zna nešto o biću. Oni žive u istoj kući, ali su potpuni stranci. Zbog toga što funkcionišu na potpuno drugačiji način, nikada se ne susreću; oni se nikada nisu sreli.

Srce je most. Jedan deo srca poznaje glavu, a drugi deo srca poznaje biće. Srce je stanica na pola puta. Kada budete krenuli putem bića, srce će biti mesto gde ćete prenoćiti.

Kada dođete do srca, moći ćete da vidite jedan deo bića - to nećete moći iz glave; zbog toga filozofi nikada ne postanu mistici. Pesnici se okreću mistici, menjaju se... slikari, skulptori, plesači, muzičari, pevači postaju bliži biću.

Međutim, celim društvom dominira glava, jer glava je sposobna da zaradi novac. Ona je veoma efikasna; mašine su uvek efikasnije. Ona može da ispuni sve vaše ambicije. Glavu hrani vaš obrazovni sistem, tako da sva energija zaobilazi srce i usmerava se na glavu.

Srce je najvažnija stvar, jer predstavlja vrata koja vode do bića, do izvora večnog života. Voleo bih da svi univerziteti na svetu učine da ljudi postanu svesni srca, da od njih načine veće estete, da ih učine osetljivijim: da više osećaju ono što ih okružuje, neverovatnu le-potu, neverovatnu radost.

Srce, međutim, ne može da ispuni vaše sebične želje; u tome je problem. Ono vam može pružiti neverovatno iskustvo ljubavi, priređuje vam alhemijску promenu. Srce može ono što je najbolje u vama da dovede do najjasnije i najčistije forme. Srce, međutim, neće stvoriti novac, moć, prestiž - a te stvari su sada postale cilj.

Napravite skok od glave do srca, a onda preuzmite još malo veći rizik i pređite put od srca do bića. To je sama osnova života.

Turgenjev je napisao jednu lepu priču koja se zove *Budala*.

U jednom gradu živeo je čovek koga je celo društvo okarakterisalo kao najvećeg idiota koji je ikada živeo. Očigledno je da se stalno suočavao sa poteškoćama. Sta god da je rekao, ljudi bi počinjali da se smeju - čak i kada bi pričao nešto što je istina i što je lepo. Ali, pošto je bio poznat po tome da je idiot, budala, ljudi su mislili da je budalasto sve što uradi i kaže. Mogao je da citira i neke mudrace, međutim, ljudi bi mu se i dalje smejali.

Čovek je otišao kod jednog mudrog starca i rekao mu da bi počinio samoubistvo, da više ne može da živi. „Ovo odbacivanje koje ne prestaje je previše za mene - ne mogu to više da podnesem. Ili mi pomozite da to prekinem, ili ću se ubiti.”

Mudri starac se nasmejao. Rekao je: „Nije to veliki problem, ne brini. Uradi samo jednu stvar, i dođi kod mene za sedam dana: počni da odgovaraš sa 'ne' na sve. Počni da preispituješ sve i svakoga. Ako neko kaže: 'Pogledaj, pogledaj zalazak sunca, kako je divan!', ti odmah kaži: 'Gde je tu bilo kakva lepota? Ja je ne vidim -dokaži mi da postoji! Sta je lepota? Lepota ne postoji, sve je to besmisleno!' Insistiraj na dokazima; kaži: 'Dokaži mi da se lepota nalazi negde. Daj da je vidim, da je dodirnem. Definiši je.' Ako neko kaže: 'Muzika izaziva veliku radost', ti odmah uskoči i pitaj: 'Sta je velika radost? Sta je muzika? Jasno definiši te pojmove. Ja ne verujem u veliku radost, to je sve budalasto, samo iluzija. A muzika nije ništa drugo do buka.'”

„Radi ovo sa svima, i dođi kod mene nakon sedam dana. Budi negativan, postavljalj pitanja na koja ne može da se odgovori: Sta je lepota, šta je ljubav, šta je velika radost? Šta je život, šta je smrt, ko je Bog? Nakon sedam dana budala se vratila kod mudraca, a pratio ga je veliki broj ljudi. Bio je okićen vencima oveća i lepo obučen. Mudrac ga je upitao: „Šta se dogodilo?”

A budala mu je odgovorila: „Bilo je neverovatno! Sada ceo grad misli da sam ja najpametniji čovek na svetu. Svi misle da sam ja veliki filozof, veliki mislilac. Sve sam učutkao; ljudi su počeli da me se plaše. Počeli su da ćute u mom prisustvu, jer šta god da kažu ja bih to odmah pretvorio u pitanje i postao bih potpuno negativan. Tvoj trik je uspeo!”

Mudrac ga je pitao: „Ko su ovi ljudi što te prate?”

„Oni su moji učenici. Oni žele od mene da nauče šta je mudrost!”, odgovorio je on.

Tako stoje stvari. Um živi u negaciji, on stalno govori *ne*; on se hrani tako što govori *ne* svemu i svakome. Um je u osnovi ateista, negativan. Nešto što se zove pozitivan um ne postoji.

Srce je to koje je pozitivno. Kao što um kaže *ne*, tako srce kaže *da*. Bolje je, naravno, reći *da* nego *ne*, jer čovek ne može da živi govoreći *ne*. Što više govorite *ne*, to više postajete strašljivi, zatvoreni. Što više govorite *ne*, manje ste živi. Ljudi mogu pomisliti da ste vi jedan veliki

mislilac, ali vi propadate i umirete; polako ubijate sebe.

Ako kažete *ne* ljubavi, bićete manji nego što ste bili pre; ako kažete *ne* lepoti, bićete manji nego što ste bili pre toga. A ako nastavite da govorite *ne* svemu i svakome, nestajaćete deo po deo. Na kraju će vam preostati jedan prilično prazan život, bez smisla, beznačajan, bez imalo radosti, bez igre, bez slavlja.

Upravo to se desilo savremenom umu. Savremeni čovek je rekao *ne* više nego bilo ko pre njega. Otuda proizilazi pitanje: Koji je smisao života? Zašto smo mi uopšte živi? Zašto nastaviti sa životom? Rekli smo *ne* Bogu, rekli smo *ne* onome što je iznad, rekli smo *ne* svemu onome za šta je čovek živeo godinama. Dokazali smo srcu da su sve vrednosti za koje je čovek živeo beskorisne. Sada smo, međutim, naišli na poteškoću, naišli smo na bol. Život postaje sve više nemoguć. Mi nastavljamo da živimo samo zato što smo kukavice; u suprotnom bismo uništili svaki razlog za životom. Mi nastavljamo da živimo jer ne možemo da počinimo samoubistvo. Mi se plašimo smrti, zato nastavljamo da živimo. Mi živimo iz straha, ne iz ljubavi.

Bolje je biti pozitivan, jer što ste pozitivniji, brže idete ka srcu. Srce ne poznaje jezik negacije. Srce nikada ne pita: „Šta je to lepo-ta?“ Srce uživa u njoj, i dok uživa, zna šta je lepota. Ono ne može da je definiše, ne može da objasni šta je ona, jer samo iskustvo je takvo da se ne može opisati, ne može se objasniti. Tu jezik ne pomaže, a ni simboli. Srce zna šta je ljubav, ono ne postavlja pitanja. Um zna samo pitanja, srce zna samo odgovore. Um stalno postavlja pitanja, ali na njih ne odgovara.

Zato filozofija ne daje odgovore, već samo pitanja, pitanja i pitanja. Svako pitanje, polako, prelazi u hiljadu i jedno pitanje. Srce ne postavlja pitanja - ovo je jedna od misterija života - ono ima sve odgovore. Ali, um neće da sluša srce; između njih dvoje ne postoji komunikacija, nikakva komunikacija, jer srce poznaje samo jezik tišine. Srce ne zna nijedan drugi jezik, nijedan drugi jezik srce ne razume - a um ne zna ništa o tišini. U umu je stalno buka, priča koju priča idiot, puna besa i buke, koja ne znači ništa.

Srce zna šta je to značaj. Srce zna slavu života, neverovatnu radost samog postojanja. Srce je sposobno za slavlje, ali nikada ne postavlja pitanja. Zato um misli da je srce slepo. Um je pun sumnji, srce je puno poverenja; oni predstavljaju polarne suprotnosti.

Zato se kaže da je bolje biti pozitivan nego negativan. Ali zapamtite: pozitivno ide sa negativnim, to su dve strane istog fenomena.

Ja nisam ovde da vam pokažem put srca; da, ja ga koristim, ali samo kao pomoćno sredstvo da biste vi pronašli put iz uma. Ja koristim srce kao prevozno sredstvo kojim ću vas odvesti na drugi kraj obale; ja koristim srce kao čamac. Kada stignete na drugu obalu, čamac morate da ostavite za sobom; niko ne očekuje od vas da nosite čamac na glavi.

Cilj je da prevaziđete dualnost. Cilj je da prevaziđete *ne* i *da*, zato što vaše *da* ima značenje samo u kontekstu *ne*; ono ne može biti oslobođeno negacije. Ako je oslobođeno negacije, kakvo će onda imati značenje? Vaše *da* može da postoji samo uz *ne*, zapamtite to; isto tako, vaše *ne* postoji samo uz *da*. Oni su polarne suprotnosti, ali pomažu jedno drugom na odgovarajući način. Oni su u zaveri - drže se za ruke. Oni podržavaju jedno drugo, jer ne mogu da opstanu samostalno. *Da* ima značenje samo zbog *ne*; *ne* ima značenje samo zbog *da*. A vi morate da prevaziđete ovu zaveru, morate da pre-vaziđete dualnost.

Ja vas ne učim pozitivnom životu niti negativnom životu. Ja vas učim transcendentnosti. Svaka dualnost mora biti odbačena - dualnost uma i srca, dualnost materije i uma, dualnost mišljenja i emocija, dualnost pozitivnog i negativnog, dualnost muškog i ženskog, jin i janga, dana i noći, leta i zime, života i smrti -*svaka* dualnost. Dualnost kao takva mora biti odbačena, jer *vi* ste iznad

dualnosti.

Onog trenutka kada počnete da napuštate *da* i *ne*, prvi put ćete videti konačnost. Zato konačnost ostaje u potpunosti neobjašnjiva; ne možete reći *ne*, a ne možete reći ni *da*.

Međutim, ako ćete da birate između pozitivnog i negativnog, onda ću vam reći da izaberete pozitivno jer je lakše izvući se iz *da* nego iz *ne*. *Ne* vam ne ostavlja puno prostora; ono je mračna zatvorska ćelija. *Da* ima širinu; ono je otvorenije, ranjivije. Videćete da će vam biti teško da se pornerite od *ne*. Nemate mnogo prostora; zatvoreni ste u njemu sa svih strana, a sva vrata i svi prozori su zatvoreni. *Ne* predstavlja zatvoren prostor. Ziveti u negaciji je najgluplja stvar koju čovek može da uradi, ali milioni ljudi žive tako. Savremen čovek naročito živi u negaciji. On ponavlja Turge-njevljevu priču, jer se oseća odlično živeći u negaciji; njegov ego je zadovoljen.

Ego je zatvorska ćelija sazidana od cigli negacija; negativno nije hrana. Ako, dakle, morate da birate između pozitivnog i negativnog, izaberite pozitivno. Makar ćete imati malo širi spektar mogućnosti; nekoliko vrata i prozora biće otvoreno, a moći ćete i da osetite vetar, sunce i kišu. Imaćete pogled na nebo, zvezde i Mesec. Ponekad ćete osetiti miris cveća, a povremeno će vas obuzeti neverovatna radost što ste živi. A i lakše je ići od pozitivnog do prevazilaženja.

Od *ne* idete do *da*, od *da* idete ka prevazilaženju. Ono iznad nije ni pozitivno ni negativno: ono iznad je božanstveno, to iznad je prosvetljujuće.

**Da li će ikada biti moguće da funkcionišemo kao mešavina glave i srca, ili ta
dva uvek moraju da ostanu na
odstojanju jedno od drugog? Da li svesno moramo da donesemo odluku
hoćemo li krenuti na jednu ili na drugu stranu?**

To zavisi od Vas, jer i jedno i drugo su mehanizmi. Vas ne predstavlja ni glava ni srce. Vi se možete koristiti i glavom i srcem. Doći ćete, naravno, do različitih ciljeva, jer su pravci glave i srca dijametralno suprotni.

Glava će stalno razmišljati, baviće se crnim mislima, filozofira-će; ona poznaje samo reći, logiku, argument. Ona je, međutim, veoma neplodna; iz nje nećete izvući ništa što ima veze sa istinom, jer istini nisu potrebni ni logika, ni argument, ni filozofsko ispitivanje. Istina je tako jednostavna; glava je ta koja je čini kompleksnom. Filozofi već vekovima tragaju za istinom koristeći se glavom. Niko od njih nije pronašao ništa, ali su stvorili odlične sisteme razmišljanja. Ja sam pregledao sve te sisteme, i nijedan ne daje zaključak.

Srce je, takode, mehanizam, koji se razlikuje od glave. Glavu možete zvati logičkim instrumentom, a srce emotivnim. Filozofija i teologija su stvorene u glavi; iz srca potiču posvećenost, molitva, sentimentalnost. Ali, srce se, pak, stalno bavi emocijama.

Reč „emocija“ je dobra reč. Obratite pažnju: ona u sebi sadrži kretanje, pokret⁵. Srce se, dakle, kreće, ali ono je slepo. Ono se kreće brzo, hitro, jer nema razloga za čekanje. Ono ne mora da razmišlja, i zato uskače u sve. Emotivnost, međutim, nije ta koja pronalazi istinu. Emocija predstavlja barijeru koliko i logika. Logika predstavlja muški princip u Vama, a srce ženski. Istina, međutim, nema nikakve veze sa pojmovima muško i žensko. Istina je Vaša svest. Vi možete posmatrati glavu kako je obuzeta razmišljanjem, možete posmatrati srce koje je nabijeno emocijama. Oni mogu biti u određenoj vezi...

Društvo je, obično, uredilo stvari tako da glava treba da bude gospodar, a srce njegov sluga, jer društvo predstavlja proizvod muškog uma i psihologije. Srce je žensko. I kao što je žena rob muškarcu, tako je i srce rob glavi. Mi možemo da preokrenemo situaciju; srce može da

postane gospodar, a glava sluga. Ako treba da biramo između ova dva, ako smo primorani da biramo između ova dva, onda je bolje da srce postane gospodar, a glava sluga. Postoje stvari za koje srce nije sposobno, a to isto važi i za glavu.

Glava ne može da voli, ne može da oseća, ona je neosetljiva. Srce ne može da bude racionalno, razumno. Njihov sukob proteže se kroz čitavu prošlost. Taj sukob, u stvari, predstavlja sukob i borbu između muškarca i žene. Ako nešto govorite svojoj supruzi, morate imati na umu - nemoguće je pričati, nemoguće je raspravljati se, nemoguće doneti ispravnu odluku jer žena funkcioniše tako što koristi srce. Ona ide od jedne stvari do druge, ne baveći se time da li između njih postoji neka veza. Ona ne može da se raspravlja, ali može da plače. Ona ne može da bude racionalna, ali može da se dere. Ona ne može da saraduje u traženju zaključka. Srce ne može da razume jezik glave.

Razlika nije velika što se tiče psihologije; srce i glava su udaljeni jedno od drugog nekoliko centimetara. Međutim, kada je reč o njihovim kvalitetima vezanim za opstanak, oni se nalaze na potpuno različitim stranama.

Za moj način rada se kaže da koristi srce, ali to nije tačno. Srce će vam pružiti svakakve pretpostavke, halucinacije, iluzije, slatke snove, ali vam ne može pružiti istinu. Istina se nalazi iznad glave i srca; ona se nalazi u vašoj svesti, koja nema veze ni sa glavom ni sa srcem. Samo zato što je svest odvojena od oboje, ona može da ih koristi u harmoniji.

U određenim oblastima glava je opasna, jer ona ima oči, ali ne i noge: osakaćena je. Srce može da funkcioniše u određenim oblastima. Ono nema oči, ali ima noge; ono je slepo, ali ima neverovatnu moć kretanja, kreće se izuzetno brzo - a ne zna, naravno, gde ide! Nije slučajno što se na svakom svetskom jeziku kaže da je ljubav šlepa. Nije ljubav ta koja je šlepa, već je srce to koje nema oči.

Kako Vaša meditacija bude postajala dublja, i kako Vaša identifikacija sa glavom i srcem bude sve slabija, uvidećete da postajete trougao. Vaša stvarnost nalazi se u trećoj sili koja je u Vama, u svesti. Svest se vrlo lako snalazi, jer njoj pripadaju *i srce i glava*.

Već sam pričao priču o šlepom prosjaku i obogaljenom prosjaku koji su živeli u šumi izvan sela. Normalno je da su se takmičili međusobno, da su bili neprijatelji; prosjačenje je biznis. Jednog dana, međutim, u šumi je izbila vatra. Obogaljeni prosjak nije mogao da pobjegne, jer nije mogao sam da se kreće. On je mogao da vidi kojim putem je moglo da se pobjegne od vatre, ali koja je korist od toga kad nemate noge? Slep čovek je imao noge i mogao je brzo da se kreće i pobjegne od vatre, ali kako da pronađe mesto do kog vatra nije stigla?

Obojica su mogla da izgube život u šumi, da izgore živi. Situacija je bila toliko alarmantna da su zaboravili na nadmetanje, istog trenutka su odbacili međusobni antagonizam - to je bio jedini način da prežive. Slepac je poneo obogaljenog čoveka na leđima i tako su pronašli put koji ih je odveo od vatre. Jedan je mogao da vidi, a drugi da se kreće u skladu sa tim.

Ovako nešto treba da se desi u Vama; glava ima oči, a srce petlju da krene u bilo šta. Vi morate da dovedete do sinteze ta dva. Moram samo da naglasim da sinteza treba da bude takva da srce postane gospodar, a glava sluga.

Za slugu imate nešto od neverovatne koristi: razmišljanje. Niko vas ne može nasamariti, ne može vas prevariti ili iskoristiti. Srce krasi ženski kvaliteti: ljubav, lepota, gracioznost. Glava je varvarin. Srce je daleko više civilizovanije, bliže je nevinosti.

Osveščena osoba koristi glavu kao slugu, a srce kao gospodara. Osveščenom čoveku je veoma lako to da radi. Kada prestanete da se identifikujete sa glavom i srcem, vi

jednostavno postajete njihov svedok, počinjete da uviđate koje kvalitete treba da uzdižete, kojim kvalitetima treba da težite. A glava kao sluga vas može dovesti do tih kvaliteta, ali neko mora da joj komanduje i naređuje. U ovom trenutku, a i već vekovima, dešava se upravo suprotno: sluga je postao gospodar. A pravi gospodar je tako učtiv, pravi je džentlmen, da ne uzvraća udarac; on je svojevolejno prihvatio ropstvo. A ludilo na Zemlji je došlo kao rezultat toga.

Mi moramo promeniti samu alhemiju čoveka.

Mi moramo da preuredimo unutrašnjost čoveka, a do prve prave revolucije će doći kada srce bude određivalo šta je vrednost. Ono ne može da donese odluku da se ratuje, ono ne može da posegne za nuklearnim oružjem, niti da bude sklono smrti. Srce predstavlja životni sok. Kada glava počne da radi za srce, moraće da radi u skladu sa odlukama srca. A glava ima neverovatnu sposobnost da radi bilo šta; potrebno mu je samo pravo usmeravanje. U suprotnom, ona će pobesneti, poludeće. Vrednosti ne postoje za glavu. Za glavu ništa nema značenje. Za glavu ne postoji ljubav, ne postoji lepota, ne postoji gracioznost - samo razmišljanje.

Ovo čudo je, međutim, moguće, samo ako prestanete da se identifikujete sa glavom i srcem. Posmatrajte svoje misli, jer dok ih posmatrate, one nestaju. Zatim posmatrajte svoje emocije, osećanja; i one će nestati dok ih posmatrate. Tada vaše srce postaje nevino kao srce deteta, a glava genijalna poput Alberta Ajnštajna, Bertrana Rasela, Aristotela.

Problem je, međutim, mnogo veći nego što možete da pojmite. Ovo je društvo u kojem je muškarac dominantan; muškarac je osmislio sva pravila igre, dok ga žena samo prati. A uslovljavanje se ukorenilo duboko, jer traje milionima godina.

Ako dođe do revolucije u Vama kao pojedincu i srce se vrati na tron, ako mu se da njegova prava pozicija gospodara, a glavi njena prava pozicija odličnog sluge, to će u potpunosti uticati na specijalnu strukturu koja vas okružuje. Mogućnost postoji, a kada je mogućnost u pitanju, postoji i najmanja šansa da se ona ostvari: vi tada postajete osvešćeni, postajete svedok, posmatrač onoga što se dešava u vama. Posmatrač se istog trenutka oslobađa identifikacije. Pošto može da vidi emocije, postaje apsolutno siguran da se nije identifikovao sa emocijama. On može da vidi misli; jednostavan zaključak je: „Ja nisam isto što i proces mojih razmišljanja.“

„Ko sam onda ja?“ - samo posmatrač, svedok, koji je dostigao najveći mogući nivo inteligencije koji nosi u sebi. Vi postajete svesno ljudsko biće. U svetu koji je ceo uspavan, vi postajete budni, a kada se to desi, više nema problema. Samo vaše buđenje počće da stavlja stvari na njihovo mesto. Glava se mora zbaciti sa trona, a srce ponovo krunisati. Ovakva promena koja bi se desila kod većine ljudi donela bi sasvim novo društvo, stvorila bi novu vrstu ljudskog bića svetu. Promenila bi toliko stvari da to ne možete ni da zamislite.

Nauka će imati potpuno drugi ukus. Ona više neće služiti smrti, više neće praviti oružje koje će da ubija sve živo na planeti. Učiniće život bogatijim, otkriće energije koje će ispunjavati čoveka, koje će učiniti da čovek živi komfornim, luksuznim životom, jer će se vrednosti u potpunosti promeniti. Um će i dalje funkcionisati, ali pod upravom srca.

Moj put je put meditacije. Ja, nažalost, moram da koristim jezik. Zato kažem da je moj put put meditacije - ni put srca, ni put glave, već put svesti koja se razvija i koja je iznad glave i srca.

To je ključ koji otvara vrata koja vode novom ljudskom biću koje će doći na Zemlju.

Nakon što sam Vas saslušao kako govorite o razmišljanju, osećanjima i biću, i kako treba da se oslobodimo jednog da bismo došli do sledećeg, u meni se javlja pitanje: „Da li to znači da ću morati i ljubavi da se oslobodim?“ Da li je ljubav osećanje koje potiče od bića koje će uvek biti tu? Možete li, molim Vas, da kažete nešto o osećanjima, ljubavi i biću?

Mogu mnogo šta da Vam kažem, ali prvo želim da Vas pitam da li znate šta je ljubav, pa se plašite da ćete je izgubiti? Ljudi stalno nešto zamišljaju...

Prepričaću vam jedan sudski proces. Dva prijatelja, stara prijatelja, žestoko su se posvađala. Dovedeni su pred sud. Sudija nije mogao da veruje u to. Mesto gde su živeli je bilo malo, i svi su znali da su ova dva čoveka uvek provodila vreme zajedno i da su bili najbolji prijatelji. Pitao ih je: „Stase dogodilo? Šta je razlog za svađu?“

Jedan čovek je rekao drugom: „Kaži mu.“ „Ne, ti mu kaži“, rekao je drugi prvom.

Sudija im je rekao: „Bilo ko od vas dvojice to može da mi kaže, nije uopšte važno ko će to biti. Samo mi kažite.“ Obojica su, međutim, ćutala. Sudija je malo strože rekao: „Govorite! Inače ću vas poslati u zatvor.“

Onda je jedan čovek rekao: „To je tako neprijatno... Nas dvojica smo, zapravo, sedeli na obali reke, i moj prijatelj je rekao da će da kupi kravu. Ja sam mu rekao: 'Zaboravi na to, jer tvoja krava može da ude na moj posed i uništi mi usev, a to će onda biti kraj našeg prijateljstva. Ja ću ubiti kravu.'“

„Prijatelj mi je odgovorio: 'Kako se usuđuješ to da kažeš! Ja imam slobodu da kupim jednu kravu ili čak deset njih. A krave su krave - nekada može da se desi da udu na tvoje imanje, i tada ćemo videti šta će se desiti. Ako ti ubiješ moju kravu, ja ću spaliti tvoj usev!'“

I sve je teklo u tom maniru, jedna stvar je vodila drugoj. Na kraju je čovek koji je imao farmu nacrtao sliku farme na pesku i rekao: „Ovo je moja farma. Neka tvoja krava samo uđe, i pokazaću ti ja šta će se desiti.“

Čovek je nastavio: „Vaša visosti, ovaj čovek je nacrtao pet krava na mom posedu, i rekao mi: 'I šta ćeš sad da uradiš?' Tada smo počeli da se bijemo; nije bilo ni krave, ni farme. Veoma nam je neprijatno, zato smo navaljivali jedan na drugog: 'Ti ispričaj sudiji šta se desilo.'“

„Ovo je čista glupost!“, rekao je sudija. „Pa on još uvek nije kupio kravu, tvoj posed je prazan, nisi čak ni zasejao usev, a izlomili ste se međusobno?“

Vaše pitanje je: „Kada prevaziđem um, kada prevaziđem emocije, osećanja, da li ću morati i ljubavi da se odrekнем?“ Da li je vi uopšte *imate*? Prvo kupite kravu!

Ja znam da Vi ne poznajete ljubav, jer da je poznajete, ne biste postavili ovo pitanje. Zato sam toliko siguran da ne poznajete ljubav.

Pa ipak, Vaše pitanje je značajno.

Tri sloja sačinjavaju čoveka: fiziološki, telo; psihološki, um; i biće, večito jastvo. Ljubav može da postoji na sva tri nivoa, ali će biti različitih kvaliteta. Na nivou fiziologije, tela, ona predstavlja seksualnost. Vi je možete zvati ljubav, jer reč „ljubav“ zvuči poetično, lepo, ali devedeset devet posto ljudi seks naziva „ljubavlju“. Seks je biologija, fiziologija. Hernija, hormoni - sve što on uključuje je materijalno.

Vi se tako zaljubite u ženu ili muškarca. Možete li tačno da opišete zašto vas je ta osoba privukla? Sigurno je da ne možete da vidite ličnost te osobe; niste upoznali čak ni svoju

ličnost. Ne možete da znate ni psihološko stanje te osobe, jer čitanje nečijih misli baš i nije lako. Sta ste, dakle, otkrili? Nešto fiziološko, nešto vezano za vašu herniju, nešto što se nalazi u hormonima privukli su hormoni druge osobe, njena fiziologija, njena hernija. To nije ljubavna veza; to je hetnijska veza.

Razmislite samo: ako žena u koju ste se zaljubili ode kod lekara i promeni pol, počne da pušta bradu i brkove - da li biste je i dalje voleli? Ništa se nije promenilo, osim hernije i hormona. Gde je onda nestala vaša ljubav?

Samo jedan procenat ljudi zna da postoji nešto dublje. Pesnici, slikari, muzičari, plesači, pevači su toliko osetljivi, da mogu da ose-te i ono što je izvan tela. Oni mogu da osete lepotu uma, osećajnost srca, jer i sami žive na tom nivou.

Zapamtite ovo kao osnovno pravilo: gde god da živite, ne možete da vidite izvan toga. Ako živite u telu, ako mislite da ste samo telo, vas može privući samo nečije telo. Ovo je fiziološki nivo ljubavi. Jedan muzičar, međutim, jedan slikar, pesnik, živi na drugom nivou. On ne razmišlja, on oseća. Zbog toga što živi voden srcem, on može da oseti srce neke druge osobe. Ovo se obično zove ljubav. Ona je retka. Mislim da je spozna samo jedan procenat ljudi, s vremena na vreme.

Zašto većina ljudi ne prede na drugi novi? On je neverovatno prelep... ali tu postoji problem. Sve što je veoma lepo je i veoma osetljivo. On nije napravljen od čvrste materije, već od veoma lomljivog stakla. Kada ogledalo jednom padne i polomi se, nema šanse više da se sastavi. Ljudi se plaše velikog vezivanja, tako da samo dođu do nežnog sloja ljubavi, jer na tom nivou ljubav je neverovatno lepa ali i sposobna da dovede do neverovatnih promena. Oseća-nja nisu kao kamen, ona su kao cvet ruže. Bolje je imati plastičnu ružu jer će stalno biti tu, i svaki dan možete da je stavite pod mlaz vode i ona će biti sveža. Možete čak i da je namirišete nekim francuskim parfemom. Ako joj boja izbledi, možete ponovo da je ofarba-te. Plastika je jedna od stvari koje praktično ne možete da uništite.

Stabilna je, stalna; zato se ljudi zaustavljaju na fiziološkom sloju. On je površan, ali stabilan.

Pesnici i umetnici su poznati po tome što se zaljubljuju skoro svaki dan. Njihova ljubav je kao cvet ruže. Dok je tu ona miriše, tako živopisno, pleše na vetru, na kiši, na suncu, ističući svoju le-potu. Ona, međutim, može nestati do večeri, i vi ne možete da uradite ništa da to sprečite. Ljubav koja potiče duboko iz srca je kao povetarac koji vam uđe u sobu, donese svežinu, ohladi vas i onda nestane. Taj vetar ne možete ni da uhvatite. Veoma mali broj ljudi je dovoljno hrabar da živi od trenutka do trenutka, životom koji se menja. Stoga su odlučili da se zaljube u ono od čega mogu da zavise.

Ja ne znam kakvu ljubav Vi poznajete - najverovatnije onaj prvi tip, možda čak i drugi. Vas, međutim, brine šta će se desiti sa Vašom ljubavlju kada spoznate svoje biće.

Sigurno je da će ona nestati, ali to Vas neće ostaviti na gubitku. Pojaviće se nova vrsta ljubavi, ona koju oseti možda jedna osoba u milion. Ta ljubav se može nazvati jedino privrženošću.

Prvi nivo ljubavi treba da se zove seks. Drugi nivo ljubavi treba da se zove ljubav. Treći nivo treba da se zove privrženost: ona pose-duje kvalitet, nema ime, nije posesivna i ne dozvoljava drugima da poseduje vas. Takva ljubav je neverovatno radikalna, te je izuzetno teško i zamisliti je.

Na nivou bića, vi samo osećate miris privrženosti. Ali, ne dajte da vas to uplaši. U pravu ste što brinete; Vi mislite o tome kako će ljubav nestati. Ali, ono što će doći na njeno mesto je neizmerno, beskonačno. Moći ćete da volite bez vezivanja. Moći ćete da volite mnogo ljudi,

jer voleti jednu osobu znači biti siromašan. Ta jedna osoba vam može dati određeno iskustvo ljubavi, ali voleti mnogo ljudi... Bićete zapanjeni time što svaka osoba u vama budi novo osećanje, novu pesmu, novu ekstazu.

Zbog toga sam ja protivnik braka. Ljudi mogu da žive zajedno celog života ako žele, ali to ne bi trebalo da bude pravna obaveza. Ljudi bi trebalo da se kreću, da iskuse što više ljubavi. Ne treba da budu posesivni. Posesivnost uništava ljubav. Isto tako, niko ne treba njih da poseduje, jer i to uništava ljubav.

Svako ljudsko biće je vredno ljubavi. Nema potrebe da se vežete za jednu osobu celog života. Zato svi ljudi širom sveta izgledaju kao da im je dosadno. Zašto ne mogu da se smeju, zašto ne mogu da plešu? Oni su okovani nevidljivim lancima: brakom, porodicom, supružnikom, decom. Razne obaveze, odgovornosti, žrtve predstavljaju im teret. A još želite da se smeju, plešu i raduju pored toga? Tražite nemoguće.

Neka ljudska ljubav bude slobodna, i neka nijedan čovek ne bude posesivan. Ovo, međutim, može da se dogodi samo ako kroz meditaciju otkrijete svoje biće. To nema veze sa uvežbavanjem. Ja vam ne govorim: „Večeras nađite neku drugu ženu ili nekog drugog muškarca i vežbajte." Tako nećete dobiti ništa, a možete izgubiti partnera, i pri tom ćete ujutru izgledati smešno. To nema veze sa uvežbavanjem, to je pitanje otkrivanja bića.

Sa otkrivanjem bića dolazi kvalitet nelične privrženosti. Tada vi jednostavno volite, i to se širi. Prvo volite ljude, zatim životinje, ptice, drveće, planine, zvezde. Doći će dan kada ćete voleti samo postojanje. To je naš potencijal, i svako ko ga ne ispuni, uzalud je potrošio život.

Da, moraćete da izgubite nešto, ali to je bezvredno. Toliko mnogo ćete dobiti da nikada više nećete razmišljati o onome što ste izgubili.

Cista, nelična privrženost koja može prodreti u svačije biće: to je rezultat stanja meditacije, tišine, božanstvene dubine koja se nalazi u Vašem biću. Ja samo pokušavam da Vas nagovorim. Nemojte se plašiti da izgubite ono što imate.

Moja funkcija je u osnovi ta da vas malo-pomalo ubedim da sa fiziološkog pređete na psihološko - da od uma krenete ka srcu. A zatim da od srca idete ka biću. Kada dođete do bića, otvoriće vam se vrata ka najuzvišenijem biću postojanja. Njega je nemoguće opisati. Samo se može pokazati u njegovom pravcu - prstom koji pokazuje u pravcu Meseca.

Ali, ne brinite. Izgubićete samo svoje siromaštvo, svoju bedu. Nećete izgubiti ništa što je vredno.

DEO III

**Zdrav emotivni život:
povratite unutrašnju
harmoniju**

Kada koristite energiju da probudite svest, postajete bliži samom centru postojanja. Razmišljanje vas malo udaljava od nje, a izražavanje vas još dodatno udaljava. Ako se vraćate od izražavanja do razmišljanja, i od razmišljanja do nerazmišljanja - do čiste svesti, bliži ste sopstvenom centru i centru samog postojanja.

Kod emocija, misli, izražavanja energija se kreće ka periferiji, ide u širinu. A što više idete u širinu, više se udaljavate od sebe.

Vratite se nazad korak po korak. To je put ka izvoru, a izvor je sve što vam treba da iskusite... jer to nije samo vaš izvor, to je izvor svih zvezda, Meseca i Sunca. To je izvor svega.

POČNITE OD PRIHVATANJA

Najveća želja koja postoji na svetu je želja za unutrašnjom transformacijom. Želja za novcem nije ništa, želja za postizanjem veće moći ili za sricanjem prestiža nije ništa; najveća želja je takozvana duhovna želja. A kada vas jednom ta želja obuzme, zau-vek ćete biti očajni. Transformacija je moguća, ali nije dovoljno da to samo želite. Moguća je samo ako joj se prepustite, kakva god da je. Bezuslovno prihvatanje sebe dovodi do transformacije.

Moraćemo detaljnije da se pozabavimo ovim fenomenom, jer je on suština svačijeg života.

Covek je očajan, čovek pati; zato svi tragaju za stanjem blaženstva, stanjem ujedinjenosti sa postojanjem. Covek se oseća otuđeno, kao da je iščupan iz korena. Stoga je prirodno što ponovo želi da oživi svoje korene, da im udahne život, da ponovo procvetaju.

Moramo malo da razmislimo o ovim stvarima. Prvo, da biste uspostavili to savršeno jedinstvo sa postojanjem, sama svest mora naj-pre biti ujedinjena. A to je moguće jedino ako ne odbacujemo ono što predstavlja iskustvenu stvarnost. To je prvo što treba razumeti.

Osećate strah - on sada predstavlja egzistencijalnu stvarnost, iskustvenu stvarnost; tu je! Vi ga možete odbaciti, ali ćete ga tako potisnuti. A potiskivanjem ćete raniti svoje biće. Osećate se kao kukavica - možete da ne gledate istini u oči, ali to je činjenica, realnost. Ona neće nestati ako je ne gledate. Vi se zapravo ponašate kao noj. Kada ugleda neprijatelja, kada oseti strah od smrti, noj zabode glavu u pesak. Međutim, time što je sakrio glavu u pesak, što je zatvorio oči, neće mu pomoći da neprijatelj nestane. Noj, zapravo, postaje ranjiviji u odnosu na neprijatelja. Misleći da neprijatelj nije tu jer ga ne vidi, misleći da je neprijatelj stvaran samo ako ga *vidi*, noj se oslobodio straha. Međutim, on je u većoj opasnosti; neprijatelj je moćniji jer nije primećen.

Ako noj ne sakrije glavu, nešto može da se uradi. Međutim, ljudi rade upravo to. Vidite kukavičluk, pokušavate da ne obratite pažnju na njega, međutim, činjenica je da je tu! Time što ga ne primećujete, stvarate deo bića koji nećete moći da vidite. Podelili ste sebe na segmente. Onda se drugi dan pojavi nešto drugo - bes - a vi ne želite da prihvatite da ga nosite u sebi. Zatim prestajete da ga pri-mećujete. Neki drugi dan javiće se pohlepa, i tako redom. I sve ono na šta ne obraćate pažnju ostaje tu gde je, ali vi ste ti koji tonete. Mnogi delovi počinju da se odvajaju od vas - a sami ste odgovorni za njihovo odvajanje. I što ste više podeljeni, više ćete biti nesrećni.

Ako želite da doživite blaženstvo, morate blaženstvo i da budete. To je ono na čemu su mistici oduvek insistirali: biti jedno znači doživeti blaženstvo, biti podeljen na više delova znači biti u paklu. Dakle, kroz kakvo god iskustvo da prolazite, prihvatite ga. Ništa ne možete da uradite ako ga poričete. Poricanjem samo stvarate problem, i on postaje još kompleksniji. Jednostavno je: vi osećate da ste kukavica, pa šta? Mislite: „Ja sam kukavica.“ Sagledajte suštinu! Ako možete da prihvatite svoj kukavičluk, već ste postali hrabri. Samo hrabra osoba može da prihvati činjenicu da je kukavica; kukavica to ne može. Vi ste već na putu transformacije. Prvi korak je, dakle, da sve ono što ste iskusili ne treba da poričete.

Drugo, da biste to postigli, svest prvo mora da prestane da se identifikuje sa svim onim umišljenim idejama sa kojima se do sada identifikovala. Ako se vaš um drži ideje da ste nešto, ako se grčevito drži neke ideje ili dugotrajnog koncepta o tome šta ste, u njemu više neće biti mesta za stvarnost koja je u suprotnosti sa tim idejama. Ako ste već izgradili određenu ideju o tome kakvi bi ljudi trebalo da budu, vi onda ne možete da prihvatite iskustvenu istinu svog bića. Ako se držite ideje da treba da budete hrabri, da je prava vrednost biti hrabar, onda će vam biti teško da prihvatite da ste kukavica. Ako se držite ideje da treba da budete kao Buda, da saosećate sa drugima, da u potpunosti saosećate sa drugim ljudima, onda nećete moći da prihvatite svoj bes. Ideal je taj koji stvara problem.

Ako nemate nikakve ideale, onda nema ni problema. Kukavica ste, pa ste kukavica! Pošto ne postoji ideal da morate da budete hrabri, ne proklinjete činjenicu - ne odbacujete je niti je potiskujete, ne bacate je u podrum svog bića da je više nikada ne biste videli.

Sve što odbacite u nesvesno će nastaviti odatle da funkcioniše, nastaviće da vam pravi probleme. To je kao bolest koju vraćate nazad. Ona se bližila površini, odakle je postojala mogućnost da nestane. Ako rana dođe do površine, to je dobro, na putu je da se zale-či - jer samo će na površini biti u kontaktu sa svežim vazduhom i suncem, i može se lečiti. Ako je gurate unutra, ako joj ne dozvoljavate da izađe na površinu, onda će se pretvoriti u rak. Čak i mala bolest koja je potisnuta može da postane opasna.

Nijedna bolest se ne srne potiskivati. Potiskivanje je, međutim, prirodno ako se držite nekih ideala. Bilo kakav ideal će to učiniti. Ako je vaš ideal da živite u celibatu, onda seks postaje problem. Ne možete da ga gledate. Ako nemate ideal da živite u celibatu, onda nećete odbaciti seks. Tada neće doći do razdvajanja između vas i vaše seksualnosti. Tada postoji zajedništvo, a zajedništvo donosi radost.

Zajedništvo sa samim sobom predstavlja osnovu svake radosti. Druga stvar, dakle, koju treba da zapamtite, jeste da nemate ideale. Pomislite samo - ako vam je ideal da imate tri oka, problem će se odmah javiti jer vi imate samo dva oka, a prema vašem idealu ako nemate tri oka, nešto tu onda fali. I sad čeznete za trećim. Sami sebi ste stvorili nemoguć problem! On neće biti rešen. Najbolje što možete da uradite jeste da nacrtate treće oko na čelu. Ali nacrtano treće oko je samo nacrtano treće oko; to je licemerje.

Ideali čine ljude licemernim. Pogledajte taj apsurd: ljudi imaju ideal da ne budu licemerni, a licemerje potiče iz ideala. Ako svi ideali nestanu, neće biti ni licemerja. Kako licemerje može da opstane? Ono živi u senci ideala. Što su veći ideali, veće je licemerje. U Indiji ćete naći licemera više nego bilo gde u svetu, jer je Indija vekovima živela sa velikim idealima. Čudnim, ludim idealima...

Đainski sveštenik, na primer, ne može da bude zadovoljan osim ako nije sposoban da kao u mitskim pričama o Mahaviri, jede s vremena na vreme. Priča kaže da je Mahavira za dvanaest godina jeo koliko bi pojeo za godinu dana. To znači da bi na svakih dvanaest dana jeo jedan dan, a zatim bi postio narednih dvanaest dana. Ako je ovo vaš ideal, živećete u velikom očaju. Ako vaš ideal nije ovakav, onda problema nema.

Vidite li - problem proizilazi iz ideala. Hrišćanskog sveštenika ovakav ideal ne mori, on nema problema sa postom. Ali đainski sveštenik stalno pati jer ne može da dostigne ideal; nikako ne uspeva.

Ako ste zaista pročišćeni - kaže đainska ideja - vaše telo se neće znojiti. E, to je baš glupa ideja! Telo će nastaviti da se znoji, a vi ćete nastaviti da patite.

Što više ideala imate, više ćete patiti, bićete veći licemer, jer ako ne možete da ispunite ideale, onda ćete morati makar da se pretvarate. Tako se licemerje javlja. Svet neće biti uopšte licemeran ako prihvatimo iskustvenu činjenicu bez osude. To je što je. Ako živimo sa onim

što postojanje jeste, a ne sa onim što „mora“ da bude i što „bi trebalo“, kako onda licemerje da se javi?

Baš pre neki dan me je neko pitao: „Zar Vi niste licemer? Vi živite udobno, u lepoj kući, vozite se lepim kolima, živite kao car.“ Ta osoba ne razume značenje reci „licemerje“. Celokupno moje učenje vodi ka tome da se živi što lepše. Ja nisam licemer; ja zapravo živim onako kako propovedam. Da propovedam život u siromaštvu, a da živim u palati, to bi bio licemerje. Međutim, ja ne propovedam život u siromaštvu; siromaštvo nije moj cilj. Ja živim prirodno; i veoma je prirodno živeti komforno i ugodno. Prosto je glupo ako komfor već postoji, da se ne živi u njemu. Druga stvar je ako komfor nije dostupan. U tom slučaju, šta god vam je dostupno, živite komforno u tome; sredite prostor tako da u njemu komforno živite.

Ja sam živeo u mnogo različitih situacija, ali sam uvek živeo komforno. Kada sam bio student, do univerziteta sam pešačio šest i po kilometara svaki dan, ali sam to obožavao! Tih šest i po kilometara sam svaki dan prelazio sa lakoćom; uživao sam. Kada sam postao profesor, na univerzitet sam išao biciklom; i u tome sam uživao. Kakva god da je bila situacija, bilo da sam morao da vozim bicikl ili „mercedes benz“, nije bilo razlike. Živeo sam komforno. Komfor je stanje uma; to je pristup životu. Ja sam živeo u veoma siromašno opremljenim kućama. Kada sam postao profesor na univerzitetu, počeo sam da živim u jednoj sobi bez prozora, bez ventilacije. Najam je bio samo dvadeset rupija mesečno. Ali ja sam je obožavao, uživao sam u njoj, uopšte nije bilo problema. Kad god je trenutak to dozvoljavao, ja bih ga potpuno iscedio. Svaki put bih ispio trenutak u celosti, nikada se nisam kajao, i nikada nisam želeo nešto drugo. Ako bi nešto drugo počelo da se dešava, uživao bih i u tome. Meni nikako ne možete reći da sam licemer. Ja nikako ne mogu da budem licemer, jer ja se ne vodim nikakvim idealima koje treba da ispunim, kod mene nema ni „mora“ ni „trebalo bi“. Ono što jeste je *sve*, i ja živim u sadašnjosti.

Dakle, druga stvar koju treba da zapamtite jeste da ne treba da imate nikakve ideje o sebi. Ljudi sa sobom vuku gomilu ideja o tome kakvi bi trebalo da budu. Ako se vodite idejom da treba da budete hrabar čovek, onda ružno izgleda ako ste kukavica. Ali taj kukavičluk je činjenično stanje, a ideal je samo ideal, jedna od fantazija uma.

Žrtvujte fantaziju zarad realnosti, odbacite sve ideale, i tada će život početi da vam se integriše. Svi odbačeni delovi će početi da se vraćaju kući i sve ono što je potisnuto će izbijati na površinu. Prvi put ćete početi da osećate zajedništvo; više se nećete raspadati na delove.

Ako ja, na primer, mislim za sebe da sam „ljubazna“ osoba, neću moći da dozvolim sebi da prepoznam i prihvatim osećanja besa koja se u meni javljaju. „Ljubazni“ ljudi se ne ljute. Stoga, da bih uneo jedinstvo u svoju svest, moram uvideti da se menjam iz minuta u minut, da sam iskustvena stvarnost. U nekim trenucima sam ljut, u nekim trenucima sam tužan. Ima trenutaka kada sam ljubomoran, ima trenutaka kada sam radostan. Iz trenutka u trenutak, šta god da se desi, to se prihvata. Tada postajete jedno. Prva stvar koju treba da shvatite jeste ta jedinstvenost.

Moja svrha ovde, moja funkcija, jeste da vam oduzmem sve ideale. Vi dolazite sa idealima; želeli biste da vam ja upotpunim ideale, da vam pružim podršku i pomognem vam da postanete ono što želite da budete. To možda jeste vaša motivacija za dolazak ovde, ali to nije moj posao. Moj posao je suprotan: da vam pomognem da prihvatite stvari onakve kakve su i da zaboravite svoje fantazije. Želim da postanete realniji i pragmatičniji. Ja želim da vi svoje korene pronađete na Zemlji - a vi pokušavate da se usidrite na nebu, potpuno zaboravljajući Zemlju.

Jeste, i nebo je dostupno, ali samo onima koji su korene pustili duboko u zemlji. Ako drvo želi da se uzdigne visoko prema nebu i došap-tava se sa oblacima, igra sa vetrom i druži sa zvezdama, onda ono mora da pusti svoje korene duboko u zemlju. Prva faza je pustiti korene duboko u zemlju, da bi druga faza došla sama po sebi. Sto korenje ide dublje, to drvo ide više uvis; nema potrebe da radi nešto drugo.

Ja moram da se potrudim da vaše korene ukopam duboko u zemlju istine. A istina je ono što *ste* vi. Od tog trenutka sve će iznenada početi da se odvija. Počecete da se uzdižete. Ideali koje ste sami sebi postavili i koje nikada niste mogli da dostignete počecete da se ostvaruju sami od sebe.

Ako osoba može da prihvati realnost onakvu kakva je, usled samog tog prihvatanja nestaje bilo kakva napetost. Patnja, zabrinutost, očaj - sve će to jednostavno ispariti. A kada nema zabrinutosti, tenzije, rastavljanja na delove, podele, šizofrenije, tada se javlja radost. Tada se iznenada pojavljuje ljubav, tada se iznenada pojavljuje saosećanje. Ovo nisu ideali; to su prirodni fenomeni. Sve što treba uraditi jeste skloniti ideale, jer oni funkcionišu kao blokada. Sto je osoba veći idealista, više je blokirana.

Da, kukavičluk izaziva bol, strah izaziva bol, bes izaziva bol; sve su to negativne emocije. Ali mir se može uspostaviti samo ako prihvatimo i usvojimo ono što je bolno, a ne ako ga odbacimo. Odbacivanje će učiniti da postanete sve manji, i manji, i manji, i imaćete sve slabiju i slabiju moć. Stalno ćete voditi rat sa sobom, civilni rat u kome će se jedna ruka boriti protiv druge, rat u kome ćete jednostavno rasipati svoju energiju.

Osnovna stvar koju treba da zapamtite jeste da vam samo ujedinjenje sa psihološkim bolom daje mogućnost da ga se oslobodite i učinite transcendentnim; *samo ujedinjenje sa psihološkim bolom*. Morate da prihvatite sve ono što vas boli; morate uspostaviti dijalog sa tim. To ste vi. Ne postoji drugi način da ga prevazidete. Jedini način jeste da ga usvojite.

A on ima neverovatne potencijale. Bes je energija, strah je energija, isto tako je i kukavičluk energija. Sve ono što vam se dešava poseduje neverovatan momenat, neverovatna količina energije je skrivena u tome. Jednom kada to prihvatite, ta energija postaje vaša. Postajete snažniji, proširujete se, zauzimate više prostora. Vaš unutrašnji svet se povećava.

Psihološki bol se prekida samo kada ga u potpunosti prihvatite. Psihološki bol ne postoji samo zato što postoji nešto što vi nazivate „bolnim“. Bol je rezultat vaše interpretacije stvarnosti. Pokušajte ovo da shvatite: vi ste ti koji stvarate psihološki bol. Kukavičluk ne donosi bol, to radi vaša ideja da je pogrešno biti kukavica, vaša interpretacija po kojoj kukavičluk ne bi trebalo da bude tu. Vaš ego osuđuje kukavičluk. Zbog tog osuđivanja i interpretacije bol se rada. Kukavičluk *je* prisutan, i zato postaje rana. Vi to ne možete da prihvatite, a ne možete ni da učinite da nestane tako što ćete ga odbaciti. Odbacivanjem ništa ne možete da uništite; pre ili kasnije ćete morati sa tim da se suočite. To će uvek iznova izbijati na površinu, i uvek iznova će remetiti vaš mir.

Vi se povlačite pred činjenicom da osećate kukavičluk, strah, bes i tugu. Nemojte to da radite. Bežanje od činjenica stvara bol. Posmatrajte ta osećanja, postanite jedna velika eksperimentalna laboratorija. Samo pogledajte: osećate strah, mračno je i sami ste, a nema nikoga na kilometar. Izgubili ste se u džungli, sedite pod dr-vetom, mrkli je mrak i lavovi riču - strah je tu. Postoje dve mogućnosti. Jedna je da ga odbacite, i čvrsto se držite da ne biste počeli da se tresete od straha. Strah tako počinje da izaziva bol - tu je, i boli! Čak i ako se čvrsto držite, on je tu i osećate bol.

Druga je da uživate. Počnite da se tresete, neka to prede u meditaciju. To je prirodno; lavovi riču, noć je tamna, opasnost je tako blizu, a smrt može da vas zadesi svakog trenutka. Uživajte, neka drhtanje postane ples. Jednom kada ga prihvatite, drhtanje postaje ples. Saradujte sa drhtanjem i iznenadićete

se: ako saradujete sa drhtanjem, ako *postanete* drhtanje, sav bol će nestati.

U stvari, ako dozvolite sebi da drhtite, umesto bola ćete osetiti veliku navalu energije kako vas ispunjava. To je upravo ono što je telo htelo da učini. Zašto se drhtanje pojačava u strahu? Drhtanje pokreće hemijski proces, koji oslobađa energiju, a ona vas priprema da se borite. Ono vam pruža ogromnu, iznenadnu navalu energije - drhtanje je mera vanrednog stanja. Kada počnete da podrhtavate, počinjete i da se zagrevate.

Zato i podrhtavate kada je hladno. Zašto podrhtavate kada je hladno, kada ne osćeate strah? Telo automatski počinje da podrhtava na hladnoći da bi se zagrejalo. To je na neki način prirodna ve-žba za telo. Unutrašnje tkivo počne da podrhtava da bi se zagrejalo i da bi moglo da se suoči sa hladnoćom. Ako potiskujete drhtanje kada vam je hladno, to će postati bolno.

Ista situacija je u pitanju i kada vas uhvati strah. Telo pokušava da se pripremi. Ono ispušta hemikalije u krv, priprema se da se suoči sa opasnošću. Možda ćete morati da se bijete, a možda ćete morati da bežite i da se bijete. Za bilo koji odgovor će vam biti potrebna energija.

Sagledajte lepotu straha, sagledajte alhemijski zadatak'straha; on samo pokušava da vas pripremi za određenu situaciju kako biste mogli da prihvatite izazov. Ali umesto da prihvatite izazov, umesto da ga razumete, vi počinjete da ga odbacujete. Kažete: „Tako veličanstvena osoba, a drhti? Zapamti da smrt ne postoji, da je duša besmrtna. Besmrtna duša i drhtanje? Zapamti da smrt ne može da te uništi, da vatra ne može da te opeče, da ti oružje ne može ništa. Imaj to na umu, nemoj da drhtiš, zadrži kontrolu nad sobom.”

Tako stvarate kontradikciju. Javljanje straha je prirodan proces, a vi uvodite neprirodne ideje koje su kontradiktorne strahu. Uvodite ideje da bi se umešale u prirodni proces. Bol će se javiti zato što će doći do sukoba.

Nemojte se zamarati time da li je duša besmrtna ili nije. U ovom trenutku, jedina istina je da je strah prisutan. Oslušajte ovaj trenutak, i dozvolite mu da vas potpuno obuzme; dozvolite ovom trenutku da vas poseduje i bola neće biti. Strah predstavlja suptilan ples energija koje nosite u sebi. On vas priprema; on je prijatelj, nije neprijatelj. Ali ono što vi sami sebi predstavljate čini vam loše. Rez koji pravite između osećanja i sebe samih - čini da se podelite na dva dela. Tako postajete posmatrač i posmatrani objekat. Kažete: „Ja sam ovde kao posmatrač, i bol je tu kao posmatrani objekat. Ja nisam bol.” E, ova *dualnost* je ta koja stvara bol.

Vi niste objekat posmatranja, niti ste posmatrač; vi ste i jedno i drugo. Vi ste i posmatrač i objekat posmatranja.

Nemojte da kažete: „Osećam strah.” To je pogrešno reći. Nemojte da kažete: „Strah me je.” I to je pogrešno. Jednostavno recite: „Ja sam strah. U ovom trenutku, ja sam strah.” Nemojte dovoditi do bilo kakvog razdvajanja.

Kada kažete: „Osećam strah”, vi sebe držite odvojenim od samog osećanja. Vi ste tamo negde daleko, i osećaj je tu negde oko vas. Ovo je standardno prekidanje jedinstva. Recite: „Ja sam strah”, i po-smatrajte - u tome i jeste stvar! Kada je strah tu, vi ste strah. Ne osećate vi ljubav ponekad. Kada je ljubav zaista tu, vi ste ljubav. A kada je bes tu, vi ste bes.

Na ovo misli Krišnamurti kada ponavlja: „Posmatrač je objekat posmatranja.” Onaj koji gleda je ono što se gleda, i onaj koji doživljava iskustvo jeste samo iskustvo. Nemojte razdvajati subjekat i objekat. To je osnovni uzrok svake patnje, svakog razdvajanja.

Jednostvano budite svesni onoga što jeste bez izbora - to je ključ koji otvara vrata ka najdubljoj misteriji bića. Nemojte reći da je nešto dobro, a nemojte reći ni da je loše. Kada kažete da je nešto dobro, dolazi do vezivanja, dolazi do privlačenja. Kada kažete daje nešto loše, javlja se odvratnost. Strah je strah, nije ni dobar ni loš. Nemojte da procenjujete, samo ga pustite da

bude. Samo neka bude tako. U toj svesti bez izbora svaki psihološki bol jednostavno nestane kao rosa na ranom jutarnjem suncu, a ono što ostane je čist prostor, nevin prostor. To je „jedno“, Tao, ili Bog, možete ga i tako zvati. „Jedno“ ostane na kraju kada sav bol nestane, kada niste podjeljeni ni na koji način, kada posmatrač postane predmet posmatranja: to znači iskusiti božansko, iskusiti prosvetljenje, zovite to kako hoćete.

U ovom stanju vi ne postojite kao takvi, jer nema posmatrača/kontrolora/sudije. Jedno je samo ono što se javlja i menjaiz trenutka u trenutak. U nekim trenucima ono može biti ushićenje, u drugim može biti tuga, saosećanje, destruktivnost, strah, usamljenost. Jedno ne srne da kaže: „Ja sam tužan“, ili „,Osećam tugu“, već „Ja sam tuga“ - jer prva dva govore da je suština odvojena od onoga što jeste. U realnosti ne postoji „suština“ koja nešto oseća. Postoji jedino samo osećanje.

Razmislite malo o tome: postoji jedino samo osećanje.

Ne postoji suština koja oseća strah; to biće *jeste* strah u određenom trenutku. U nekim drugim trenucima to biće nije strah. Ali vi niste odvojeni od tog trenutka, od onoga što se javlja; postoji jedino samo to osećanje. Zbog toga ništa ne može da se uradi u vezi sa onim što se iskustveno javlja u datom trenutku. Nema nikoga da „uradi“ nešto.

Sve što postoji je lepo - čak i ružnoća. Ono što postoji - postoji, bilo da ga vi prihvatate ili ne. Vaše prihvatanje ili odbacivanje nemaju uticaj na činjenično stanje stvari. Ono što jeste, jeste. Ako ga prihvatite, u vama će se roditi radost; ako ga odbacite, dobićete bol, ali realnost ostaje ista. U vama se može roditi bol, psihološki bol -njega ste vi stvorili jer niste mogli da prihvatite i prespustite se nečemu što se javlja. Odbacili ste istinu; zbog tog odbacivanja ste postali zatvorenik. Istina je ta koja oslobađa, a vi ste je odbacili; stoga ste u lancima. Odbacite istinu, i ostaćete zatvoreni.

Istina ostaje. Bilo da je vi odbacite ili prihvatite, to ne menja činjenicu, već samo vašu psihološku realnost. Tu postoje dve mogućnosti: ili bol ili radost, ili bolest ili zdravlje. Ako je odbacite, javiće se bolest, nelagodnost, jer ste otkinuli deo svog bića; to će ostaviti rane i ožiljke. Ako je prihvatite, onda ćete slaviti, bićete zdravi i čeli.

Nikada istina nije nikoga zarobila; to nije njena osobina. Ali kada je odbacite, nakon toga postaćete zatvoreni i zadržavaćete emocije u sebi. Odbacivanje će vas učiniti bogaljem, postaćete paralizovani.

I zapamtite, sama ideja oslobađanja je isto tako ideal. Sloboda nije ideal, ona je nusprodukt prihvatanja onoga što jesmo. Sloboda je nusprodukt; ona nije cilj vašeg rada i napora. Ona ne dolazi kao rezultat velikog napora, ona dolazi kada ste opušteni. A kako možete da budete opušteni ako ne možete da prihvatite svoj kukavičluk? Ako ne možete da prihvatite svoj strah, ako ne možete da prihvatite svoju ljubav, ako ne možete da prihvatite svoju tugu, kako možete da budete opušteni?

Zašto ljudi ne mogu da se opuste? Šta je osnovni razlog njihove konstantne, hronične napetosti? Ovo je razlog: tokom svih ovih ve-kova, vaše takozvane religije su vas učile da samo odbacujete. Učile su vas da se odrićete, učile su vas svemu što je pogrešno. Morate da promenite ovo, morate da promenite ono, i tek tada će vas Bog prihvatiti. Uzrokovale su toliko odbijanja da vi čak ne prihvatate ni sebe; ne prihvataju vas ljudi sa kojima živite, kako će onda Bog da vas prihvati?

Postojanje vas je već prihvatilo - zato i jeste ovde. Inače ne biste bili prisutni. Ovo je moje osnovno učenje. Postojanje vas je već prihvatilo. Ne morate da ga zaslužite, već ste ga vredni. Opustite se, uživajte u onome što vam je priroda dala. Ako vam je priroda dala kukavičluk, onda tu mora da ima nečega. Imajte poverenja i prihvatite ga. Šta je loše u tome da budete

kukavica? Sta je loše u tome da vas je strah? Samo idiot ne oseća strah, samo imbecil nije uplašen. Ako vam se zmija nade na putu, istog trenutka ćete odskočiti. Samo jedan imbecil, jedan glupak, jedan idiot se neće uplašiti zmije. Ali, ako ste inteligentni, i što ste inteligentniji, to ćete brže odskočiti! To je deo inteligencije, i savršeno je u redu. To vam pomaže da živite, štiti vas.

Međutim, ljudima su date glupe ideologije i vi ste istrajni u tome da se pridržavate starih šablona. Ne slušate ono što vam govorim. Ja vam kažem - ko god da ste, prihvatite sebe bezuslovno - a to prihvatanje je ključ transformacije.

Ja ne kažem da treba da prihvatite sebe da biste učinili transformaciju - jer u suprotnom niste prihvatili sebe uopšte, jer duboko u sebi nosite želju za transformacijom. Vi kažete: „U redu, ako će to dovesti do transformacije, prihvaću sebe.“ To, međutim, nije prihvatanje; niste uopšte shvatili poentu. Vi i dalje želite da se prome-nite. Ako vam ja to garantujem, i vi sebe prihvatite zbog toga što ja garantujem, gde je tu prihvatanje? Vi prihvatanje koristite kao sredstvo; cilj je da se promenite, da postanete slobodni, da dostignete samospoznaju, nirvanu. Gde je tu prihvatanje?

Prihvatanje mora da bude bezuslovno, bez ikakvog razloga, bez posebnog motiva. Samo tada ćete se stvarno osloboditi. Prihvatanje donosi neverovatnu radost, donosi ogromnu slobodu, ali sloboda ne dolazi kao završetak svega. Samo prihvatanje je drugo ime za slobodu. Ako ste sebe iskreno prihvatili, ako ste razumeli šta je to na šta ja mislim pod pojmom prihvatanje, sloboda je tu - istog trenutka, sad odmah.

Ne radi se o tome da prvo prihvatite sebe, pa onda malo vežbate prihvatanje, i onda sloboda dođe jednog dana. Ne. Prihvatite sebe i sloboda je tu, jer psihološki bol nestaje istog trenutka.

Pokušajte. Ono što vam ja govorim je eksperiment. Vi to možete, nije u pitanju to da li mi verujete. Vi ste se borili sa svojim strahom; prihvatite ga, i vidite šta će se desiti. Samo sedite u tišini i prihvatite ga, govoreći: „Osećam strah, dakle *ja sam* strah.“ I dok se nalazite u tom meditativnom stanju zvanom „ja sam strah“, sloboda počinje da se pomalja. Kada sebe prihvatite u potpunosti, sloboda je već došla.

Ponekad, kada na površinu ispliva moja mračna strana, to me plaši. Veoma mi je teško da to prihvatim samo kao potpunu suprotnost lepše strane. Osećam se prljavo, osećam se krivim i bezvrednim. Možete li, molim Vas, da kažete nešto o tome?

Osnovna stvar je da razumete da Vi niste svoj um, niti njegova lepša ili mračna strana. Ako se identifikujete sa onim delom koji je lep, onda neće biti moguće da se ne identifikujete sa njegovim lošim de-lovima; oni su dve strane istog novčića. Njega možete imati u celi-ni, ili ga u celini odbaciti, ali ga ne možete podeliti.

U čoveku stvara zabrinutost to što uvek hoće da izabere ono što je lepo, svetlucavo. On hoće da izabere srećan kraj, ostavljajući mračne oblake iza sebe. On, međutim, ne zna da srećan kraj ne postoji bez mračnih oblaka. Mračni oblaci su pozadina, oni su veoma potrebni da bi se srećan kraj pojavio.

Biranje dovodi do zabrinutosti; birati znači praviti nevolju. Nemati izbora znači da je um prisutan, a on ima i lepu i tamnu stranu - i šta onda? Kakve to veze ima sa vama? Zašto biste vi brinuli zbog toga?

Onog trenutka kada prestanete da birate, sve brige nestaju. Tada shvatate da um i treba da

bude takav, da je to njegova priroda - i to nije vaš problem, jer vi niste um. Da *vi jeste* um, tu ne bi bilo problema. Ko bi onda birao, a ko vodio računa o prevazilaženju? Ko bi pokušao da prihvati, a ko bi razumeo prihvatanje?

Vi ste odvojeni, potpuno. Vi ste samo svedok, i ništa više. Međutim, Vi ste posmatrač koji se identifikuje sa svime što mu se čini prijatnim, i koji zaboravlja da neprijatno dolazi odmah iza, kao senka. Ne uznemirava Vas prijatna strana, njoj se radujete. Problem nastaje kada se pojavi njena polarna strana - tada postajete rastrzani.

Ali, Vi ste taj koji je napravio problem. Od toga da ste samo svedok, došli ste dotle da se identifikujete.

Biblijska priča o „padu“ je samo fikcija. Pravi pad dešava se kada od toga da ste svedok dođete u situaciju da se identifikujete sa nečim i gubite poziciju svedoka.

Pokušajte s vremena na vreme da uradite sledeće: pustite um da bude ono što jeste. I zapamtite, vi niste um. Neverovatno ćete se iznenaditi. Što se manje identifikujete, um ima manju moć - jer njegova moć proizilazi iz Vaše identifikacije. On Vam isisava krv. Kada se, međutim, držite po strani, um počinje da tone.

Onda kada potpuno prekinete identifikaciju sa umom, makar i na trenutak, doživete otkrovenje. Um jednostavno umire; više nije tu. U jednom trenutku je ceo bio tu, stalno je funkcionisao - koji dan gore-dole, budio se, spavao je, bio tu - i sad odjednom nije. Pogledaćete oko sebe i videćete prazninu, videćete ništa.

Zajedno sa nestankom uma nestaje i ličnost. Tu samo ostaje određena svest koja u sebi ne sadrži „ja“. A najbolje kako možete da je zovete je nešto poput „samstvo“, ne i „jastvo“. Da budem precizni-

ji, to je „jestvo“, jer čak i samstvo zadržava u sebi delić onog „ja“. Onog trenutka kada shvatite da ste dosegli *dojestva*, svest postaje univerzalna. Sa nestankom uma nestaje i ličnost. A nestaju i mnoge stvari koje su vam bile toliko važne, koje su vam pravile problem. Vi ste pokušavali da ih resite, a one su postajale sve komplikovanije; sve je predstavljalo problem, dovodilo do zabrinutosti, nikako, se izlaz nije nazirao.

Podsetiću vas na priču „Guska je izašla“. Ona se odnosi na um i vaše jestvo.

Gospodar je rekao učeniku da razmišlja o sledećem koanu⁶:

Mladunče guske je stavljeno u flašu i dobijalo je hranu i vodu. Guska je rasla sve više i više i više, dok na kraju nije ispunila celu flašu. Sada je prevelika; ne može da izađe kroz grlić flaše - previše je mali. Koan se sastoji od toga da morate da izvučete gusku iz flaše, a da je ne razbijete, niti da ubijete gusku. To sad predstavlja glavolomku. Sta možete da uradite? Guska je prevelika; ne možete da je izvadite osim ako ne razbijete flašu, ali to nije dozvoljeno. Možete da je izvadite i ako je ubijete; to znači da vam nije bitno da li će izaći živa ili mrtva. Ni to nije dozvoljeno.

Iz dana u dan je učenik meditirao, nije nalazio način, mislio je da će pomoći ovo ili ono - ali pravi način zapravo nije ni postojao. Umoran, potpuno iscrpen, doživeo je iznenadno otkrovenje... Odjednom je shvatio da učitelja ne zanimaju guska i flaša; one sigurno predstavljaju nešto drugo. Flaša je um, a ti si guska. To je moguće ako si svedok. Čak i ako se ne nalaziš u umu, možeš toliko da se identifikuješ sa njim da imaš osećaj kao da jesi! Učenik odlazi kod učitelja da mu kaže da je guska napolju. A učitelj odgovara: „Razumeo si. Neka od sada stalno bude napolju. Nikada nije ni bila unutra.“

Ako nastavite da se borite sa guskom i flašom, nema šanse da resite problem. U pitanju je shvatanje da one predstavljaju nešto drugo, inače vam učitelj ne bi zadao takav zadatak. Šta još može da bude? Zbog toga što se sve ovo dešava između učitelja i učenika, cela ova stvar, onda se radi o umu i svesti.

Svest je guska koja se ne nalazi u flaši uma, ali vi verujete da je tako, i svakog pitate kako da je oslobodite. A postoje idioti koji će vam pomoći i pokazati neke tehnike uz pomoć kojih ćete je izvući. Zovem ih idiotima jer ništa ne shvataju: guska je već napolju, nije ni bila unutra, tako da pitanje izlaska ni ne može da se postavi.

Um je samo grupa misli koje se smenjuju pred vama na platnu mozga. Vi ste posmatrač. Međutim, počinjete da se identifikujete sa lepim stvarima; one služe kao mito. Kada se zakačite za lepe stvari, zakačićete se i za one ružne, jer um ne postoji bez dualnosti.

Svest ne može da postoji uz dualnost, a um ne može da postoji bez dualnosti.

Svest nije dualna, um je dualan. Samo, dakle, posmatrajte. Moje učenje vam ne daje bilo kakvo rešenje, ono vam daje *pravo* rešenje: jednostavno se malo udaljite i posmatrajte. Napravite distancu između sebe i uma. Bilo da je u pitanju nešto dobro, lepo, ukusno, nešto u čemu biste izuzetno voleli da uživate, ili da je ružno - držite se na što većem odstojanju, gledajte na to kao što gledate film. Ljudi se, međutim identifikuju i sa filmovima...

Video sam ljude koji plaču gledajući film; kako im suze teku, a ništa se ne dešava! Dobro je što je u bioskopskoj sali mrak; tako ih nije sramota. Imao sam običaj da pitam svog oca: „Jesi li video? Co-vek pored tebe je plakao!“

On bi mi odgovorio: „Ćela sala je plakala. Scena je bila tako...“

Ali tu je bilo samo platno, i ništa više. Niko nije bio ubijen, nije se dogodila nikakva tragedija - samo projekcija filma, samo slike koje se pomeraju na platnu.

Koan - paradoks o kome razmišljaju budistički monasi da bi naučili da više ne zavise od

razuma i da bi doživeli iznenadno intuitivno prosvetljenje (Prim. prev.)

A ljudi su se smejali, plakali, skoro tri sata su bili izgubljeni. Postali su deo filma, identifikovali su se sa pojedinim likovima.

Otac bi mi rekao: „Ako se baviš ljudskim reakcijama, onda ne možeš da uživaš u filmu.“
Ja bih mu odgovorio: „Ja mogu da uživam u filmu, ali ne želim da plačem; ne vidim u tome nikakvo uživanje. Ja to mogu da po-smatram kao film, ali ne želim da budem njegov deo. Svi ovi ljudi postaju deo filma.“

Moj deda je imao starog berberina koji je bio zavisnik od opijuma. Ako je za nešto bilo potrebno pet minuta da se uradi, on bi to radio dva sata, i sve vreme bi bez prestanka pričao. Ali oni su bili prijatelji od detinjstva. Još uvek mogu da vidim dedu kako sedi na berberinovoj stolici... A bio je to čovek koji je lepo pričao. Zavisnici od opijuma imaju tu osobinu da lepo pričaju, da pričaju o sebi, šta im se događa iz dana u dan; istina je. Moj deda bi jednostavno odgovarao: „Da, tako je, to je fantastično...“

Jednog dana sam mu rekao: „Ti na sve govoriš - 'Da, tako je, to je fantastično.' A on ponekad priča gluposti, nešto potpuno nebitno.“

Deda mi je rekao: „Šta bi ti? Čovek je zavisnik od opijuma.“ Berberin je koristio dobro naoštrenu britvu za rad. „Šta bi ti da kažem? - i to čoveku koji u ruci drži naoštrenu britvu, meni na grlu. Njemu reći ne... ubio bi me! Zna on to. Ponekad mi kaže: 'Ti nikada ne kažeš ne, uvek se slažeš, uvek ti je sve odlično.' Na to mu ja odgovorim: 'Treba da shvatiš da si ti uvek pod dejstvom opijuma. Uopšte nije moguće razgovarati sa tobom, raspravljati o nečemu ili se ne slagati sa tobom. Držiš mi oštricu u blizini grla i želiš da se protivim nečemu što si rekao?'“

„Zašto ne promeniš berberina?“, upitao sam dedu. „Postoji toliko drugih berbera u selu, a ovom čoveku treba dva sata da uradi posao od pet minuta. Ponekad ti obrije pola brade i kaže: 'Brzo se vraćam', i ti sediš, a njega nema sat vremena, jer je počeo da priča sa nekim i potpuno je zaboravio da mu mušterija sedi u stolici. A onda se vrati i kaže: 'Bože, pa ti si još tu?'“

Deda bi mi rekao: „Šta mogu? Ne mogu da se vratim kući sa bradom obrijanom dopola.“ Pitao bi berberina gde je bio, a ovaj bi mu rekao: 'Vodio sam fantastičan razgovor sa nekim, da sam potpuno zaboravio na tebe. Dobro je da je čovek morao da krene; inače bi ti tu sedeo ceo dan.'“

Ponekad ne bi ni zatvarao berbernicu preko noći. Samo bi otišao kući, zaboravivši da svrati do berbernice da je zaključa. Povremeno bi neka mušterija još uvek sedela u stolici, čekajući ga da se vrati, a on bi otišao kući da spava. Neko bi onda morao da kaže mušteriji: „Možete da idete; berberin neće doći pre sutra ujutru. Zaboravio je da zatvori berbernicu i zaboravio je da ste Vi tu. Eno ga kod kuće, čvrsto spava.“

A ako bi se osoba naljutila... Ponekad su mu se nove mušterije vraćale besne u berbernicu. On bi im rekao: „Smirite se. Sto se mene tiče, ne morate da mi platite. Obrijao sam Vam samo pola brade; slobodno idite. Ja ne želim da se svađam. Ne morate da mi platite; ne tražim čak ni da mi platite pola cene.“

Ali, niko ne može da ode obrijan samo dopola - ili ošišane glave samo dopola! Vi ga pitate da vam obrije bradu, a on počne da vam brije glavu, i dok vi primetite, on je već obavio posao.

Onda bi vas pitao: „E sad, šta želite? Jer, skoro jedna četvrtina posla je završena. Ako hoćete da Vam ovako ostane, mogu da prekinem da radim; u suprotnom, mogu da završim. Međutim, neću Vam naplatiti ako niste rekli da hoćete šišanje, to je onda moja greška i ja treba da budem kažnjen. Neću Vam naplatiti.”

Taj čovek je bio opasan! Ali moj deda je govorio: „Opasan je, ali je divan, i toliko sam se srodio sa njim, i ne mogu da zamislim da može da umre pre mene i da ja moram da idem u drugu berbernicu. Ne mogu da pojmim... jer on mi je berberin celog života. Toliko sam se srodio sa njim da mogu da prestanem da se brijem, ali ne i da promenim berberina.”

Moj deda je, srećom, preminuo pre berberina, zavisnika od opijuma.

Vi se identifikujete sa svim stvarima. Ljudi se identifikuju sa drugim osobama i sami sebe dovedu u očajanje. Identifikuju se sa stvarima, i onda su očajni kad ta stvar nestane.

Identifikacija je ono što prouzrokuje Vaš očaj. A svaka identifikacija je identifikacija sa umom.

Samo se udaljite, i pustite da um prođe.

Vrlo brzo ćete uvideti da uopšte nema problema; guska je izašla. Ne morate da razbijate flašu, niti morate da ubijete gusku.

Ponekad se pitam da li zaista želim da se oslobodim problema, da ih prihvatim umesto da se borim sa njima. Imam osećaj kao da se jedan deo mene toliko srodio sa borbom, da ga ideja oslobađanja od problema pomalo plaši.

To je tačno; ljudi se grčevito drže svojih bolesti, ne propuštaju priliku da se žale, grčevito se drže svega što ih tišti. Stalno govore: „Ovo su moje rane i ja bih voleo da ih izlečim.” Ali, duboko u sebi oni nastavljaju da ih prave, jer se plaše da njih samih više neće biti ako se sve rane izleče.

Samo posmatrajte ljude - oni se grčevito drže svoje bolesti. Pričaju o njoj kao da je nešto vredno pomena. Ljudi pričaju o bolesti, o svom negativnom raspoloženju više nego o bilo čemu drugom. Slušajte ih, i shvatićete da oni uživaju da pričaju o tome. Ljudi dolaze kod mene svako veče, i ja moram da ih slušam - godinama ih slušam i gledam njihova lica. Oni uživaju u tome! Oni su mučenici... njihova bolest, njihov bes, njihova mržnja, ovaj problem, onaj problem, njihova pohlepa, ambicija. A samo kad pogledate, čela stvar je prava ludost - jer oni traže pomoć da se oslobode takvih stvari, a kada im vidite lica, shvatite da uživaju. Ako bi ovi problemi stvarno nestali, u čemu bi oni onda uživali? Ako bi sve njihove bolesti nestale i oni postali celoviti i zdravi, ne bi imali o čemu da pričaju.

Ljudi odlaze kod psihijatra, i onda samo o tome pričaju - kako su išli kod ovog psihijatra, pa kod onog, kako su išli kod ovog učitelja, pa kod onog. Oni zaista uživaju kada kažu: „Niko od njih, ama baš niko, nije uspeo da mi pomogne. I dalje sam isti, niko ne može da me promeni.” Kao da su oni uspešni ako postanu neuspeh svakog psihijatra!

Čuo sam priču o jednom čoveku koji je hipohondar, i koji je stalno pričao o svojim bolestima. Niko mu nije verovao, jer je bio na svom mogućim pregledima i ispitivanjima, i sve je bilo u redu. Ali, on bi svakog dana trčao doktoru da mu kaže da ima ozbiljan problem. Vremenom je doktor shvatio: šta god da čovek čuje - bilo da je u pitanju reklama na TV-u za neki lek, bilo da je razgovor o nekoj bolesti - on bi se odmah od toga razboleo. Kada bi čitao o nekoj bolesti u novinama, odmah bi sutradan otišao kod doktora mrtav bolestan. A pokazivao bi i sve simptome. Doktor mu je zato rekao:

„Nemojte više toliko da dolazite, jer ja čitam iste novine kao i Vi i gledam isti TV program kao i Vi, i Vi već sutradan dođete da kažete da ste oboleli od pomenute bolesti.“

„Šta vi mislite!“, rekao je čovek. „Mislite li da ste Vi jedini doktor u gradu?“

I prestao je da odlazi kod ovog doktora, ali nije prekinuo to ludilo vezano za bolest. A onda je umro, jer svi moraju da umru. Na samrtni je rekao supruzi šta da mu napisu na spomeniku, i to stoji i dan-danas. Velikim slovima piše: „Da li mi sad verujete?“

Ljudi su srećni zbog svoje patnje. Takođe se ponekad zapitam: šta bi uradili kada bi sva njihova patnja nestala? Ne bi onda imali šta da rade i jednostavno bi izvršili samoubistvo. Prema onome što sam ja video, ako im pomognete da prevaziđu patnju zbog jedne stvari, oni će se odmah sutra vratiti sa nečim drugim. Pomognete im oko jedne stvari, a oni već imaju spremno nešto drugo, kao da su trajno vezani za patnju. Takvi ljudi dobijaju nešto iz svega toga; to je jedna investicija koja im se isplati.

Kakva je investicija u pitanju? Investicija se sastoji od toga da kada vam cipela ne odgovara, kada vas žulja, tada imate osećaj da postojite. Kada vam cipela u potpunosti odgovara, tada se jednostavno opustite. Ako vam cipela u potpunosti odgovara, ne samo da zaboravite na stopalo, nego i „ja“ nestane. Kod blažene svesti „ja“ ne može da bude prisutno - to je nemoguće! „Ja“ može da postoji samo u napaćenom umu; „ja“ nije ništa drugo do skup svih patnji. Dakle, samo ako ste zaista spremni da odbacite to „ja“, tek tada će svaka vaša patnja nestati. Niko ne može da vam pomogne, jer ste vi na putu koji je autodestruktivan, na putu koji vas vodi porazu.

Zato, pre nego što mi se sledeći put obratite zbog nekog problema, prvo proverite sebe da li biste želeli da taj problem bude rešen, jer imajte na umu: ja mogu da vam pružim rešenje. Da li ste zaista zainteresovani za rešavanje problema ili biste samo da pričate? Dok pričate o njemu, osećate se dobro.

Zavirite u sebe i malo istražujte, i videćete da vaša patnja postoji samo zato što je vi podržavate. Ništa ne može da postoji bez vaše podrške. Ona postoji zato što joj dajete energiju; da joj ne dajete energiju, ona ne bi postojala.

A ko vas tera da patnji dajete energiju? Čak i kada ste tužni, potrebna je energija, jer bez nje ne možete da tugujete. Da bi došlo do fenomena tuge, morate da joj date energiju. Zato se posle tugovanja osećate tako slomljeno, iserpeno. Šta se dogodilo? U toj svojoj depresiji niste radili ništa, samo ste bili tužni - zašto se onda osećate tako slomljeno i iserpeno? Čovek bi pomislio da će nakon tugovanja biti pun energije, ali ne.

Zapamtite, svakoj negativnoj emociji je potrebna energija; one vas iscrpljuju. A svaka pozitivna emocija i pozitivan stav je generator energije; one samo stvaraju dodatnu energiju, nikada vas ne iscrpljuju. Ako ste srećni, ceo svet vam daje svoju energiju, ceo svet se smeje sa vama. Ljudi su u pravu kada kažu: „Smej se, i ceo svet će se smejeti sa tobom. Plači, i plakaćeš sam.“ To je tačno, to je potpuno tačno. Kada ste pozitivni, samo postojanje vam daje još, jer kada ste vi srećni, srećno je i postojanje sa vama. Vi niste teret, vi ste cvet; niste kamen, već ste ptica. Postojanje je srećno zbog vas.

Kada se ponašate kao kamen, sedite umrtvljeni svojom tugom, negujete tugu, niko nije sa vama. Niko i ne može da bude sa vama. Tada se jednostavno stvara raskol između vas i života. Tada za sve što radite morate da zavisite samo od svog energetskog izvora. On će biti istrošen. Vi traćete svoju energiju, sami sebe iscrpljujete glupostima.

Ali, stvar je u tome da ćete jače osetiti ego kada ste tužni i negativni. Kada ste srećni, blaženi, ekstatični, ego neće ni osetiti. Kada ste srećni i ekstatični, „ja“ ne postoji. Tada se povezujete sa samim postojanjem, ne udaljavate se od njega; postajete jedno. Kada ste tužni,

besni, pohlepni, kada se povučete u sebe i uživete u svojim ranama i stalno ih gledate, igrate se sa njim, izigravajući mučenika, stvarate raskol između sebe i postojanja. Prepušteni ste sami sebi, i tada ćete osetiti ono „ja“. A kada osetite to „ja“, postojanje se oseti kao vaš neprijatelj. To ne znači da je ono zaista vaš neprijatelj; tako samo izgleda. Ako mislite da su vam svi neprijatelji, onda ćete se i ponašati tako da će svi morati da postanu vaši neprijatelji.

Kada prihvatite prirodu i prepustite joj se, krećete se zajedno sa njom. Pesa celine je tada i vaša pesma, ples celine postaje i vaš ples. Više niste odvojeni od nje. Više nemate osećaj „ja sam“ - jednostavno se u vama javi osećaj „celina je. Ja sam samo talas koji dolazi i odlazi, biće i nebiće. Dođem i odem, a celina ostaje. Ja postojim zbog celine, celina postoji kroz mene.“

Ona ponekad uzima neki oblik, a ponekad je bezoblična - lepa je u oba slučaja. Nekada se javi u telu, a nekada iz tela nestane. Tako mora da bude, jer je život ritam. Nekada morate da primite formu nečega, a nekada morate da se odmorite od nje. Nekada morate da budete aktivni i da se krećete, da budete talas, a nekada morate da odete u dubinu da se odmorite, da mirujete. Život je ritam.

Smrt nije neprijatelj. Ona samo predstavlja promenu ritma, pre-laz na sledeći ritam. Vrlo brzo ćete se ponovo roditi - bićete živahni, mladi, svežiji. Smrt je potrebna. *Vi* ne umirete u smrti; to samo sva prašina koja se nakupila oko vas mora da se spere. To je jedini način da se podmladite. Nije samo Isus vaskrsao, sve vaskrsava u postojanju.

Upravo sada je drvo badema ispred moje sobe odbacilo suvo staro lišće, i njega će zameniti novo. Takav je red! Ako bi se drvo grčevito držalo starog lišća, onda nikada ne bi bilo podmladeno, i počelo bi da truli. Zašto stvarati sukob? Staro nestajte da bi došlo novo. Staro oslobađa prostor, ostavlja mesta onom novom što treba da dođe. A novo će uvek dolaziti i staro će uvek odlaziti.

Vi ne umirete. To samo opadne staro lišće da bi napravilo mesta za novo. Ovde umirete, tamo se radate; odavde nestajete, tamo se pojavljujete. Iz forme prelazite u stanje koje nema formu, iz stanja koje nema formu prelazite u formu; od tela do netela i od netela do tela; pokret-odmor, odmor-pokret - to je ritam. Ako se koncentrišete na ritam, onda vas ništa neće brinuti. Imaćete samopouzdanja.

BES, TUGA I DEPRESIJA

Grane jednog istog drveta

Bes, obično, nije loš. Bes je, obično, deo života; dođe i prođe. Ali, ako ga potiskujete, onda postaje problem. Tada počinje da se akumulira. Onda on više ne dolazi i prolazi; tada postaje deo vašeg bića. Tada više nije slučaj da ste ponekad ljuti; vi ste stalno ljuti, bes stalno tinja u vama, i samo čekate da vas neko isprovocira. Dovoljna je mala provokacija da planete i radite stvari za koje ćete posle da kažete: „Uradio sam to uprkos sebi.“

Analizirajte taj izraz „uprkos sebi“. Kako možete da uradite nešto uprkos sebi? Izraz je, međutim, apsolutno tačan. Potisnut bes se pretvori u privremeno ludilo. Dogodi se nešto što je izvan vaše kontrole. Da možete to da kontrolišete, vi biste to i uradili; međutim, to vas iznenada obuzima. Iznenada je sve bilo van vaše moći, niste mogli ništa da uradite, osetili ste se bespomoćnim - i to je izletelo. Ovakva osoba možda nije besna, ali se kreće i živi u besu.

Ako biste posmatrali ljude... Stanite malo sa strane i samo posma-trajte. Otkrili biste da postoje dva tipa ljudi. Samo posnijatrate njihova lica. Čelo čovečanstvo se deli na dva tipa ljudi. Jedan tip su tužni ljudi, koji izgledaju veoma žalosno, koji se nekako vuku. Drugi tip su besni ljudi, koji ključaju u ludilu, spremni da eksplodiraju na svaku reč.

Bes je aktivna tuga; tuga je bes koji nije aktivan. To nisu dve različite stvari.

Posnijatrate svoje ponašanje. Kada ste tužni? Tužni ste samo u onim situacijama kada ne možete da budete besni. Šef vam nešto kaže, i vi ne možete da se ljutite, jer biste mogli da izgubite posao. Ne smete da se ljutite, i morate da se smeškate. Zatim postanete tužni. Ta energija je postala neaktivna.

Suprug se vraća kući sa posla, i kada dođe kod supruge, naći će i najmanji izgovor, nešto potpuno nebitno, da se naljuti. Ljudi uživaju u besu; oslobađaju bes jer makar imaju osećaj da rade nešto. Kada ste tužni, imate osećaj da je nešto urađeno vama. Bili ste na pasivnom kraju, na onom koji prima. Neko vam je nešto uradio, a vi ste bili nemoćni i niste mogli nikako da odgovorite, niste mogli da mu vratite milo za drago, niste mogli da reagujete. Kada ste besni, osećate se malo bolje. Nakon napada besa, čovek se oseća malo opuštenije i malo bolje. Prosto živnete! Takođe, možete i da *uradite* nešto! Ne možete, doduše, to da uradite svom šefu, ali možete supruzi.

Onda supruga sačeka decu da se vrate kući — jer nije pametno besneti na supruga, mogao bi da traži razvod. On je taj koji je gazda, a žena zavisi od njega i riskantno je da se na njega ljuti. Ona će da sačeka decu. Deca će se vratiti iz škole, a ona će ih napasti i kazniti -za njihovo dobro. A šta-će deca uraditi? Otići će u svoje sobe, razba-caće knjige, pocepaće ih, ili će se iskaliti na lutkama, psu, ili će mučiti mačku. Nešto će morati da urade. Svi moraju nešto da urade, inače će postati tužni.

Ljudi koje vidite na ulici koji su postali tužni, koji su toliko često tužni da se njihovo lice maltene skamenilo, jesu ljudi koji su toliko bespomoćni, koji se nalaze na samom dnu lestvice, i koji ne mogu da nadu nekoga da se na njega ljute. To su tužni ljudi, dok ćete na

višim mestima videti besne ljude. Sto više idete nagore, nailazićete na ljude koji su više besni. Što idete niže, ljudi su tužniji.

U Indiji možete da vidite da nedodirljivi, najniža klasa, izgledaju tužno. Pogledajte zatim brahmane; oni su besni. Jedan brahman je uvek besan; poludeće zbog sitnice. Nedodirljivi je tužan jer nema nikog ispod njega na kome bi mogao da iskali bes.

Bes i tuga su dva lica jedne iste energije, energije koja je potisnuta.

Bes sam po sebi nije loš. U stvari, ljudi koji mogu da se naljute i već sledećeg momenta sve to da zaborave su zaista dobri ljudi. Takvi ljudi su uvek prijateljski raspoloženi, živahni, lako ih je voleti i pokazuju saosećanje. Međutim, ljudi koji se čvrsto drže svojih emocija, koji ih stalno kontrolišu, nisu dobri ljudi. Oni će se uvek truditi da vam pokažu da su bolji od vas, ali ćete u njihovim očima uvek videti bes. Bes se vidi na njihovim licima, u svakom njihovom pokretu - u načinu na koji hodaju, u načinu na koji pričaju, u načinu na koji se vezuju za druge ljude, bes je uvek prisutan i tinja. Oni su spremni da eksplodiraju svakog trenutka. Ovakvi ljudi su ubice, kriminalci, ljudi koji uvek čine neko zlo.

Besneti je ljudski, tu nema ničeg lošeg. Bes se javlja u situaciji kada ste isprovocirani, kada se osećate živim i jednostavno reagujete na provokaciju. On znači da nećete da se pokorite; on znači da je u pitanju situacija koju nećete da prihvatite; on znači da je u pitanju situacija kada želite da kažete *ne*. On predstavlja protest, i tu nema ničeg lošeg.

Posmatrajte dete kada se naljuti na vas. Posmatrajte njegovo lice! Ono je toliko besno i toliko se zacrvenelo da bi vas ubilo. Kaže vam: „Više nikada neću da pričam sa tobom. Završili smo!" I već sledećeg trenutka vam opet sedi u krilu i priča o lepim stvarima. Sve je zaboravilo. Šta god da je reklo u naletu besa, nije ispunilo. To ne predstavlja teret za um. Jeste, u određenom trenutku je bilo besno i reklo je nešto, ali bes je sada nestao kao i sve ono što je u tom trenutku reklo. Dete se ne drži toga zauvek, planulo je u trenutku, burno je odreagovalo. Ali taj buran trenutak ne traje zauvek, on je prolaznog karaktera. Bura se podigla, pokrenula je talas, ali je više nema. Dete neće održavati tu buru zauvek. Čak i ako ga podsetite na to, samo će se nasmejati. „Ma glupost", reći će vam. Ili će reći: „Ne sećam se. Je li tako bilo?" Ili: „Stvarno sam to rekao? Nemoguće!" Bio je to samo trenutak kada je planulo.

Morate ovo da razumete. Čovek koji živi od trenutka do trenutka je nekada besan, nekada srećan, nekada tužan. Ali možete biti sigurni da neće zauvek to osećati. Osoba koja sve drži pod kontrolom i ne dozvoljava sebi da ispolji emocije je opasna. Ako takvu osobu uvredite, ona se neće naljutiti; ona će to osećanje zadržati. Takva osoba će samo akumulirati bes malo-pomalo i na kraju će uraditi nešto loše.

Nema ništa loše u tome ako u trenutku planete zbog besa - to je na neki način čak i lepo. To samo pokazuje da ste i dalje živi. To što u trenutku pobesnite samo znači da niste umrli, da odgovarate na situaciju i da je odgovor iskren. Ako osećate da se nalazite u situaciji da treba da se ljutite, bes je tu. Ako osećate da se nalazite u situaciji kada treba da budete srećni, tako će i biti. Menjate se od situacije do situacije, i nemate nikakve predrasude da je nešto dobro ili loše. Ne gajite nikakvu ideologiju kao takvu.

Ja nisam protiv besa, ja sam protiv besa koji se akumulira. Ja nisam protiv seksa, ja sam protiv seksa koji se akumulira potiskivanjem. Sve što se desi u trenutku je dobro, sve što se vuče iz prošlosti je bolest.

Nekada se to zvalo „melanholija“. Danas se zove „depresija“, i praktično se širi kao epidemija u razvijenim zemljama. Objašnjenja depresije se kreću od onih koja imaju veze sa hemijskim reakcijama do psiholoških; međutim, uprkos svemu izgleda kao da ona ima uticaj na sve veći broj ljudi. Sta je depresija? Da li je to reakcija na depresivan svet, neka vrsta hibernacije tokom „zimskog perioda našeg nezadovoljstva“?

Čovek oduvek živi sa nadom - u budućnost, u raj koji postoji negde daleko. Čovek nikada nije živeo u sadašnjem trenutku; njegovo zlatno doba uvek *tek treba da dođe*. Uvek je bio entuzijasta, jer velike stvari tek treba da mu se dogode; sve njegove želje će biti ispunjene. Velika radost postojala je u iščekivanju.

Čovek je patio u sadašnjem trenutku; bio je nesrećan u sadašnjem trenutku, ali sve to bi nestalo u snovima koji će biti ispunjeni sutra. Sutra ga je oduvek držalo u životu.

Situacija se, međutim, promenila. Stari način više nije valjao jer sutra - ispunjenje čovekovih snova - nikada nije došlo. Čovek je umro nadajući se. Čak se i u smrti nadao budućem životu, ali on zapravo nikada nije spoznao njegovu radost, njegov smisao.

Život je, međutim, bio podnošljiv. Trebalo je samo pregurati dan: dan će proći i doći će sutra. Proroci, mesije, spasioci, svi oni su ljudima obećavali svakakva uživanja u raju. Političke vođe, društveni ideolozi, utopisti, svi oni su obećavali da će se desiti jedno isto - ne u raju, već ovde na zemlji, negde u dalekoj budućnosti kada društvo bude pretrpelo potpunu revoluciju i kada ne bude bilo siromaštva, kada ne bude bilo nikakve vlasti, kada čovek bude potpuno slobodan i kada bude imao sve što mu je potrebno.

I jedno i drugo obećanje su u osnovi ispunjavala istu psihološku potrebu. Ideolozi, političari i društveni utopisti su se obraćali onima koji su materijalisti. Religiozne vođe su se obraćale onima koji to nisu. Ali cilj tog obraćanja je bio potpuno isti: sve ono što zamislite, sve što sanjate, sve za čim žudite će se u potpunosti ispuniti. U odnosu na sve te snove na koje je čovek mogao da se osloni, sva trenutna patnja je izgledala sićušno. Entuzijazam je bio prisutan u svetu; ljudi nisu bili depresivni.

Depresija je savremeni fenomen koji se javio zato što sada ne postoji sutrašnjica. Sve političke ideologije su propale. Više ne postoji mogućnost da svi ljudi budu jednaki, ne postoji mogućnost da će doći vreme u kom neće postojati vlast, ne postoji mogućnost ispunjenja svih snova. To je došlo kao veliki šok. U isto vreme je čovek i sazreo. Čovek može da ide u crkvu, džamiju, sinagogu ili hram, ali mu to neće doneti društvene pogodnosti. A on ne želi da bude sam u tako mračnom stanju depresije; želi da bude u grupi. Ali on u suštini zna da raj ne postoji; on zna da spasilac neće doći.

Hindusi pet stotina godina čekaju da se Krišna vrati. On je obećao ne samo da će se jednog dana vratiti, već da će doći kad god na svetu bude bola, patnje, kad god porok nadvlada vrlinu, kad god dobri, jednostavni i nevini ljudi budu bili iskorišćavani od strane pokvarenih ljudi i hipokrita. Krišna je rekao: „Ja ću postati realnost u svakoj godini koja dolazi.“ Ali, pet stotina godina nije dao ni znaka od sebe.

Isus je obećao da će se vratiti, i kada su ga pitali kada će to biti, rekao je: „Vrlo brzo.“ U redu, to „vrlo brzo“ može da traje dugo, ali ne i dve hiljade godina; to je već previše.

U ideju da će naša patnja, bol i zabrinutost nestati više niko ne veruje. Ideja da tamo negde postoji Bog koji brine o nama izgleda kao šala. Ako pogledate svet, izgleda kao da nema nikoga kome je stalo.

Realnost je ta da je čovek oduvek živeo u siromaštvu. Siromaštvo nosi sa sobom nešto lepo: ona vam nikada ne uništava nadu, nikada nije u sukobu sa snovima, uvek pronalazi entuzijazam za sledeći dan. Čovek se nada, veruje da će stvari biti bolje: „Ovaj mračan period već prolazi; sutra će se pojaviti svetlo.“ Situacija se, međutim, pro-menila. I zapamtite jednu stvar - depresija ne predstavlja problem epidemijskih razmera u nerazvijenim zemljama. U siromašnim zemljama ljudi se još uvek nadaju - samo u razvijenim zemljama ljudi imaju sve ono što su oduvek želeli. Sada im raj više ne odgovara, niti im besklasno društvo može pomoći. Ni utopija im nije bolja.

Oni su postigli cilj, a baš to što su ga postigli izazvalo je depresiju. Sada nema nade. Sutrašnjica je mračna, a dan posle sutra će biti još mračniji.

Sve te stvari o kojima je čovek sanjao bile su prelepe, ali on nikada nije razmišljao o posledicama koje će one doneti. Sad kad su tu te stvari, tu su i posledice. Kada je čovek siromašan, ima apetit. Bogat čovek nema apetit, nije gladan. A bolje je biti siromašan i imati apetit, nego biti bogat i bez apetita. Šta ćete da uradite sa svim svojim zlatom, srebrom, dolarima? Ne možete ih pojesti.

Imate sve, ali je nestao apetit, nestali su glad i nada koji su vas vodili kroz borbu sve vreme. Uspeli ste - a više puta sam rekao da nema većeg promašaja od uspeha. Došli ste do pozicije koju ste želeli, ali niste bili svesni nuspojava. Imate milione dolara, ali ne možete da spavate. Kada je Aleksandar bio u Indiji, sreo je u pustinji nagog mistika. „Ja sam Aleksandar Veliki!“, predstavio se.

„To ne može biti“, rekao je mistik.

„Glupost! Pa sad sam ti sam to rekao, a i možeš da vidiš moju vojsku svuda naokolo“, reče mu Aleksandar.

Mistik mu reče: „Vidim tvoju vojsku, ali onaj ko sebe naziva 'Veliki' još uvek nije dostigao tu veličinu - jer veličina čini da ljudi budu skromni. A razlog tome je što je to neuspeh, potpuni neuspeh.“

Aleksandar je bio učenik Aristotelov, i ovaj ga je učio logici. Nije mogao da sluša ovakvo mistično đubre. „Ja ne verujem u to. Ja sam pokorio ceo svet“, rekao je Aleksandar.

Mistik ga je upitao: „Da si ti sada u ovoj pustinji žedan, i da na kilometre nema vode, a ja ti ponudim čašu vode, koliko bi mogao da mi daš za nju?“

„Dao bih ti pola svog kraljevstva“, odgovori Aleksandar.

Mistik mu reče: „Ne, neću da je prodam za pola kraljevstva. Možeš da imaš ili kraljevstvo ili čašu vode. A žedan si, i umireš, a nema šanse da bilo gde nađeš vodu - šta ćeš uraditi?“

„Onda bih ti, naravno, dao celo kraljevstvo“, reče Aleksandar.

Mistik se nasmejao i rekao: „To je, dakle, cena celog tvog kraljevstva - jedna čaša vode! I ti misliš da si pokorio ceo svet? Od danas počni da govoriš da si pokorio celu jednu čašu vode.“

Kada čovek ostvari ciljeve kojima je najviše težio, tada postane svestan šta sve dolazi sa tim. Celog života, na primer, pokušavate da zaradite novac, misleći da ćete jednog dana, kada ga budete imali, ži-veti opuštenije. Ali, u međuvremenu ste sve vreme napeti, disciplino-vali ste sebe da budete napeti - i na kraju života, kada imate sav novac koji ste želeli, ne možete da se opustite. Zbog napetosti i zabrinutosti koja vas je pratila celog života, vi ne možete da se opustite. Vi niste pobednik, vi ste gubitnik. Izgubite apetit, uništite zdravlje, uništite senzibilitet, izgubite osećajnost. Uništite svoj osećaj za lepotu, jer nemate vremena za sve one stvari koje ne prave novac.

Vi jurite za novcem - ko ima vremena da pogleda ruže, ko ima vremena da gleda ptice? Ko

ima vremena da obrati pažnju na lepotu ljudskih bića? Vi sve to odlažete da biste jednog dana, kada budete imali sve, mogli da se opustite i uživati. Ali dok vi sve to ostvarite, postali ste određena disciplinovana osoba - osoba koja je šlepa za ruže, koja je šlepa za lepotu, koja ne može da uživa u muzici, koja ne može da razume ples, koja ne može da razume poeziju, koja može da razume samo novac. Taj novac ne donosi zadovoljstvo.

To je uzrok depresije. Zbog toga ona preovladava u razvijenim zemljama i među klasom bogatijih ljudi u razvijenim zemljama. Siromašnih ljudi ima i u razvijenim zemljama, ali oni ne pate od depresije. Bogatom čoveku, međutim, ne možete dati više nade da biste otklonili njegovu depresiju, jer on ima sve, on već ima više nego što vi možete da mu obećate. On se nalazi u žalosnoj situaciji. On nikada nije mislio na posledice, nikada nije razmišljao o nuspojava-ma, nikada nije razmišljao o tome šta će izgubiti trošeći ceo život na zarađivanje novca. Nikada nije pomislio da bi mogao da izgubi sve ono što bi moglo da ga usreći - a to je zato što je uvek ostavljao po strani te stvari. Nije imao vremena i konkurencija je bila jaka, tako da je i on morao da bude jak. Na kraju shvata da je njegovo srce mrtvo, da je njegov život besmislen. On ne vidi da u budućnosti postoji bilo kakva mogućnost za promenu, jer šta još može tamo biti?

Uživanje je nešto na čemu stalno mora da se radi. To je određena disciplina, određena umetnost - znati kako treba uživati. A da biste došli u kontakt sa velikim stvarima u životu, potrebno je vreme. Čovek koji trči za novcem, međutim, prolazi pored svega što vodi ka božanstvenom, i kada shvati šta je sve izgubio, stigao je do kraja puta i pred njim nema ničega osim smrti.

Čovek je celog života nesrećan. I sve to toleriše i ignoriše[^] nadajući se da će se stvari promeniti. Sada to više ne može da ignoriše i ne može da se nada da će doći do promene, jer sutra ga čeka samo smrt i ništa više. Sva nesreća i sva patnja koju je ignorisao skupljala se celog života da bi najzad eksplodirala u njemu.

Najbogatiji čovek je, na neki način, najsiromašniji čovek na svetu. Velika umetnost je biti bogat i ne biti siromašan. Biti siromašan i biti bogat je druga strana te umetnosti. Postoje siromašni ljudi za koje ćete reći da su neverovatno bogati. Oni nemaju ništa, ali su bogati. Njihovo bogatstvo se ne meri materijalnim stvarima; oni su duhovno bogati, njihovo bogatstvo predstavljaju multidimenzionalna iskustva. Isto tako, postoje bogati ljudi koji imaju sve, ali su apsolutno siromašni i prazni. Duboko u sebi oni nose samo jednu grobnicu.

To nije depresija društva, jer onda bi imala uticaj i na siromašne. To je prosto prirodni zakon, i ljudi će to sad morati da nauče. Do sada nije bilo potrebe za tim, jer nije baš veliki broj ljudi došao do tačke kada ima sve, dok je u sebi nosio potpunu tamu i neznanje.

Prvo što treba da uradite jeste da pronađete smisao u sadašnjem trenutku. Osobnosti vašeg bića treba da budu ljubav, radost, slavlje. Tada možete sve da uradite; tada vas novac neće uništiti. Vi, međutim, umesto toga sve ostavite po strani i samo jurite za novcem, misleći da novac može sve da kupi. Onda jednog dana otkrijete da ne mogu da kupe ništa, a da ste mu vi posvetili ceo život.

To je uzrok depresije.

Depresija će postati još dublja, naročito na Zapadu. Na Istoku je bilo već bogatih ljudi, ali je postojala i neka druga dimenzija. Kada bi se put bogatstva približio kraju, oni ne bi ostali tu; krenuli bi u drugom pravcu. Novi pravac vodio je nagore, i bio je dostupan vekovima.

Na Istoku su siromašni naučili šta je to zadovoljstvo, tako da se ne muče da jure za ambicijama. A bogati su shvatili da će jednog dana morati svega da se odreknu i da krenu u potragu za istinom, u potragu za značenjem. Na Zapadu, na kraju puta nalazi se samo kraj. Možete se vratiti nazad, ali vam to vraćanje neće pomoći sa depresijom. Potreban vam je

novi pravac.

Gautama Buda, Mahavira, i mnogi drugi mistici sa Istoka doži-veli su sam vrhunac bogatstva, i shvatili su da ono maltene predstavlja teret. Morate pronaći nešto drugo pre nego što vas smrt ne preuzme - a oni su bili dovoljno hrabri da se odreknu svega. Njihovo odricanje je pogrešno shvaćeno. Oni su se odrekli svega jer nisu hteli više nijedan sekund da troše na novac, moć, jer su se popeli na sam vrh na kome nema ničega. Oni su se popeli do najviše prečke merdevina i videli da one ne vode nikuda; to su samo merdevine koje ne vode nikuda. Kada se nalazite negde na sredini, ili malo ispod sredine, vi se nadate - jer još uvek postoje prečke uz koje možete da se popnete. Ali onda dođe trenutak kada se nađete na najvišoj prečki merdevina, a tu se nalaze samo samoubistvo ili ludilo - ili hipokrizija, i vi morate da smeškate dok smrt ne dođe po vas. Ali duboko u sebi znate da ste protraćili život.

Depresija na Istoku nikada nije predstavljala neki poseban problem. Siromašni su naučili da uživaju u ono malo stvari što imaju, a bogati su naučili da imati ceo svet pod nogama ne znači ništa; čovek mora biti u potrazi za smislom, ne novcem. Neko je to već radio pre njih; oni znaju da ljudi već hiljadama godina idu u potragu za istinom i da je nalaze. Nema potrebe da čovek očajava, da ga obuzima depresija; samo treba da krenete u nepoznatu dimenziju. Oni je možda nikada nisu istražili, ali kako su počeli da istražuju novu dimenziju, što znači da su krenuli na put ka unutrašnjosti, na put ka svom biću - sve što su izgubili počelo je da se vraća.

Zapadu je hitno potreban jedan pokret baziran na meditaciji; u suprotnom će ova depresija početi da ubija ljude. A to će biti talen-tovani ljudi, jer u pitanju su oni ljudi koji su dobili moć, koji su zaradili novac, koji su postigli šta god su poželeli. Svi oni su talento-vani ljudi, i svi oni su postali očajni. Ovo može postati opasno, jer najtalentovaniji ljudi više ne osećaju najveći entuzijazam za životom. Netaalentovani ljudi osećaju entuzijazam, ali oni čak nemaju ni onaj talenat koji je potreban za dobijanje moći, novca, obrazovanja, poštovanja. Oni nemaju talenat i zato pate, osećaju se kao da su hendikepirani. Okreću se terorizmu, okreću se nepotrebnom nasilju iz osвете jer ne mogu da urade ništa drugo, osim da unište. A bogati ljudi su maltene spremni da vise sa najbližeg drveta jer više nemaju razloga da žive. Njihova srca su davno prestala da biju. Oni su samo leševi - lepo sređeni, poštovani, ali potpuno prazni i beskorisni.

Zapad se nalazi u daleko gorjoj situaciji nego Istok, mada onima koji se ne razumeju izgleda kao da je Zapad u boljoj situaciji jer je Istok siromašan. Siromaštvo, međutim, nije veliki problem koliko i neuspeh bogatstva; čovek je tada *zaista* siromašan. Običan siromah makar ima snove, nade. Bogataš, međutim, nema ništa.

Ono što je potrebno jeste jak pokret baziran na meditaciji koji će dopreti do svake osobe.

Ljudi na Zapadu koji su depresivni odlaze kod psihoanalitičara, terapeuta, i raznih drugih šarlatana koji su i sami u depresiji, čak i gorjoj od svojih pacijenata - što je i prirodno, jer ceo dan slušaju saino o depresiji, očaju, besmislu u svemu. I dok gledaju tolike talen-tovane ljude u tako lošem stanju, i oni sami počinju da gube duh. Oni ne mogu da pruže pomoć; pomoć je potrebna i njima samima.

Kada bi mogli da vide da postoje ljudi koji nisu u depresiji - već suprotno, koji su neverovatno radosni - možda bi se u njima rodila nada. Tada bi imali sve i ne bi morali da brinu. Mogu da meditiraju.

Ja vas ne učim da treba da se odreknete svog bogatstva ili bilo čega. Neka sve bude kako jeste. Samo dodajte svom životu još nešto. Do sada ste svom životu dodavali samo *stvari*. Sada dodajte nešto svom biću - i to će stvoriti muziku, to će učiniti čudo, to će do-aeti magiju.

To će stvoriti novo uzbuđenje, doneće novu mladost, novu svežinu.
To nije nerešiv problem. Problem je velikih razmera, ali je reše-nje veoma jednostavno.

Ja nisam bogata, niti imam sve što mi je potrebno. Pa ipak se ponekad osećam usamljeno, zbunjeno, i depresivno. Mogu li ja nešto da uradim povodom ove depresije kada se pojavi?

Ako se osećate depresivno, neka tako i bude; nemojte da „radite“ ništa. Sta možete da uradite? Sta god da uradite, biće to zbog depresije, tako da ćete stvoriti još veću zabunu. Možete da se molite Bogu, ali će Vaša molitva biti toliko depresivna da će i Boga obuzeti isto! Nemojte to činiti jadnom Bogu. Vaša molitva biće depresivna. Zbog toga što ste Vi depresivni, šta god da uradite - biće praćeno depresijom. Stvorićete još veću zbrku, doći će do veće frustracije, jer ne možete da uspete. A kada nema uspeha, osećaćete još dublju depresiju, i to tako može da ide u beskraj.

Najbolje je držati se prve depresije, nego stvarati drugi, a zatim i treći talas depresije. Držite se prvog talasa; prvobitna depresija je divna. Druga će biti lažna, a treća samo daleki odjek. Nemojte to sebi raditi. Prvi talas depresije je divan. Depresivni ste, i to je vaša realnost u datom trenutku. Depresivni ste, i neka tako i ostane. Čekajte i posmatrajte. Ne možete biti dugo depresivni jer na ovom svetu ništa nije trajno. Ovaj svet je u stanju fluksa. Svet ne može da promeni svoj osnovni zakon da biste Vi mogli večito da budete depresivni. Ovde ništa nije zauvek; sve se kreće i menja. Život je kao reka; ne može stati zbog Vas, samo zbog Vas da biste Vi mogli večito da budete depresivni. Život se kreće - već se pomerio. Ako sagledate svoju depresiju, osetićete da čak ni ona nije ista već u sledećem trenutku; drugačija je, menja se. Samo je posmatrajte, usmerite pažnju na nju i nemojte ništa da radite. Ovako dolazi do transformacije kroz to što ništa ne radite.

Osetite depresiju, iskusite je, proživite, to je Vaša sudbina - i onda ćete iznenada osetiti da je nestala, jer onaj ko može čak i depresiju da prihvati ne može biti depresivan. Osoba, um koji prihvata čak i depresiju ne može ostati depresivan! Za depresiju je potreban um koji je neće prihvatiti. „To nije dobro, to nije dobro; to ne bi trebalo, to ne bi trebalo; ne bi trebalo ovako da bude.“ Sve se demantuje, odbija, ništa se ne prihvata. „Ne“ je osnovni pristup; čak ćete i sreću oterati takvim razmišljanjem. Takav um će i u sreći naći nešto zbog čega bi je odbacio. Poćete da sumnjate u nju. Osetićete da je nešto pošlo naopako. Srećni ste, i osećate da je nešto pošlo naopako: „Postala sam srećna samo zato što sam meditirala nekoliko dana? To je nemoguće.“

Um koji ne prihvata „neće prihvatiti“ ništa. Ali ako možete da prihvatite svoju usamljenost, depresiju, zbunjenost, svoju tugu, već poćinujete da se menjate. Prihvatanje predstavlja promenu. Već ste sklonili oslonac, i depresija više ne može da se zadrži.

Pokušajte sledeće:

U kakvom god stanju da Vam se um nalazi, prihvatite ga i saćekajte da dođe do promene. Vi ništa nećete menjati, možete samo da osetite lepotu koja dolazi sa promenom koju um sam čini. Videćete da je ona poput sunca koje se rada ujutru, a zatim zalazi uveće. Zatim će se ponovo pojaviti i zaci, i tako redom. Vi ne treba ništa da radite po tom pitanju. Ako možete da osetite kako um prolazi kroz različita stanja, možete da ostanete indiferentni. Možete biti kilometrima daleko, kao da um ide negde drugde. Sunce izlazi, pa zalazi; depresija dolazi, sreća dolazi, zatim odlazi, ali Vi niste tu. Ona dođe i ode sama; stanje dođe, napreduje i ode.

Kada je um zbunjen, bolje je saćekati i ne raditi ništa da bi zbunjenost nestala. Zbunjenost će nestati; ništa na ovom svetu nije trajno. Potrebno Vam je samo veliko strpljenje. Nemojte da žurite.

Ispričaću vam jednu priču koju često pričam. Buda je putovao kroz šumu. Dan je bio topao - bilo je podne - on je bio žedan, te je rekao učeniku Anandu: „Vrati se, prošli smo jedan manji potok. Vrati se i donesi mi malo vode.“

Ananda se vratio, ali potok je bio veoma mali i neka kola su prošla preko njega. Voda se uzburkala i postala prljava. Sva prljavština koja se bila slegla se ponovo podigla, i voda više nije bila za piće. Zato je Ananda pomislio: „Moraću da se vratim praznih ruku.“ Vratio se nazad i rekao Budi: „Voda je postala toliko prljava, da nije za piće. Dozvoli mi da požurim ispred tebe. Znam da nekoliko kilometara odavde ima reka, pa ću odatle da ti donesem vodu.“

Buda mu reče: „Ne! Vrati se do istog potoka.“ Anand je učinio tako samo zato što mu je Buda to rekao, ali se vratio nevoljno. Znao je da ne može da mu donese tu vodu i da bez razloga troše vreme, a i sam je postajao žedan. Ali, kad Buda kaže da mora da ide, tako će i biti. Otišao je do potoka, i opet se vratio nazad i rekao: „Zašto si insistirao? Ta voda nije za piće.“

Buda mu je rekao: „Vrati se ponovo.“ Pošto je to Buda rekao, Anand je morao da uradi.

Kada je treći put stigao do potoka, voda je bila čista kao suza. Prašina se slegla, lišće je oteklo, i voda je ponovo bila čista. Anand se nasmejao. Napunio je bokal vodom i vratio se igrajući. Pao je pred Budine noge i rekao: „Vaš način učenja je neverovatan. Naučili ste me velikoj lekciji - strpljenje je sve što nam je potrebno i ništa nije trajno.“

A to je i Budino osnovno učenje: ništa nije trajno, sve prolazi, pa zašto bismo onda bili zabrinuti? Vratite se do istog potoka. Do sada bi već sve trebalo da se promenilo. Ništa ne ostaje isto. Samo budite strpljivi, i uvek se iznova vraćajte. Posle samo nekoliko trenutaka lišće će nestati, prljavština će da se slegne i voda će ponovo biti čista.

Pre nego što će se drugi put vratiti do potoka, Anand je pitao Budu: „Insistirao si da se vratim, ali da li ja mogu da uradim nešto i učinim vodu čistom?“

Buda mu je odgovorio: „Molim te, nemoj ništa da radiš; u suprotnom ćeš je učiniti još više nečistom. I nemoj ulaziti u potok. Samo ostani na obali i čekaj. Ako uđeš u potok, napravićeš kaos. Potok teče, i s toga mu dozvoli da to i radi.“

Ništa nije trajno; život je fluks. Heraklit je rekao da ne možeš dva puta da pređeš istu reku. Nemoguće je dva puta ući u istu reku jer je reka protekla; sve se promenilo. Nije samo reka protekla, i vama se to desilo. I vi ste se promenili; vi ste poput reke koja teče.

Vidite li da ništa nije trajno? Nemojte žuriti; ne pokušavajte ništa da uradite. Samo čekajte! Čekajte i nemojte ništa da radite. A ako možete da sašekate, doći će do transformacije. Samo čekanje predstavlja transformaciju.

Mene depresija obuzima kada postanem kritična prema sebi zato što nisam svesna svega oko sebe, zato što ne cenim lepotu života, zato što sam ljubomorna i ljuta i zato što se ponašam glupo na različite načine. Čini mi se da što sam svesnija svog ponašanja sve više padam u dublju depresiju! Možete li da kažete nešto o samoosušivanju, šta je to i odakle potiče?

Na taj način ostajete isti, to je trik kojim se um koristi; umesto da ide na razumevanje, energija se usmerava na osuđivanje. A promena dolazi kroz razumevanje, ne kroz osuđivanje. Um je, dakle, veoma lukav - onog trenutka kada počnete da sagledavate neke činjenice, um se ubacuje i počinje da vas osuđuje. Sada je sva energija usmerena na osuđivanje. Razumevanje je potpuno zaboravljeno, ostavljeno sa strane, i Vaša energija je usmerena na osuđivanje - a osuđivanje Vam ne može pomoći. Može Vas učiniti depresivnom, može Vas učiniti ljutom,

ali depresivni i ljuti se nikada nećete promeniti. Ostajete isti i vrtite se u istom začaranom krugu svaki put.

Razumevanje vodi oslobađanju. Dakle, kada sagledate određene činjenice, nema potrebe da se okrenete osuđivanju, nema potrebe da brinete zbog njih. Sve što treba da uradite jeste da ih dobro sagledate i razumete. Ako ja kažem nešto, i to Vas pogodi - a to je moja svrha, da kažem nešto što će Vas pogoditi - onda Vi morate da shvatite zašto Vas je to pogodilo i u čemu je problem; morate to da sagledate.

Sagledavanje, prilaženje činjenici sa svih strana i shvatanje iz različitih uglova... Ako osuđujete, onda ne možete da sagledavate, ne možete tome da pristupite iz svih uglova. Vi ste već odlučili da je to loše; presudili ste mu, a niste mu dali nikakvu šansu.

Saslušajte činjenicu, udubite se u nju, razmišljajte o njoj, ostavite je da prespava - što ste više sposobni da je posmatrate, lakše će vam biti da je se oslobodite. Sposobnost da razumete činjenicu i sposobnost oslobađanja od iste su samo dva imena jednog istog fenomena.

Ako nešto razumem, sposoban sam da se toga oslobodim, da to prevazidem. Ako nešto ne razumem, ja toga ne mogu da se oslobodim.

Um, dakle, to radi svima; nije to slučaj samo sa Vama. Covek se istog trenutka uhvati za nešto i kaže: „To je pogrešno, ne bi trebalo to da nosim u sebi. Ja nisam vredan ničega, ovo ne valja i ono ne valja“, i počne da oseća krivicu. Sada se sva energija troši na krivicu.

Moj posao ovde je da učinim da se osećate što manje krivim. Dakle, šta god da vidite, ne prihvatajte to lično. To nema nikakve veze sa vama lično; to je jednostavno način na koji mozak funkcioniše. Ako je na delu ljubomora, ako je na delu bes, to je samo način na koji um funkcioniše - manje-više svačiji um; razlika je samo u stepenu.

Um ima drugačiji mehanizam, koji funkcioniše tako što ili želi da vas hvali ili da vas osuđuje. Nikada ne drži sredinu. Pohvale čine da se osećate posebnim i ego je tada ispunjen; osuđivanje takođe čini da se osećate posebnim. Obratite pažnju na taj trik! Oba načina čine da se osećate posebnim - bilo da ste svetac, veliki svetac, bilo da ste najveći grešnik, ego je u oba slučaja ispunjen. U svakom slučaju govorite jednu stvar, a to je da ste posebni.

Um ne želi da čuje da je prosečan - ljubomora, bes, problemi u odnosima sa drugim ljudima i sa samim sobom su uobičajeni, svi ih imaju. Uobičajeni su koliko i imati kosu. Neko je možda ima više, neko manje, nečija je crna, nečija rida, ali to i nije mnogo važno. Oni su uobičajena stvar; svi problemi su uobičajeni. Svaki greh je običan, baš kao i svaka vrlina, ali ego želi da se oseti posebnim. Zato vam kaže ili da ste najbolji ili da ste najgori.

Ono što treba sebi da kažete jeste: „Ne treba da budeš u depresiji. To nisi ti, to nije tvoj stil, to će ti samo ukaljati imidž - a ti si tako lepa devojka! Zašto si u depresiji?“ Vi ćete pre da osuđujete i kritikuju negu da pokažete razumevanje.

Depresija znači da u sebi nosite neki bes u negativnom obliku. Depresija je negativno stanje besa. Značenje se vidi iz same reci -ona sama kaže da je nešto bilo potisnuto, to znači reč „depresivan“. Vi potiskujete nešto unutra, a kada se bes dugo potiskuje, on se pretvara u tugu. Tuga je u stvari negativan oblik besa, način na koji su žene besne. Ako otklonite pritisak sa nje, ona će postati bes. Sigurno ste bili besni zbog nekih stvari, možda čak i od detinjstva, ali taj bes niste pokazivali; otuda se depresija pojavila. Pokušajte da je razumete!

Problem je u tome što se problem depresije ne može resiti, jer to nije pravi problem. Pravi problem je bes - a vi krivite depresiju i borite se protiv senki.

Prvo razmislite zašto ste u depresiji; udubite se u nju i pronaći ćete bes. Vi u sebi nosite veliki bes - možda prema majci, ocu, svetu, sebi, to nije važno. Vi ste duboko u sebi veoma ljuti, a od detinjstva se trudite da budete nasmejani, a ne ljuti, jer biti ljut nije dobro. Tako su Vas

učili, i to ste dobro naučili. Vi, dakle, na površini izgledate razdragano, na površini se smejete - a svaki taj osmeh je lažan. Vi duboko u sebi nosite bes. E, sad, pošto ne možete da ga iskažete, vi sedite na njemu - to je depresija; zato osećate depresiju.

Pustite ga napolje, pustite bes da ispliva. Kada bes ispliva na površinu, i Vaša depresija će otići. Zar nikada niste primetili da se ponekad posle pravog besa osoba oseća dobro, da se oseća živom?

Svakog dana izvodite meditaciju za bes... Dvadeset minuta dnevno će biti dovoljno. (Za detaljan opis pogledajte stranu 237.) Vežba će Vam se nakon trećeg dana toliko svideti da ćete početi da joj se radujete. Doneće Vam ogromno olakšanje... i videćete kako Vaša depresija nestaje. Prvi put u životu ćete se *zaista* nasmejati. Jer kada ste depresivni, Vi ne možete da se smejete, samo možete da se pretvarate.

Covek ne može da živi bez osmeha, i zato mora da se pretvara -ali taj veštački osmeh mnogo boli. On čoveka ne čini srećnim; on ga samo podseća na to koliko je nesrećan.

Dobro je, međutim, kada toga postanete svesni. Dobro je kad vas nešto zaboli. Ljudi su toliko oboleli da kad god je nešto od pomoći, to boli, dira neku ranu negde. Ali, to je dobro.

Da li je zaista moguće biti svestan u besu? To osećanje je toliko jako da uvek dolazi kao hiljade divljih konja koji galopiraju. Već sam umoran od toga! Možete li da mi pomognete?

Vaš problem je izuzetno jednostavan: vi ga preuveličavate. „Kao hiljade divljih konja koji galopiraju” - toliki bes bi Vas sagoreo! Odakle Vam hiljadu divljih konja?

Čuo sam da su Mula Nasrudina, na razgovoru za posao na brodu, intervjuisala tri oficira. Jedan oficir ga je pitao: „Dolazi veliki ciklon, plimni talasi i brod samo što ne potone: šta ćete uraditi?”

„Nije problem, uradiću ono što je tehnički ispravno; zaustaviću brod i spustiti sidro”, rekao je Mula.

Tu se nadovezuje drugi oficir i kaže: „Ali onda dolazi još jedan plimni talas, i brod samo što ne potone. Šta ćete tada uraditi?”

„Istu stvar: baciću još jedno sidro; svaki brod ih ima”, reče Mula.

„Ali onda dolazi još jedan plimni talas...”, nadovezuje se treći oficir.

A Mula mu reče: „Trošite moje vreme bez potrebe. Uradiću istu stvar - baciti sidro da bi brod bio stabilan uprkos plimnom talasu.”

„A odakle Vam sva ta sidra?”, upita prvi oficir.

„Čudno pitanje”, reče Mula. „Odakle Vama svi ti plimni talasi? Iz istog izvora! Ako Vi možete da zamislite plimne talase, zašto ja ne mogu da zamislim sidra? Vi možete da uvedete koliko god želite plimnih talasa, a ja ću baciti sve veće i veće sidro.”

Bes je jedna veoma mala stvar. Ako možete da sačekate i posma-irate, nećete naći „hiljade divljih konja”. Biće dovoljno ako nađete i malo magare! Samo ga posmatrajte i on će nestati, polako. Ući će na jednu stranu i izaći će na drugu. Treba samo da budete malo strpljivi i da ne krećete ka njemu.

Bes, ljubomora, zavist, pohlepa, želja za nadmetanjem... svi naši problemi su veoma mali, ali ih naš ego uveličava, čini da budu što veći. Ego ne može drugačije; čak i njegov bes mora da bude ogroman. Uz ogroman bes, ogroman očaj, ogromnu pohlepu i ogromnu ambiciju i sam ego postaje - ogroman.

Vi, međutim, niste ego, vi ste samo posmatrač. Samo stanite sa strane i pustite hiljade konja da prođu - „Hajde da vidim koliko će im trebati da prođu." Nema potrebe da budete zabrinuti. Kao što dođu - oni *jesu* divlji - tako će i da odu.

Međutim, mi ne propuštamo priliku da krenemo čak i ka najmanjem magaretu; odmah ga zajašemo! Ne treba vam hiljade divljih konja, dovoljno je nešto malo, i vi ste ispunjeni besom i vatrom. Kasnije ćete se smeјati tome, kako ste samo glupi.

Ako možete da posmatrate, bez ikakvog uplitanja, kao nešto na televiziji ili u bisokopu... nešto što prolazi pored Vas, posmatrajte. Vi ne treba da uradite ništa što bi ga sprečilo, potisnulo, uništilo, ne treba da izvlačite mač da ga likvidirate, jer odakle potiče taj mač? Sa istog izvora sa kog dolazi i bes. Sve je to mašta.

Samo posmatrajte i nemoјte ništa da radite, ni protiv besa ni u njegovu korist, i bićete iznenađeni: ono što Vam je izgledalo preveliko će postati veoma malo. Mi, međutim, iz navike preterujemo.

Mali dečak, koji nema više od tri godine, dotrči kući i govori majci: „Mama, ogroman lav, koji je rikao, trčao je za mnom nekoliko kilometara! Ali nekako sam uspeo da mu pobegnem. Više puta mi se baš približio. Samo što je hteo da me napadne, potrčao bih brže."

Majka je pogledala napolje, i videla malenog psa kako stoji i maše repom. Pogledala je dečaka i rekla: „Tomi, milion puta sam ti rekla da ne preuveličavaš!"

„Milion puta" - naš um je dobar u preuveličavanju. Vaši problemi su mali, i ako samo prestanete da preterujete i pogledate, vi-dećete da tu stoji samo mali pas. I nema potrebe da trčite nekoliko kilometara; Vaš život nije u opasnosti.

Kada Vas bes obuzme, on Vas neće ubiti. Već Vas je i ranije obuzimao, i savršeno dobro ste preživeli. To je isti bes koji Vas je obuzimao i ranije. Sada samo uradite nešto novo, nešto što nikada niste radili. Umesto da mu se prepustite kao i svaki put, borite se protiv njega. Ovaj put ga posmatrajte kao da nije Vaš, kao da je u pitanju nečiji tuđi bes. I očekuje Vas veliko iznenađenje: nestaćе za nekoliko sekundi. A kada bes nestane bez borbe, on za sobom ostavlja stanje ispunjeno neverovatnom lepotom, tišinom i ljubavlju.

Ista ta energija koja je zbog besa mogla da se pretvori u svađu ostala je u Vama. Čista energija je radost - citiram Vilijema Blejka - „Energija je radost". Samo energija, bez ikakvog imena, bez ikakvog prideva. Vi, međutim, energiji nikada ne dozvoljavate da bude čista. Ona je ili bes, ili mržnja, ili ljubav, ili pohlepa, ili želja. Uvek je deo nečega; nikada joj ne dozvoljavate da bude čista.

Svaki put kada se nešto probudi u Vama, imate šansu da iskusite čistu energiju. Samo posmatrajte i magare će nestati. Možda će podići malo prašine, ali će se ta prašina i sleći; Vi ne morate da radite ništa po tom pitanju. Vi samo čekajte. Samo čekajte i posmatrajte i ubrzo ćete videti da ste okruženi čistom energijom, koja se ne koristi u svađi, za potiskivanje ili za bes. A energija je radost u svakom slučaju. Jednom kada spoznate tajnu radosti, uživaćete u svakoj emociji.

Svaka emocija koja se u Vama javlja predstavlja veličanstvenu priliku. Samo posmatrajte i obezbedite veliku količinu radosti svom biću. Polako, lagano će sve ove emocije nestati; više se neće pojavljivati - one ne dolaze nepozvane. Predostrožnost, opreznost, svest ili svesnost - sve su to različita imena jednog istog fenomena svedočenja. To je ključna reč.

Gospođica Džonson, profesorka engleskog, rekla je: „Danas ćemo govoriti o definicijama. Kada nešto defini-šete, onda kažete šta je to. A sada, Vesti, hoćeš ti nam dati definiciju reci 'nesvestan'?"

„To je ono što poslednje odbacim uveče!", reče Vesti.

Svi mi živimo u takvoj situaciji! Niko nije svestan; niko ne sluša ono što mu se govori. Ovo je tako čudan svet. Ako ste svesni, onda se čuda događaju na svakom koraku. Međutim, vi ne vidite čuda jer ste retko kad svesni, veoma retko. Veći deo vremena vi držite otvorene oči; veći deo vremena ne hrčete. To, međutim, ne znači da ste budni. To samo znači da se pretvarate da ste budni, ali duboko u sebi nosite mnoge misli, veliku zbrku, toliko divljih konja... kako i možete da vidite bilo šta? Kako možete da čujete bilo šta? Tako da, iako su vaše oči otvorene, one ne vide. Iako vam uši nisu zapušene, one ne čuju.

Zanimljiv je fenomen kako je priroda napravila oči na drugačiji način od ušiju. Uši ne možete da zatvorite, ali oči možete. Imate kapke koje možete da sklopite, da otvorite, ali šta čete sa ušima? Priroda se nikada nije potrudila da vam da kapke za uši, jer je znala da ste toliko okupirani umom, da vam neće trebati. Uši su uvek glu-ve; ne čujete - ili čujete samo ono što želite.

Čuo sam priču da je jedne nedelje posle službe u crkvi sveštenik zaustavio čoveka koji je glasno hrkao za vreme propovedi. Našao ga je i rekao mu: „To nije u redu! Dok sam ja držao propoved, Vi ste hrkali.”

„Žao mi je”, reča čovek. „Vodiču računa o tome sledeći put.”

Sveštenik mu je rekao: „Povedite računa o tome, jer su toliki ljudi spavali i Vi ste ih uznemiravali. Ne brinem ja da li Vi slušate moje propovedi, već sam zabrinut zbog ostatka pastve, koji je čvrsto spavao. Vi ste hrkali toliko glasno da ste mogli da ih probudite. Svake nedelje ja ponavljam istu propoved, i ako počnete da ih budite, to znači da će biti više posla za mene. Svaki put ću morati da pripremam novu propoved, a to je nepotrebna gnjavaža. Oduvek koristim istu propoved i niko se ne žali, jer je niko nije čuo.”

Idite u bilo koju crkvu i videćete ljude kako čvrsto spavaju; to je mesto za spavanje, mesto gde se možete odmoriti od ovozemaljskih zadataka, od sveta i tenzije koja vlada. Što se spiritualnosti, međutim, tiče, ljudi čvrsto spavaju dvadeset četiri sata. I u tom snu vi vidite bes i pohlepu, i oni postanu toliko veliki, toliko uveličani da se vrlo lako uhvatite u njihovu mrežu.

Onaj ko poznaje jednostavnu umetnost opreznosti ima zlatan ključ. Tada nije važno da li je u pitanju bes, pohlepa, senzualnost, požuda ili opijenost. U pitanju može biti bilo koja bolest, to nije važno: lek je isti. Samo posmatrajte i oslobodićete je se. I dok po-smatrate, i dok um polako izbacuje svaki sadržaj, jednog dana će i on sam nestati. On ne može da opstane bez besa, bez straha, bez ljubavi, bez mržnje - sve ovo je apsolutno potrebno umu da bi postojao. Posmatranjem se nećete osloboditi samo besa, oslobodićete se dela uma. A onda ćete se jednog dana probuditi i shvatiti da um više nije tu. Vi ste samo posmatrač, posmatrač na brdu. To je najlepší trenutak. Tek tada će vaš pravi život početi.

RAZUMEVANJE POREKLA LJUBOMORE

Šta to izaziva ljubomoru u vama? Posesivnost. Ljubomora sama po sebi nije koren. Kada volite ženu, ili kada volite muškarca, jednostavno želite da posedujete tu osobu iz straha da će možda sutra otići sa nekim drugim. Strah od sutrašnjice vam uništava današnjicu, i tako ulazite u začarani krug. Ako je svaki dan uništen zbog straha od sutrašnjice, pre ili kasnije će ta osoba da potraži drugog partnera jer vi počinjete da je gušite. A kada muškarac počne da traži drugu ženu, ili kada žena počne da traži drugog muškarca, vi mislite da je vaša ljubomora na mestu. A zapravo je vaša ljubomora ta koja je sve to zamesila.

Dakle, prva stvar koju treba da zapamtite je da ne treba da brinete o sutrašnjici. Sadašnjost je dovoljna! Neko vas voli. Dopustite da današnji dan bude ispunjen radošću, slavljem. Potpuno se prepustite ljubavi danas, tako da vaše biće i vaša ljubav budu dovoljni drugoj osobi, i na taj način ona neće otići od vas. Vaša ljubomora će oterati drugu osobu; samo ljubav može da zadrži nju ili njega uz vas. Ljubomora druge osobe će vas oterati; samo njena ljubav može da vas zadrži.

Nemojte da razmišljate o sutrašnjici. Onog trenutka kada pomislite na sutra, sadašnji trenutak proživljavate samo delimično. Samo živite danas i zaboravite na sutra; sutrašnjica će ići svojim kursom. I zapamtite još jednu stvar - sutrašnjica se rada iz današnjice. Ako je današnjica ispunjena lepim iskustvom, srećom, zašto se treba brinuti?

Jednog dana muškarac kojeg volite, ili žena koju volite, može da nađe nekog drugog. Ljudski je biti srećan - ali vaša žena je srećna sa nekim drugim. Nije važno da li je srećna sa vama ili je srećna sa nekim drugim, ona je srećna. Ako je vi toliko volite, kako možete da uništite njenu sreću?

Prava ljubav će biti srećna čak i ako partner oseća radost u prisustvu neke druge osobe. U ovakvoj situaciji - kada je žena sa nekim drugim, vi ste i dalje srećni i zahvalni, pa joj kažete: „Imaš potpunu slobodu; samo budi potpuno srećna i to će i mene učiniti srećnim. Nije važno ko te čini srećnom, važna je tvoja sreća." Mislim da ona neće biti dugo daleko od vas, vratiće se. Ko može da ostavi takvog muškarca?

Vaša ljubomora uništava sve, vaša posesivnost uništava sve. Morate da shvatite šta time dobijate. Potpirujete vatru, i što ste više ljubomorni, besni i puni mržnje, to ćete pre oterati drugu osobu daleko od sebe. To je čista matematika koja vam neće pomoći; vi uništavate upravo ono što želite da sačuvate. To je prosto idiotski.

Pokušajte da razumete jednu jednostavnu činjenicu: ljudska bića su ljudska bića. Svakome povremeno dosadi da bude sa jednom osobom sve vreme. Budite realni; nemojte da živite u svetu mašte. Svima nešto dosadi s vremena na vreme; to ne znači da je vaša ljubav nestala, to samo znači da je potrebna mala promena. To je dobro za vaše zdravlje, to je dobro za zdravlje vašeg partnera. Oboma vam je potrebno da se odmorite jedno od drugog. Zašto to ne uraditi svesno? „Osećamo se zatočeno, šta misliš o tome da odemo na odmor od nedelju dana? Ja volim tebe, ti voliš mene; toliko smo sigurni u to da strahu nema mesta."

Moj lični stav je da ćete se posle jednog dana odmora zaljubiti jedno u drugo na nekom višem i dubljem nivou, jer ćete tada videti koliko se volite. Tada ne vidite čak ni tugu koja prirodno dolazi sa zajedničkim životom.

Nemojte da posedujete jedno drugo. Dajte jedno drugom slobodu tako što se nećete mešati jedno drugom u privatni život i tako što ćete poštovati dostojanstvo druge osobe. Kada ovo jednom iskusite - da povremeno možete da odete na odmor jedno bez drugog i da se vratite - više neće biti potrebe da se brinete. Iznenađićete se kada vidite koliko ste novih stvari oboje naučili kada se vaša žena vratila kući pošto je nedelju dana živela sa drugim muškarcem, ili kada se vaš muškarac vratio kući pošto je nedelju dana živio sa drugom ženom. Onda možete imati i drugi medeni mesec. Oboje ste kao novi, osvežili ste se i naučili neke nove trikove. A uvek je dobro doživeti nova iskustva, obogatiti se.

Sve što vam je potrebno je ljudsko razumevanje, inteligencija i ljubomora će nestati.

Ljubomora je jedna od najdominantnijih oblasti kada je u pitanju psihološko neznanje o sebi, drugima, a naročito o vezama. Ljudi misle da znaju šta je ljubav, ali ne znaju. Njihovo nerazumevanje ljubavi dovodi do ljubomore. Kada kažu „ljubav“, ljudi misle na određenu vrstu monopola, nekakvo posedovanje, a ne razumeju jednostavnu životnu činjenicu: onog trenutka kada počnete da posedujete neko biće, vi ste tu osobu ubili.

Život se ne može posedovati. Ne možete ga držati u šaci. Ako želite da ga imate, morate držati ruke raširene.

Sve, međutim, ide pogrešnim putem već vekovima; to je toliko uvreženo u nama da više ne možemo da odvojimo ljubav od ljubomore. One su postale maltene jedna energija.

Vi, na primer, osećate ljubomoru kada vaš ljubavnik ode drugoj ženi. To vas sada uznemirava, ali bih želeo da vam kažem da biste se više uznemirili kada ne biste osetili ljubomoru - onda biste mislili da ga ne volite, jer da ga volite, morali biste da osetite ljubomoru. Ljubomora i ljubav su se mnogo izmešale.

One su, u stvari, dva suprotna pola. Um koji je ljubomoran ne može da voli, i obrnuto: um koji voli ne može da bude ljubomoran.

Sta je onda to što vas uznemirava? Morate na to da gledate kao da to nije vaš problem, i tako možete da stojite po strani i posmatrate ono što ljubomora čini.

Osećaj ljubomore je nusprodukt braka.

U svetu životinja i ptica ljubomora ne postoji. Povremeno dođe do borbe oko predmeta ljubavi, ali i to je bolje od ljubomore, to je daleko prirodnije od toga da vas obuzme ljubomora i da sagorite srce rođenim rukama.

Brak je izmišljena institucija, on nije prirodan; stoga vas priroda nije obdarila umom koji može da se prilagodi braku. Društvo, međutim, misli da je potrebno da se između ljubavnika sklopi neka vrsta ugovora, jer je sama ljubav sačinjena od snova. Nije pouzdana; tu je u ovom trenutku, a već sledećeg je nema.

Vi želite da se osigurate za taj dolazeći trenutak, želite da osigurate celu budućnost. Sada ste mladi, uskoro ćete biti stari, i voleli biste da vaša supruga, vaš suprug, budu sa vama i pod stare dane, da budu sa vama u bolesti. Zbog toga, međutim, treba napraviti neke kompromise, a gde god je kompromis, tu je uvek i nevolja.

Brak je stvorio sumnju. Suprug je oduvek bio sumnjičav da li je dete rođeno u braku njegovo ili ne. A problem je u tome što otac nije mogao da zna da li je dete njegovo. To je samo majka znala. Pošto nije postojao način da otac bude siguran, on je oko žene podizao sve više i više zidova - to je bila jedina mogućnost, jedina alternativa - da je skloni od većeg dela stanovništva. Nije joj dozvolio da se obrazuje, jer obrazovanje daje ljudima krila, navodi ih da razmišljaju, čini ih sposobnim da se pobune, i zato ženama obrazovanje nije dozvoljeno. Ženama je uskraćeno i religijsko obrazovanje, jer religija stvara svete ljude, a pošto je muškarac dominantan u društvu već vekovima, nezamislivo mu je da žena može da bude uzvišenija i svetija od njega.

Muškarac je od početka počeo u korenu da zaseca svaku mogućnost ženinog rasta. Ona je samo bila fabrika za pravljenje dece.

Nijedna kultura na svetu je nije izjednačavala sa muškarcem. Žene širom sveta su ugnjetavane. A što je više ugnjetavaju, njena energija postaje sve gorča. I pošto ona nema nikakvu slobodu, za razliku od muškarca koji ima potpunu slobodu, sve njene potisnute emocije, osećanja, misli — njena jedinstvenost — pretvaraju se u fenomen zvani ljubomora. Ona je u stalnom strahu da bi suprug mogao da je ostavi, da bi mogao da ode drugoj ženi, da bi mogla da ga zainteresuje neka druga žena. On bi mogao da je napusti, a ona niti je obrazovana, niti ima bilo kakvu finansijsku potporu. Ona je odgajana tako da ne može sama da ide u svet; od samog početka joj se govori da je slaba.

Indijanske svete knjige kažu da u detinjstvu otac treba da štiti devojčicu; u mladosti, suprug treba da štiti devojku; u starosti, sin treba da štiti ženu. Nju treba štiti od detinjstva do groba. Ona ne može da se pobuni protiv ovog šovinističkog društva; sve što može jeste da traži greške, koje će zasigurno biti tu. Ona i ne greši u većini slučajeva; u većini slučajeva je u pravu.

Kada se muškarac zaljubi u drugu ženu, nešto se u njegovom odnosu prema prvoj ženi menja. Tada ponovo postaju stranci, nema više nikakvog mosta da ih spaja. Ona je osakaćena, pretvorena u roba, a sada je napuštena. Ceo život provela je u agoniji, iz koje proizilazi ljubomora.

Ljubomora je bes slabih — onih koji ne mogu da urade ništa osim da ključaju u sebi, koji bi zapalili ceo svet, ali ne mogu da urade ništa osim da plaču, vrište i besne. Tako će trajati sve dok se brak ne ugasi.

Sada više nema potrebe za postojanjem braka. Možda je bio koristan u prošlosti, možda i nije bio koristan, ali bio je izgovor da se žene učine robovima. Stvari su mogle drugačije da izgledaju, ali nema svrhe kopati po prošlosti. Dobra ili pogrešna, jedna stvar u vezi sa prošlošću je dobra - više je nema!

Sto se tiče sadašnjosti i budućnosti, brak je potpuno nebitan, nije u skladu sa čovekovom evolucijom i u suprotnosti je sa svim vrednostima koje volimo: sloboda, ljubav, radost.

Pošto je muškarac želeo da potpuno potčini ženu, napisao je svete knjige da bi je zaplašio paklom, da bi je naterao da želi da ode u raj - ako se pridržava pravila. Ta pravila važe samo za žene, ne i za muškarce. Sada je jasno da pustiti ženu da bude u ovakvoj situaciji izazvanoj otrovnom ljubomorom nije dobro za njeno psihološko zdravlje. A psihološko zdravlje žene utiče na psihološko zdravlje celog čovečanstva. Žena mora da postane nezavisna jedinka.

Nestajanje bračne zajednice će biti veliki trenutak za slavlje na Zemlji, ali niko vas neće sprečavati. Ako volite svoju suprugu ili svog supruga, možete živeti zajedno celog života, niko vas ne sprečava. Gašenje bračne zajednice vam samo vraća sopstvenu jedinstvenost. Sada vas niko ne poseduje. Ne morate da vodite ljubav sa muškarcem samo zato što je on vaš

suprug i ima pravo da to traži od vas. Po meni, kada žena vodi ljubav sa muškarcem zato što to *mora*, to je prostitucija - i to ne neka sitna, već velikih razmera!

Bolje je kad je manjih razmera, onda imate šansu da nešto pro-menite. Ovo prostituisanje u braku naveliko je opasno, ne dobijate šansu da nešto promenite. A šansa bi naročito trebalo da vam se pruži kada sklopite prvi brak, jer ste amater. Nekoliko brakova bi već trebalo da vam pomogne da sazrite; možda tek onda budete mogli da nađete pravog partnera. A pod pravim partnerom ne mislim na osobu „koja je stvorena za vas“.

Nijedna žena nije stvorena za nekog muškarca, niti je ijedan muškarac stvoren za neku ženu. Pod pravim partnerom mislim na to da ako ste razumeli nekoliko veza, ako ste bili u nekoliko veza, onda ćete znati šta to izaziva loše odnose između vas, a koje situacije dovode do mirnog života, ispunjenog ljubavlju i radošću. Ziveti sa različitim ljudima je neverovatno potrebno da biste naučili šta je pravi život kada je ljubav u pitanju.

Prvo treba da proživite nekoliko veza. Tokom studija trebalo bi da imate nekoliko veza. I ne bi trebalo da žurite sa donošenjem odluke - nema potrebe, svet je veliki, i svaki pojedinac nosi u sebi jedinstveni kvalitet i lepotu.

Kada prođete kroz nekoliko veza, počnete da shvatate kakav tip žene, ili kakav tip muškarca može da vam bude prijatelj: da ne bude gospodar, da ne bude rob. Za prijateljstvo brak nije potreban, jer ono je na mnogo višem nivou.

Kada vas obuzme ljubomora, to je zato što ste je nasledili. Mnoge stvari ćete morati da promenite, ne zato što ja tako kažem, već da biste razumeli da je drastična promena ono što vam je potrebno.

Postoji ideja koja kruži svetom, na primer, da ako suprug povremeno ode drugoj ženi, ili ako supruga povremeno ode drugom muškarcu, to će uništiti brak. To je potpuno netačno. Upravo suprotno, ako u svakom braku postoji slobodan vikend, to će vašu vezu još više učvrstiti, jer partner razume potrebu za promenom. To su ljudske potrebe.

Sveštenici, moralisti i puritanci prvo razmišljaju o idealima. Prvo stvore lepe ideale, a onda vam ih naturaju. Žele od svih da ria-prave idealiste. Već deset hiljada godina živimo u mračnoj, pustoj senci idealizma. Ja sam realan. Ja ne gajim nikakve ideale. Po meni, razumeti realnost i ponašati se u skladu sa njom jedina je prava stvar koju inteligentan muškarac ili žena mogu da urade.

Što se mene tiče, brak ne mora da bude tako krut, ozbiljan, već fleksibilan, poput prijateljstva... tako da žena može da vam kaže da je srela lepog mladića i da će ovaj vikend provesti sa njim: „Ako hoćeš, mogu da ga dovedem; i tebi će se svideti.“ A ako suprug može da kaže, ne onako licemerno, već kao iskreno ljudsko biće: „Tvoja radost i tvoja sreća su moja sreća. Uživaj, jer znam da ćeš se vratiti osve-žena zato što si uživala u novoj ljubavi. Sveza ljubav čini da se osećaš bolje. Ti idi ovog vikenda, a ja ću možda nešto isplanirati za sledeći.“

Ovo je prijateljstvo. A kada se vrati, onda mogu da razgovaraju o tome kakvog je muškarca srela, kako joj se čini, kako i nije bio tako sjajan... On njoj može da ispriča o drugoj ženi koju je upoznao... A sklonište imate u domu. Povremeno možete da se prepustite nebeskim visinama, divljini i slobodi i da se vratite, a partner će vas tu uvek čekati ne da bi se raspravljao, već da bi podelio vaše avanture sa vama.

Potrebno je samo malo razumevanja. To nema veze sa moralom, već sa malo inteligentnijim ponašanjem.

Savršeno dobro znate da koliko god da su muškarac ili žena le-pi, to će pre ili kasnije početi da vas nervira. Ista geografija, ista topografija, isti prizor... Ljudski um nije stvoren za

monotoniju; niti je stvoren za monogamiju. Potpuno je prirodno tražiti promenu. A to ne radi protiv vaše ljubavi. U stvari, što više drugih žena znate, više ćete ceniti svoju suprugu; produbićete svoje razumevanje. Obogatit ćete svoje iskustvo. Sto više muškaraca znate, bolje ćete moći da razumete svog supruga. Ideja o ljubomori će nestati - vas dvoje ste slobodni i nemate šta da krijete.

Sa prijateljima delimo sve, naročito lepe trenutke - trenutke ispunjene ljubavlju, one ispunjene poezijom ili muzikom. Njih i treba deliti. Na ovaj način ćete obogatiti život. Moguće je da ćete toliko uskladiti živote da ćete živeti celog života zajedno, ali bez braka.

Ljubomora će postojati dokle god brak bude osnova ovog društva.

Samo dajte svom muškarcu potpunu slobodu, od srca. I recite mu da ne mora ništa da krije: „Kriti nešto je uvredljivo. To znači da mi ne veruješ." Isto treba da uradi i muškarac, da kaže svojoj ženi: „Nezavisna si isto koliko i ja. Zajedno smo da bismo bili srećni, zajedno smo da bismo osetili veće blaženstvo. I uradićemo sve jedno za drugo, samo nećemo biti tamničari jedno drugom." Pružanje slobode donosi radost, sloboda sama donosi radost. Vi možete imati toliko slobode, samo što vi svu energiju pretvarate u nesreću, ljubomoru, borbu, u stalni napor da drugu stranu držite na uzici.

A ovo je lako: ako razumete sebe, moći ćete da razumete i svog partnera. Zar ne sanjate druge ljude? U stvari, retko ko u snu vidi svog supruga ili suprugu. Ljudi nikada ne vide svoje bračne partnere u snu; dovoljno su ih se nagledali! Pa zar čak ni noću, u snovima, nema slobode?

U snovima možete da posedujete suprugu svog komšije, ili supruga svoje komšinice. Morate da shvatite da smo nekako stvorili pogrešno društvo, društvo koje nije u skladu sa ljudskom prirodom. Zelja za promenom je osnovna karakteristika svakoga ko je inteligentan. Sto ste inteligentniji, želite više promena - postoji neka veza između inteligencije i promena. Krava je zadovoljna jednom vrstom trave; tokom celog života neće ni okusiti neku drugu travu. Ona nema mišljenje koje može da promeni, ne može da upozna nove stvari, ne može da otkrije novu teritoriju, da se provodi u novom okruženju.

Pesnici, slikari, plesači, muzičari, glumci: videćete da ovi ljudi pružaju ljubav u većoj količini, ali njihova ljubav nije fokusirana na pojedince. Oni pružaju više ljubavi, ali onolikom broju pojedinaca koliko je u kontaktu sa njima. Svi oni su inteligentni ljudi, oni predstavljaju našu kreativnu stranu. Idioti ne žele ništa da menjaju. Oni se plaše promene, jer promena znači da će morati da nauče nešto novo. Idiot želi da nauči jednu stvar, i da se toga drži celog života. To može biti mašina, supruga ili suprug, nije važno. Znae samo jednu ženu, znae samo za njeno zvocanje, i navikli ste na to. Ponekad nije samo navika u pitanju, možete postati i zavisni od toga. Ako supruga iznenada prestane da vam zvoca, nećete moći da spavate noću - šta se dogodilo? Šta nije u redu?

Jedan prijatelj mi se stalno žali na svoju suprugu: „Uvek je tužna, ima taj izraz lica i prosto mi se ne ide kući. Pokušavam da ubijem vreme u ovom ili onom klubu, ali konačno moram da se vratim kući, i ona je tamo."

Rekao sam mu sledeće: „Uradi jednu stvar kao eksperiment. Pošto je ona toliko ozbiljna i pošto zanoveta, u kuću ulaziš bez osmeha, pretpostavljam."

„Misliš li da mogu to da uradim?“, rekao mi je. „Onog trenutka kad je vidim, nešto u meni se ukoči - da se nasmejem?"

„Uradi danas nešto, čisto kao eksperiment“, nastavio sam. „Uzmi ružu i najbolji sladoled u gradu. Udi u kuću nasmejan, pevajući!"

„Uradiću to, ali mislim da neće biti neke razlike“, rekao je on.

Ja sam mu na to rekao: „Ja ću ići iza tebe, da bih video da li ima razlike ili ne."

Jadničak se baš potrudio. Nekoliko puta se na putu do kuće na-smejao, i ja sam ga pitao: „Zašto se smeješ?”

„Smejem se onome što radim! Hteo sam da mi kažeš da se razvedeni, a ti si mi predložio da se ponašam kao da idem na medeni mesec!”, odgovorio je.

„Samo zamisli da je medni mesec... daj sve od sebe”, rekao sam mu.

Otvorio je vrata i njegova supruga je stajala tamo. On se nasme-jao, a zatim počeo da se smeje sebi zbog osmeha... A ta žena je stajala tamo kao skamenjena. On joj je dao cveće i sladoled, i onda sam ja ušao.

Žena nije mogla da veruje šta se to događa. Kada je čovek otišao u kupatilo, pitala me je: „Šta nije u redu? On nikada ništa nije do-neo, nikada se nije nasmejao, nikada me nije izveo, nikada nije učinio nešto da bih osetila da me voli, da me poštuje. Kakva magija je u pitanju?”

„Nikakva; samo ste oboje grešili. Sada kada izađe iz kupatila, čvrsto ga zagrlite”, rekao sam joj.

„Da ga zagrlim?”, zapitala je.

„Zagrlite ga! Toliko toga ste mu pružili, osim čvrstog zagrljaja. On je vaš suprug, odlučili ste da živite zajedno. Ili živite u radosti, ili se razidite u radosti. Nema razloga... život je kratak. Zašto nepotrebno traćiti dva života?”, upitao sam je.

Covek je u tom trenutku izašao iz kupatila. Žena je malo okleva-la, ali sam je ja gurnuo i zagrlila ga je, a on je bio toliko šokiran da je pao na pod! Nikada mu nije palo na pamet da bi mogla da ga zagrla.

Pomogao sam mu da ustane. „Sta se dogodilo?”, upitao sam ga.

„Nikada nisam mogao ni da zamislim da ova žena nekoga može da zagrla i poljubi - ali može! I izgleda tako lepo kada se nasmeje”, rekao mi je.

Dvoje ljudi koje žive zajedno treba da postave cilj da njihova veza stalno treba da se razvija, da što više cveta iz sezone u sezonu, i donosi uvek više radosti. Dovoljno je samo da sedite zajedno u tišini. Ovo sve je, međutim, moguće samo ako odbacimo staru ideju braka. Više od prijateljstva prelazi u neprirodno, a ako matičar ove-ri brak, ono umire pod tim pečatom. Ljubav ne može da funkcioni-še po zakonima.

Ljubav je najviši zakon. Potrebno je samo da otkrijete njene le-pote, njena blaga. Nema potrebe da samo ponavljate, poput papagaja, sve one veličanstvene vrednosti koje ljude čine najvećim dometom svesti naplaneti. Trebalo bi da ih primenjujete u svojoj vezi.

Ovo je moje zapažanje - ako jedan partner krene pravim putem, drugi će pre ili kasnije krenuti za njim. To je zato što sii oboje željni ljubavi, ali ne znaju kako da joj priđu.

Nijedna škola vas ne uči da je ljubav umetnost i da vam život nije dat u celosti, već da morate da učite od samog početka. Dobro je, međutim, što smo sami otkrili svako blago koje život krije. A ljubav spada među najveća blaga postojanja.

Međutim, umesto da postanu saputnici u potrazi za ljubavlju, lepotom i istinom, ljudi trače svoje vreme na svađe, na ljubomoru.

Samo malo probudite svest i počnite tako što ćete menjati sebe; ne očekujte da druga strana počne. I druga strana će početi da se menja. Osmeh ništa ne košta, ljubav ništa ne košta, ništa vas ne košta da svoju sreću podelite sa onim koga volite.

Čini mi se da se ljubomora javlja ne samo u romantičnim vezama, nego i u svakoj vrsti odnosa među ljudima. Možda je „zavist” prava reč, jer mislim na to da me obuzima prezir kada neko ima nešto što ja nemam. Možete li

da kažete nešto o toj vrsti ljubomore?

Učili su nas da se poredimo, uvek su nam postavljali uslov da se poredimo sa nekim. Neko ima bolju kuću, neko ima lepše telo, neko ima više novca, neko drugi ima veću harizmu. Samo se poredite, samo se vi poredite sa svakom osobom pored koje prođete, i kao rezultat ćete dobiti veliku ljubomoru. Ona je nusprodukt uslovljava-nja po pitanju poređenja.

Sa druge strane, ako odbacite poređenje, ljubomora će nestati, ['ada jednostavno znate da ste vi - vi, i da niste neko drugi, da za tim ne postoji potreba. Dobro je da sebe ne poredite sa drvećem, inače bi vas obuzimala ljubomora zbog stvari kao što su: zašto ja nisam zelen? I zašto je život bio nepravedan prema vama, nije vam dao mogućnost da cvetate? Dobro je da se ne poredite sa pticama, rekama, planinama, inače biste patili. Vi upoređujete sebe sa ljudskim bićima samo zato što vam je usađen uslovni refleks da se poredite samo sa njima. Vi ne poredite sebe sa paunovima i papagajima. Inače bi vaša ljubomora bivala sve jača i jača; toliko biste bili opterećeni ljubomorom da ne biste mogli da živite.

Poređenje je veoma budalasto, jer je svaka osoba jedinstvena i ne može se porediti. Kada ovo shvatite, ljubomora će nestati. Svako je jedinstven i ne može se porediti - vi ste vi; niko nikada nije bio kao vi, niti će ikada biti. A ni vi ne treba da budete poput nekog drugog. Život stvara samo originale; on ne veruje u kopije.

Kokoške su šetale dvorištem kada je fudbalska lopta preletela preko ograde i pala među njih. Petao se došetao do nje, malo je posmatrao, a zatim rekao: „Nije da se žalim, devojke, ali vidite kako to rade u komšiluku.“

U komšiluku se događaju neverovatne stvari. Trava je zeleni-ja, ruže su crvenije, svi izgledaju srećnije - osim vas. Vi se stalno upoređujete. A isti slučaj je i sa drugim ljudima, i oni se porede. Možda oni misle da je vaša trava zelenija - ona uvek izgleda zele-nije iz daleka - ili da je vaša supruga lepša. Vi ste već umorni od nje, ne možete da zamislite zašto ste dozvolili da Vas ova žena uhvati, ne znate kako da je se oslobodite - a komšija je možda ljubomoran što imate tako lepu suprugu! Vi ste možda ljubomorni na njega iz istog razloga, a on možda ima ista osećanja prema svojoj supruzi.

Svako je ljubomoran na svakoga. I zbog te ljubomore stvaramo pravi pakao, i postajemo veoma zli.

*Stariji farmer je bio besan zbog onoga što je poplava napravila. „Hirame!“, viknuo je sused.
„Poplava je odne-la sve tvoje svinje.“
„Sta je bilo sa Tompsonovim svinjama?“, upitao je farmer.
„I njih je odnela.“
„A Larsenove?“
„I njih.“
„Pih!“, promrmljao je farmer veselo. „I nije loše kako sam mislio.“*

Ako je svima teško, odmah se javlja dobar osećaj. Dobar osećaj se javlja kada svi drugi gube, a kada su svi drugi srećni i uspešni, javi se osećaj gorčine. Ali, zašto uopšte i razmišljamo o drugima? Dozvolite mi da vas ponovo podsetim: to je zato što vam nije dozvoljeno da vodite život po svome.

Nije vam dozvoljeno da tražite svoje stanje blaženstva, nije vam dozvoljeno da razvijate svoje biće; stoga se osećate prazno iznutra. Ali zato gledate u spoljašnjost drugih ljudi, jer samo to i može da se vidi. Vi znate kakvi ste iznutra, i znate kakvi su drugi spolja - i to dovodi do ljubomore. Oni znaju kakvi ste vi spolja, i kakvi su oni iznutra - i to dovodi do ljubomore. Niko drugi ne zna kakvi ste vi iznutra. Vi znate da ste niko i da ste bezvredni. A drugi spolja izgledaju tako

srećni. Njihovi osmesi su možda lažni, ali kako vi to možete da znate? Možda se i njihova srca smeju. Vi znate da je *vaš* osmeh lažan, jer se vaše srce ne smeje uopšte; ono možda plače i jeca.

Vi znate kako vam je iznutra - a to znate samo vi, niko drugi. Vi znate spoljašnjost drugih ljudi, a ljudi su ih učinili lepim, baš kao i vi. Spoljašnjost služi za pokazivanje i vrlo često zna da zavara.

Ima jedna stara sufistička priča:

Jedan čovek je bio preopterećen svojom patnjom. Svaki dan bi se molio Bogu: „Zašto ja? Svi izgledaju tako srećno, zašto samo ja ovoliko patim?“ Jednog dana se iz velikog očaja obratio Bogu recima: „Daj mi bilo čiju patnju i spreman sam da je prihvatim. Samo uzmi moju, ne mogu više da je podnesem.“

Te noći sanjao je divan san — san je bio divan i pokazao mu je mnogo šta. Sanjao je da se Bog pojavio likom na nebu i svima rekao: „Donesite svu svoju patnju u hram.“ Svi su bili umorni od svoje patnje; u stvari, svi su ponekad u molitvama govorili: „Spreman sam da prihvatim tuđu patnju, ali uzmi moju; ovo je previše, nepodnošljivo je.“

I tako je svako stavio svoju patnju u torbu, doneo je u hram, i svi su izgledali srećno. Došao je taj dan, njihove molitve su uslišene! I ovaj čovek je požurio do hrama.

Bog je rekao: „Spustite svoje torbe do zida.“ Sve torbe su bile stavljene do zida, i Bog je rekao: „Sada možete da birate. Svako može da uzme torbu koju hoće.“

Najveće iznenađenje je bilo što je ovaj čovek, koji se stalno molio, požurio da uzme svoju torbu pre nego što je neko drugi uzme! Iznenadilo ga je i što su svi drugi krenuli ka svojim torbama, i svi su bili srećni da ih uzmu nazad.

Zbog čega je tako bilo? Svi su prvi put videli očaj i patnju drugih - i druge torbe su bile isto toliko velike, ili čak i veće!

Drugi razlog je što su se svi već navikli na svoju patnju. A sad treba da izaberu tuđu patnju: Ko zna kakva bi patnja bila u torbi? Zašto se mučiti? Bar znaš kakva je tvoja patnja, i navikao si se na nju. Ona je *čak i* podnošljiva: toliko godina si je trpeo, zašto sada birati nešto nepoznato?

Svi su se vratili kući srećni. Ništa se nije promenilo, vratili su sa sobom istu torbu u kojoj je patnja, ali svi su bili srećni, smejali su se i bili su radosni što su mogli da uzmu nazad svoju torbu.

Ujutru se čovek pomolio Bogu, i rekao: „Hvala Ti na ovom snu; nikada Ti to više neću tražiti. Šta god da si mi dao, meni je dobro, mora biti dobro za mene; zato si mi to i dao.“

Čovek zbog ljubomore stalno pati i postaje zao prema drugima. Zbog ljubomore čovek se lažno predstavlja, počinje da se pretvara. Počinje da se pretvara da je nešto što nije, počinje da se pretvara da je nešto što *ne može* da bude, nešto što nije u skladu sa njegovom prirodom. Čovek postaje sve površniji. Imitirajući druge, takmičeći se sa njima, šta drugo i može da postane? Ako neko ima nešto, a vi to nemate, niti postoji prirodna mogućnost da to imate, jedini način je da nađete neku jeftinu zamenu.

Džim i Nensi Smit su se sjajno proveli u Evropi ovog leta; išli su svuda i svašta su radili. Pariz, Rim... samo recite, i oni su to videli i radili. Međutim, povratak kući i prolazak kroz carinu je bio sramotan. Znao kako carinici vole da njuškaju po vašem prtljagu. Otvorili su jednu torbu i izvadili tri perike, svileni veš, parfem, farbu za kosu... stvarno neprijatno. A to je bila Džimova torba!

Samo pogledajte čega ima u vašoj torbi i naći ćete toliko ve-štačkih, lažnih, pseudostvari -

koje služe čemu? Zašto ne možete da budete prirodni i spontani? Zbog ljubomore. Život ljubomorne osobe je pakao. Prestanite sa poređenjem, i ljubomora, zloba, lažno predstavljanje će nestati.

Ljubomoru, međutim, možete da odbacite samo kada počnete da radite na svom unutrašnjem blagu; nema drugog načina. Razvijajte se, postanite osoba koja će svaki put biti sve više autentična. Volite i poštujujte sebe onakvim kakvim vas je život načinio, i tada će vam se vrata raja otvoriti. Ona su uvek i bila otvorena; samo nikada niste pogledali u tom pravcu.

Veoma sam sumnjičav prema svojoj supruzi, mada znam da je nevinna. Šta da radim da bih se oslobodio te sumnjičavosti?

Mora de ste zbog nečega sumnjičavi sami prema sebi. Ako ne možete da verujete sebi, ne možete da verujete ni svojoj supruzi, ni bilo kome drugome. Ako nemate poverenja u sebe, onda ćete to nepo-verenje da projektujete na ljude oko Vas. Lopov misli da su svi lopovi. To je prirodno, jer on poznaje sebe, i to je jedini način kako može da zna druge ljude.

Mišljenje koje imate o drugima je zapravo mišljenje koje imate o sebi. Vi znate da ćete nešto uraditi ako Vas supruga ne gleda stalno. Počecete da flertujete sa nekom drugom ženom - znate to! Otuda proizilazi stah: „Ko zna, supruga može da flertuje sa komšijom dok sam ja u kancelariji." Vi savršeno dobro znate šta radite sa sekretaricom; to dovodi do problema.

Zato i kažete: „Sumnjičav sam iako znam da je moja žena nevinna." I ostaćete sumnjičavi dok se nešto u Vama ne promeni. To nema veze sa Vašom suprugom; svaka sumnja koja se javi ima veze sa samo Vama.

Jedan Čovek je otišao na kratko putovanje, ali ga je stalno produžavao. Svakih nekoliko nedelja bi supruzi slao telegram: „Ne mogu da se vratim, još uvek kupujem. " Svaki telegram je bio isti: „Ne mogu da se vratim, još uvek kupujem." Ovo je trajalo jedno tri-četiri meseca, kada mu je supruga konačno poslala telegram u kom je pisalo: „Bolje se vrati kući, ja prodajem ono što ti kupuješ."

Tako to ide u životu.

Bračni par sa mamurlukom je pričao o divljoj zabavi od prethodne noći. „Draga, ovo je odveć neugodno", rekao je suprug, „Ali, jesam li sa tobom sinoć vodio ljubav u biblioteci?" Supruga ga je pogledala i pitala: „ U koliko sati?"

Osnovno nepoverenje koje gajite jeste nepoverenje prema samom sebi. Vi ste sumnjičavi prema sebi: moguće je da mnogo šta potiskujete, jer kada osoba počne da potiskuje, ona počinje i da projek-tuje to na druge ljude. Skoro uvek je slučaj da se čovek koji ima ubilačke instinkte plaši da drugi pokušavaju da ubiju njega; postaje paranoičan. Osoba koja je veoma nasilna uvek je uplašena: „Drugi ljudi su toliko nasilni, da uvek moram da budem na oprezu."

Pošto ne mogu da veruju sebi, ljudi ne mogu da veruju ni drugima - supruzi, prijatelju, ocu, majci, sinu, ćerki. Ljudi žive sa hro-ničnom sumnjičavošću. Osnova svega je, međutim, što ne možete da prihvatite sebe onakvog kakvi ste.

Prihvatite sebe kakvi god da ste. Kada prihvatite sebe, prihvatite i druge. I da, mogućnost postoji - ako se Vi nekada zainteresujete za neku ženu, ništa nije nemoguće; Vaša supruga se

može zain-teresovati za nekog muškarca. Ali, ako sebe razumete i prihvatite, prihvat ćete i svoju suprugu.

Ako možete da prihvatite to da „postoji mogućnost da Vas privuče druga žena“, onda je sve u redu. Onda i Vašu suprugu može da privuče neki drugi muškarac. Ali, ako odbacite u potpunosti tu mogućnost, ako to osudite celim svojim bićem, takav čin ćete osuđivati i kod drugih.

Po meni, svetac je onaj koji može da oprost i svima, zato što poznaje sebe. Vaši sveci, međutim, nisu sposobni da praštaju. Oni samo izmišljaju sve veći i veći broj savršenih primera pakla. Zašto? Zato što još uvek nisu u stanju da prihvate sami sebe.

Postoji priča o jednom mladom, lepom advokatu koji je tvrdio da nema žene koja ne bi spavala sa njim. Jednog dana se u kancelariji zaposlila jedna izuzetno zgodna sekretarica koju je svaki muškarac već nedeljama pokušavao da odvede u krevet, ali nisu u tome uspeali.

Mladi advokat se hvalio da bi uspeo to da izvede, samo ako je veliki novac u opkladi. Kada su ga pitali kako bi to dokazao, rekao je da bi sve snimio na diktafon koji bi sakrio pod krevetom.

Kada su opklade pale, on je ugovorio sastanak sa njom, i do kraja večeri ona ne samo što je došla kod njega u stan, već je na kraju završila i u njegovom krevetu - i tada je on uključio diktafon.

Nekoliko trenutaka kasnije, kao dokaz njegove reputacije, sekretarica se prepustila vođenju ljubavi, i povika-la je: „Ljubi je, dušo, ljubi je!“

Tada se advokat u svom najboljem sudskom maniru sagnuo ispod kreveta i rekao u diktafon: „Neka ude u zapisnik da dama misli na svoju levu dojku.“

To je um jednog advokata, uvek sumnjičav, i nada se najgorem. Sigurno se zabrinuo: „Ljubi je, dušo, ljubi je!“ Sta da ljubi? Snimak ništa neće prikazati, što može dovesti do sumnje.

Svačiji um je, međutim, ovakav. Um je prepreden, proračunat, sumnjičav. Um stalno živi u nekoj vrsti nepoverenja, stalno sumnja. On je stalno sumnjičav.

Nije stvar u tome kako da verujete svojoj supruzi, već kako da *verujete uopšte*. Um je stalno sumnjičav; on se hrani sumnjom. I osim ako ne znate kako da isključite um kada nije potreban i prepustite se srcu, nećete naučiti kako da imate poverenja.

Srce ima poverenja. Um ne može da ima poverenja; um nije sposoban da veruje, a svi mi živimo glavom. Zato čak i kada kažemo da imamo poverenja, mi ga nemamo. Mi insistiramo na tome da imamo poverenja, ali samo to insistiranje pokazuje da nemamo. Mi želimo da imamo poverenja, mi želimo da drugi *veruju* da mi imamo poverenja, ali njega nema. Glava je nesposobna kada se radi o poverenju. Glava predstavlja mehanizam sumnje; glava stalno postavlja pitanja.

Moraćete da naučite da se prepustite srcu koje je društvo zaobišlo. Društvo vas ne uči da se ponašate kako srce kaže, samo vas uči tome da se ponašate kako um kaže. Ono vas uči matematici, logici, nauci i tako dalje - ali sve one neguju sumnju. Nauka je nastala kroz sumnju; sumnja je blagoslov za nauku. Ali, što se nauka sve više i više razvija, to čovek dublje tone. Covic-čanstvo je nestalo, ljubav je postala skoro mit. Ljubav više ne predstavlja realnost na Zemlji. Kako i može da bude realnost? Samo srce je prestalo da bije.

Čak i kada volite, vi samo *mislite* da volite; vaša ljubav potiče iz glave. A ljubavi nije mesto u glavi.

Počnite da meditirate. Nemojte da prihvatate ono što vam um brblja. Ubrzo će se um umiriti. Zaokupite se nečim za šta vam um nije potreban - plesom, na primer. Plešite i plešite da biste pobjegli, jer za ples um nije potreban. U plesu možete da se izgubite. Kada se izgubite u plesu, srce će ponovo početi da bije.

Utonite u muziku, i polako ćete početi da uviđate da je svet srca potpuno drugačiji; da u srcu uvek ima poverenja. Srce ne zna da sumnja, kao što um ne zna kako da veruje.

OD STRAHA DO LJUBAVI

Samo obratite pažnju na to koliko su pitanja koja ljudi postavljaju apsurdna: Kako da volim, kako da plešem, kako da meditiram? Kako da živim? Apsurdna pitanja... ali ona ukazuju na prazninu, na unutrašnju prazninu čoveka. Covek sve to odlaže i polako počinje da zaboravlja.

Svako dete zna kako da voli, da igra i kako da živi. Svako dete dođe na svet kompletno, potpuno spremno. Sve što treba jeste da počne da živi.

Jeste li primetili to? Ako plaćete i malo dete vas vidi, ono će vam prići. Ono ne može da kaže mnogo šta, ono ne može da vas odgovori od plakanja, ali će staviti svoju ruku na vašu. Jeste li osetili taj dodir? Niko vas više nikada neće tako dodirnuti kao što dete može da vas dodirne - ono zna kako se to radi. Ljudi kasnije jednostavno postanu hladni, grubi. Oni vas dodiruju, ali iz njihovih ruku ništa ne potiče. Kada vas dete dodirne - ta nežnost, mekoća njegovih ruku, sama poruka - ono unese celo svoje biće u taj čin.

Svako se rodi sa svim onim što mu je potrebno za život. I što duže živite, to ste sposobniji za život. To je nagrada. Sto kraće živite, to ste manje sposobni. To je kazna.

Osećaj ispunjenosti morate da tražite u sebi. Svakog trenutka morate da posmatrate svoj život, i da odbacite sve ono što vam se čini da je kratkog daha, da je samo delić nečega. To može biti veoma uzbudljivo, ali i da se ispostavi kao nepotrebno. Odbacite to! Udubite se u one trenutke koji vam se možda ne čine uzbudljivim. Večnost ne može biti izuzetno uzbudljiva, jer ono što mora večno da traje treba da bude tiho, smireno. Blaženo, svakako, ali ne i uzbudljivo. Mora da donosi potpuno blaženstvo, ali bez buke. Više kao tišina nego kao zvuk. Da biste mogli da je prepoznate, moraće-te da odrastete svesni.

Strah je deo vaše inteligencije; tu nema ničeg pogrešnog. Strah jednostavno pokazuje da smrt postoji i da su ljudi ovde samo nekoliko trenutaka. To podrhtavanje govori da nećemo večno biti ovde, da nismo ovde večni, samo još nekoliko dana i neće vas biti.

Taj strah se zapravo javlja jer su ljudi u potrazi za tim šta znači biti religiozan; inače, ne bi bilo svrhe. Nijedna životinja nije religiozna, jer nijedna životinja ne živi u strahu. Nijedna životinja ne može da bude religiozna, jer nijedna životinja nije svesna smrti. Ljudska bića su svesna smrti. Smrt je tu u svakom trenutku, okružuje vas sa svih strana — svakog trenutka možete nestati. To izaziva drhtanje. Zašto se stidite, slobodno drhtite! Ali, onda ego kaže: „Ne - ti da se plašiš? Ne, to nisi ti, to je za kukavice. Ti si hrabar čovek.”

To nije samo za kukavice, dopustite sebi da se plašite. Samo na jednu stvar treba da obratite pažnju, a to je da kada dozvolite strahu da vas obuzme i da počnete da drhtite, posmatrajte ga, uživajte u njemu. U tom posmatranju ćete ga prevazići. Videćete da telo podrhtava, vi-dećete da um podrhtava, ali ćete osetiti jednu tačku u sebi, jedan cen-

tar duboko u sebi, na koji to ništa ne utiče. Oluja prolazi, ali negde duboko u vama se nalazi centar koji je netaknut, centar samog ciklona.

Dopustite da vas strah obuzme, nemojte se boriti protiv njega. Gledajte šta se događa. Samo gledajte. I što dublje i upornije budete gledali, vaše telo će da se trese, um će da se trese, ali ćete duboko u sebi videti svest koja je samo svedok, koja samo posmatra. Ona ostaje netaknuta, kao lotosov cvet u vodi. Tek kada ovo postignete, postići ćete neustrašivost.

Ta neustrašivost ne znači da se ne plašite, ta neustrašivost nije hrabrost. Ova neustrašivost znači da shvatate da ste podeljeni na dva dela: deo vas će umreti, deo će ostati večan. Deo koji će umreti zauvek će živeti u strahu, a deo koji ne umire, koji je besmrtnan - za njega nema smisla da se plaši. Tada se javlja harmonija. Strah možete da koristite za meditaciju. Iskoristite sve što imate da biste meditirali, tako da sve to možete da prevazidete.

Najjača emocija koju mogu da osetim je mržnja prema smrti. Želim da je ubijem jednom zauvek!

Mrzeti smrt znači mrzeti život. Život i smrt nisu odvojeni, niti to mogu biti. Smrt i život postoje zajedno, nema načina da se razdvoje. To odvajanje je samo apstraktna ideja uma; neverovatno je koliko je neistinita. Život nagoveštava smrt, smrt nagoveštava život. Oni su polarne suprotnosti, ali međusobno komplementarne.

Smrt je vrhunac života. Ako mrzite smrt, kako možete da volite život? Tu se javlja veliko nerazumevanje: ljudi koji misle da vole život mrze smrt, a mrzeći smrt postaju nesposobni da žive. Sposobnost da se živi, sposobnost da se život maksimalno iskoristi javlja se samo onda kada ste spremni da umrete i to na najbolji mogući način. To je uvek u proporcionalnom odnosu. Ako vam je život mlak, i smrt će vam biti mlaka. Ako živite strastveno, u potpunosti, opasno, onda ćete umreti u velikom orgazmu. Smrt je krešendo; život doživljava svoj vrhunac u smrti. Orgazam koji ste upoznali kroz ljubav nije ništa u poređenju sa orgazmom koji donosi smrt. Sve radosti života su blede u odnosu na radost koju donosi smrt.

Šta je tačno smrt? Smrt je nestatnak lažne celine koja se naziva ego. Smrt se u manjoj meri reflektuje i u ljubavi na neki način; stoga je ljubav lepa. Na trenutak vi umirete, nestajete. Na trenutak vas više nema, i u posedu ste celine. Nestajete kao jedan deo, postajete ritmičan deo celine. Više ne postojite kao talasić u okeanu, postojite kao sam okean.

Zato svako orgazmično iskustvo preplavljuje. Isto se dešava u dubokom snu: ego nestaje, um više ne radi, a vi osećate iskrenu radost. Ali sve ovo je ništa u poređenju sa smrću. Ovo su sve samo de-lići. San je vrlo mali deo smrti; svakog jutra ćete se opet probuditi. Pa ipak, ako je san bio dubok, radost će potrajati tokom celog dana, određena smirenost će vam ostati duboko u srcu. Dan nakon dobrog sna živite potpuno drugačije. Ako niste dobro spavali, dan je poremećen. Osećate nervozu, sve vas iritira, i to bez ikakvog razloga. Sitnice dovode do velikog uznemirenja. Ljuti ste - ni na koga posebno, jednostavno ste ljuti. Vaša energija nije kod kuće, rastrzana je. Imate osećaj kao da vas je neko iščupao iz korena.

Smrt je duboki san. Čela životna zbrka... sedamdeset, osamdeset ili devedeset godina frke, svih nesreća koje život donosi, kao i svih uzbuđenja, trzavica i briga... naprosto sve nestane, više nije važno. Vraćate se iskonskom jedinstvu postojanja. Postajete deo zemlje. Vaše telo nestaje u zemlji, vaš dah nestaje u vazduhu, vaša vatra vraća se suncu, voda okeanu, a vaše

unutrašnje nebo susreće se sa spoljnim nebom. To je smrt. Kako neko može da mrzi smrt? Mora da vas je ponelo nerazumevanje. Mora da mislite da je smrt neprijatelj. Smrt nije neprijatelj, smrt je najveći prijatelj. Smrt morate dočekati dobrodošlicom, smrt morate dočekati sa ljubavlju u srcu. Ako o smrti razmišljate kao o neprijatelju, umrećete - svako mora da umre, vaš način razmišljanja to neće promeniti; ali, ako se opirete, umrećete u agoniji, u borbi. Pružajući otpor, boreći se, po-kvarićete radost koju smrt, i samo smrt, može da vam pruži. Smrt koja može da postane ekstaza biće samo jedna agonija.

A kada nešto predstavlja veliku agoniju, čovek ostaje nesvestan. Granica tolerancije postoji, a čovek može da podnese toliko toga. Otuda devedeset devet od sto ljudi umire u nesvesnom stanju. Ti ljudi se muče, bore se do samog kraja. A kada postane nemoguće boriti se - jer su svu svoju energiju uložili u to - ti ljudi na neki način padnu u nesvest. Oni umiru nesvesni.

A velika je nesreća umreti nesvestan, jer se onda nećete sećati šta se dogodilo. Nećete se setiti da vam je smrt otvorila vrata ka božanstvenom. Vi ćete proći kroz ta vrata, ali na nosilima, u nesvesti. I opet ćete propustiti neverovatnu priliku.

Zbog toga zaboravljamo prethodne živote. Ako umrete svesni, nećete zaboraviti, jer neće biti prekida, kontinuitet će se održati. Setićete se svog prethodnog života - a veoma je važno setiti se prethodnog života. Ako možete da se setite prethodnog života, nećete ponovo načiniti iste greške. U suprotnom, ne biste izašli iz začaranog kruga: isti ciklus, iste stvari koje se samo ponavljaju. Ponovo ćete biti obuzeti istim ambicijama i poćinićete iste gluposti, zato što ćete misliti da ih radite prvi put. To ste uradili već milion puta, ali svaki put je došlo do prekida kada ste umirali, jer niste bili svesni. Time prekidate vezu sa svojom prošlošću. I onda život poćinje iz početka.

Zato ne možete da evoluirate do nivoa Bude. Za evoluciju je potrebno da stalno budete svesni prošlosti, da ne biste ponovili iste greške. Greške polako nestaju. Vi polako postajete svesni začaranog kruga, i polako postajete sposobni da iz njega izađete.

Ako niste svesni u trenutku smrti, nećete biti svesni ni u trenutku rađanja, jer smrt predstavlja jednu stranu vrata, a rođenje njihovu drugu stranu. Na jednoj strani vrata piše „Smrt“, a na drugoj - „Rođenje“. Ona u isto vreme predstavlja ulaz i izlaz - to su jedna ista vrata.

Zato se nakon rođenja nićeg ne sećate. Ne sećate se tih devet meseci provedenih u materici, izlaska iz materice, ne sećate se agonije kroz koju ste prošli, niti se sećate traume rođenja. A ta trauma rođenja uticaće na vas; ceo vaš život biće pod uticajem te traume rođenja.

Tu traumu morate da razumete, ali jedini način da je razumete jeste da je se sećate. A kako da je se setite? Toliko se plašite smrti, toliko se plašite rođenja, da vas sam taj strah sprećava da se svemu tome prepustite.

Vi kažete: „Najjaća emocija koju osećam je mržnja prema smrti.“ Vaš život je ispunjen mržnjom. Volite život, i onda će se ljubav prema smrti sama javiti, jer život je taj koji donosi smrt. Smrt se ne protivi životu, smrt donosi cvetanje svega onoga što život nosi u svojim semenkama. Smrt se ne pojavljuje iznenada; ona raste u Vama, ona se razvija do samog cvetanja.

Da li ste nekada videli pravog čoveka na samrti? Retko ko je video pravog čoveka koji je na samrti, ali da jeste, iznenadili biste se kako smrt čini ljude lepim. Čovek nikada ranije nije bio toliko lep -ni u detinjstvu, jer tada ništa nije znao, ni u mladosti, jer je bio previše obuzet strašću. Međutim, kada smrt dođe, sve postaje opuštено. Ludost detinjstva nestaje, baš kao i ludilo mladosti. Patnja starosti, sve bolesti i ogranićenja koja donosi starost, isto tako nestaju. Čovek biva oslobođen od tela. Velika radost dolazi iz samog središta, i sve preplavljuje.

U očima pravog čoveka na samrti možete videti plamen koji nije sa ovog sveta. A na

njegovom licu možete opaziti veličanstvenost koja potiče sa visina. Takođe možete osetiti tišinu, tišinu kojoj se čovek ne opire dok lagano, lagano ide u smrt... uz duboku zahvalnost i prihvatanje svega što mu je život pružio, kao i velikodušnosti postojanja. Zahvalnost se oseća svuda oko njega.

Videćete da je njegovo okruženje potpuno drugačije. On će umreti kako bi trebalo da se umre. I za sobom će ostaviti slobodu, tako da će ljudi u njegovoj okolini biti zaprepašćeni tom slobodom, imaće utisak da su na nekom drugom mestu.

Na Istoku je to oduvek bilo važno: kad god bi neki majstor umirao, hiljade, pa nekad i milioni ljudi bi se okupilo da gleda taj veličanstveni fenomen. Samo da budu u blizini, samo da budu u okolini, da oseće biće koje se oslobađa, da čuju poslednju pesmu koju će čovek otpevati, da vide svetlo koje se javlja kada se telo i duša razdvajaju. To je zadivljujuće, i predstavlja veliko prosvetljenje.

Naučnici danas savršeno dobro znaju da se velika količina energije oslobodi kada podelite atom. Mnogo veća količina energije se oslobodi kada se telo i duša razdvoje. Telo i duša su zajedno proveli milione života - a sada je iznenada došao trenutak da se razdvoje. Prilikom tog razdvajanja oslobodi se velika količina energije. Ta oslobođena energija može biti veliki podstrek onima koji žele da joj se prepuste. Doneće im neverovatno ekstatično iskustvo.

Nemojte mrzeti smrt. Ja znam da nije pitanje samo ko od nas mrzi smrt, skoro svako je mrzi, jer su nas učili pogrešnoj filozofiji. Govorili su nam da se smrt suprotstavlja životu, a nije tako. Govorili su nam da smrt dolazi i uništava život. To je potpuna glupost. Smrt dolazi i upotpunjava život.

Ako Vam je život lep, smrt će ga ulepšati u potpunosti. Ako ste vodili život ispunjen ljubavlju, smrt će vam pružiti mogućnost da ljubav iskusite u potpunosti. Ako ste život okrenuli meditaciji, onda će vas smrt dovesti do najvišeg stepena svesti. Smrt samo pojačava - naravno, ako ste vodili život na pogrešan način, smrt će i to pojačati. Smrt je fantastična u uveličavanju. Ako ste život proveli u besu, onda ćete i u smrti spoznati u sebi pakao, spoznaćete vatru. Ako ste živeli u mržnji, onda će smrt uveličati mržnju. Šta smrt može da uradi? Smrt uveličava, pokazuje vam sve kao ogledalo - ali sami ste krivi za to. Smrt samo odražava fenomen ogledala.

Nemojte mrzeti smrt. Jer tako ćete propustiti smrt, a propustićete i život.

Vi kažete: „Najjača emocija koju osećam je mržnja prema smrti.“ Vi nepotrebno trošite svoju najjaču emociju.

Volite život! Nikada nemojte da budete negativni, negativan stav ne vodi nikuda. Nemojte mrzeti tamu, volite svetlost! Usmerite svu svoju energiju u ljubav i iznenadićete se, to će Vas oboriti s nogu. Ako volite svetlost, jednog dana ćete iznenada shvatiti da je tama samo jedan faza kroz koju svetlost prolazi, da je to njena faza odmora.

Nemojte mrzeti svet, kao što su Vam uvek iznova govorili u prošlosti vaši takozvani sveci. Volite život, volite ovaj svet, jer kada vaša ljubav dostigne svoj potpuni intenzitet, otkrićete božanstvenost sada i ovde. Ona je skrivena. Ona je skrivena u drveću, u planinama, u rekama, u ljudima - u vašoj supruzi, u vašem suprugu, u vašoj deci. Ako mrzite život, ako mrzite svet i bežite od njega, onda bežite i od božanstvenosti.

Postignite saglasnost sa životom, fokusirajte svu svoju energiju na ono što je pozitivno. Ne treba živeti tako što ćete biti okrenuti negativnom; niko ne može tako da živi. Ako je sve negativno, čovek može jedino da izvrši samoubistvo. Sve što je negativno vodi samou-bistvu. Samo usaglašavanje, potpuno usaglašavanje, vodi realnosti.

Vi kažete: „Najjača emocija koju osečam je mržnja prema smrti. Želim da je ubijem jednom zauvek!”

To ne možete uraditi. Niko to ne može da uradi, to je nemoguće; to nije u prirodi stvari. Onog dana kada se rodite, smrt postaje nešto što je apsolutno sigurno. Ne možete nikako da je izbegnete. Smrt možete izbeći samo ako izbegnete rođenje. Vi ste već umrli! Onog dana kada ste se rodili, Vi ste već umrli - jer smrt je određena samim rađanjem. Ako zaista ne želite ponovo da umrete, onda ćete morati da uradite nešto da se ne rodite ponovo.

U tome se sastoji istočnjački pristup: kako se ne roditi opet. Postoje načini da se ne rodite ponovo. Ako želja nestane, više se nećete vraćati. Želja je ta koja vas dovodi u telo; želja je lepak koji vas drži vezane za telo. Jedno telo nestane, a želja stvori novo, i tako ukруг. Uništite želju, i nećete morati ponovo da se rađate. Ako rođenje nestane, i smrt će samim tim nestati. Tada počinje večni život: kada nema ni rođenja ni smrti.

Ovo je najbolji lek - lek koji ne vodi ni rađanju ni smrti. U ovome je čela suština istočnjačkog pristupa, istočnjačke realizacije, istočnjačkog uvida. Imajte na umu, međutim, da ne možete da se borite protiv smrti. Možete prekinuti proces rađanja, i tako prekinuti proces umiranja. Ono što se, međutim, često dešava jeste da mi volimo rađanje, volimo život, i zato mrzimo smrt. Tako težite nečemu što je nemoguće i što vas izluđuje.

Vi kažete: „Želim da je ubijem!” Ako zaista želite da ubijete smrt, prihvatite je. Prihvatite je u potpunosti - i kroz samo to pri-hvatanje, smrt će nestati. Jer niste *vi* ti koji zaista umirete, već je u pitanju ego. A ako prihvatite smrt u potpunosti, to znači da ste se sami odrekli ega. Onda smrti nije ostalo ništa da uradi; vi ste sami obavili njen posao. Šta smrt može da vam oduzme? Oduzeće vam novac, oduzeće vam suprugu, supruga, oduzeće vam veze, oduzeće vam svet. Nemojte se vezivati za te stvari - i šta će onda moći smrt da vam oduzme? Oduzeće vam ego, vaš lični identitet. U vama živi ideja „ja postojim kao zasebno biće”; smrt će je oduzeti.

Možete učiniti da ona nestane. Zbog toga postoji meditacija. Ona predstavlja svesnu, voljnu odluku: „Učiniću da ovaj ego nestane, neću ga se čvrsto držati.” Ako se ne držite ega, šta vam preostaje? Već ste umrli. A samo oni koji su već umrli pobeđuju smrt i žive u izobilju.

Svaki put kada me neko veoma privuče, i osetim da bih u stvari i mogla da se zaljubim, obuzme me strah. To se dešava čak i kada je očigledno da i ja privlačim tu drugu osobu, tako da mislim da nije u pitanju samo strah od odbijanja. Više mi liči na neko čudno, egzistencijalno terorisanje. Možete li da mi pomognete da shvatim o čemu je reč?

Ljubav svakoga čini nervoznim i za to postoje razlozi. Ona dolazi iz nesvesnog, a sva svojstva koja posedujete potiču iz svesnog; svaka veština, znanje, nalaze se u svesnom. Ljubav dolazi iz nesvesnog i stoga ne znate kako da se nosite i šta da radite s njom; to vam postaje previše.

Nesvesno je devet puta veće od svesnog, tako da šta god da dođe iz nesvesnog, to vas preplavi. Zato se ljudi plaše emocija, oseća-nja. Ljudi ih zadržavaju, plaše se da će napraviti haos — i hoće, ali haos je prelep!

Kao što postoji potreba za redom, tako postoji i potreba za hao-som. Kada se javi potreba za redom, iskoristite ga, koristite svestan um; kada se javi potreba za hao-som, iskoristite nesvesno i dopustite hao-su da zavlada. Potpuna osoba je ona koja je u stanju da koristi oba- koja ne dozvoljava svesnom da se mesa u nesvesno, niti nesve-snom da se mesa u svesno. Neke stvari možete da radite samo svesno. Ako, na primer, radite aritmetiku, to možete samo dok ste sve-

sni. Ljubav, međutim nije takva, ni poezija nije takva; one dolaze i potiču iz nesvesnog. Tako svesno morate da ostavite po strani.

Svest je ta koja pokušava da drži sve konce, jer je uplašena. Čini joj se kao da nešto veliko nailazi, kao veliki talas; hoće li biti u stanju da preživi? Ona pokušava da ga izbegne, pokušava da se drži što dalje od njega; želi negde da pobegne, da se sakrije. Ali to nije u redu. Zato su ljudi otupeli i postali umrtvljeni. Svi životni sokovi nalaze se u nesvesnom. Svest jedino što je korisna - ona predstavlja alatku, ali ne i životnu radost, ona ne predstavlja proslavu života. Svest je dobra ako mislite da životarite, ali ne i da živite. Život dolazi iz nesvesnog, iz nepoznatog, a nepoznato je uvek zastrašujuće.

Dopustite da se desi. To je moj zadatak, da vam pomognem da se prepustite nesvesnom. A kada počnete da uživate u njoj, nervoza će nestati. Nema potrebe da je kontrolišete; čovek ne mora da drži sve pod kontrolom dvadeset i četiri sata.

Jednom prilikom se desilo da je jedan kineski vladar otišao da vidi velikog zen učitelja. Zen učitelj se valjao po podu i smejaio, baš kao i njegovi učenici; mora da je ispričao neki vic ili tako nešto. Vladara je bilo sramota. Nije mogao da veruje svojim očima kakvo je to ponašanje. Nije izdržao da ništa ne kaže. „Ovo je nečuveno! Tako nešto se ne očekuje od čoveka poput Vas; neka pravila ponašanja moraju postojati. Vi se valjate po podu, i smejetete se kao luđak", rekao je učitelju.

Učitelj je pogledao vladara. Nosio je luk; u to vreme vladari su bili ratnici, i nosili su luk i strele. Učitelj je rekao: „Recite mi nešto -da li uvek taj luk držite zategnutim, ili ga nekad i popustite?"

Vladar mu je odgovorio: „Ako bismo luk stalno držali zategnutim, izgubio bi elastičnost, i više ne bi bio od koristi. On mora da bude popušten kada se ne koristi, da bi bio elastičan onda kada je potreban." A učitelj mu je onda odgovorio: „To i ja radim."

Ima trenutaka kad bi čovek trebalo da bude opušten, potpuno opušten, da ne drži do forme ponašanja. A ljubav je takvo opušta-nje. Čovek ne mora da drži sve pod kontrolom dvadeset i četiri sata. Dok radite, neka vam um bude svestan; budite na oprezu, budite proračunati. Budite inteligentni, vestni, budite efikasni. To je, međutim, militaristička strana života. Izvan kancelarije se opustite i prepustite nesvesnom; dozvolite da vas obuzme i natera da poludite.

U suprotnom upadate u začarani krug. Postajete nervozni, potiskujete energiju. Vi potiskujete energiju, a onda ona dovodi do još jačeg drhtanja iznutra, tako da postajete sve više nervozni; što ste više nervozni, to više potiskujete, i to se tako nastavlja ukруг. Sto više potiskujete, bićete nervozniji; što ste nervozniji, više potiskujete. Morate da se izbavite iz tog začaranog kruga. Samo treba da iskočite.

**Možete li da kažete nešto o tome na koji način su krivica i strah povezani?
Ponekad mi je teško da ih razlučim.
Možete li da kažete nešto o to**

Prirodno je da osećate strah; krivica je tvorevina sveštenika. Krivicu je stvorio čovek. Strah je urođen i od suštinske je važnosti. Bez straha ne biste bili u stanju da preživite. Normalno je osećati strah. Iz straha nećete ruku staviti u vatru. Iz straha ćete hodati levom ili desnom stranom, u skladu sa zakonom zemlje. Klonićete se otrova. Iz straha ćete se skloniti sa puta kada vam vozač kamiona zatrubi.

Ako dete ne oseća strah, nema šanse da će ikako preživeti. Taj strah mu čuva život. To je prirodna težnja da zaštitite sebe... i tu nema ničeg pogrešnog, jer imate pravo da sebe zaštitite. Vaš život je dragocen i morate ga sačuvati, a strah vam u tome samo pomaže. Strah je odraz inteligencije. Samo idioti ne osećaju strah, samo se imbecili ne plaše; stoga morate da zaštitite te ljude, u suprotnom bi sami sebe spalili, skočili bi sa zgrade ili bi ušli u more iako ne znaju da plivaju - mogu da urade bilo šta.

Strah je odraz inteligencije; kada vidite zmiju da vam prelazi put, vi ćete odskočiti u stranu. To nije kukavički, već naprosto pametno. Ovaj prirodni fenomen može se manifestovati na dva načina. Strah može postati nenormalan, patološki. Tada se plašite stvari kojih ne bi trebalo, pa čak imate i argumente za svoj abnormalni strah.

Neko se, na primer, plaši da ude u kuću. I logično, ne možete da mu dokažete da greši. Ta osoba može da kaže: „Ko mi garantuje da kuća neće da se sruši?“ Poznato je da se kuće ruše, tako da i ta konkretna kuća može da se sruši. Mnogo ljudi je izgubilo život nakon što im se kuća srušila. Niko ne može da garantuje da se baš *ta* kuća neće srušiti; može da dođe do zemljotresa, sve je moguće. Drugi čovek se plaši i ne može da putuje zbog pojave nesreća sa vozovima. Neko drugi se plaši da ude u auto zbog saobraćajnih nesreća. Opet, neko se plaši da leti avionom. Ako ovakvi strahovi počnu da vas obuzimaju, to nije odraz inteligencije. Onda bi trebalo da se plašite i svog kreveta, jer skoro devedeset sedam procenata ljudi umre u svom krevetu, tako da je to najopasnije mesto! Logično bi bilo da se držite što dalje od kreveta, možda je bolje da mu i ne prilazite. Ali, tako ćete život učiniti nepodnošljivim.

Strah može da postane abnormalan; tada je to patološki strah. A ovu mogućnost koriste sveštenici, političari, svaki ugnjetavač to koristi. Oni strah pretvaraju u patologiju, tako da onda mogu lako da vas iskorišćavaju. Sveštenik vas plaši paklom. Samo pogledajte svete knjige, sa kakvim uživanjem opisuju mučenja, sa kakvom radošću to rade! Adolf Hitler mora da je čitao ove svete knjige; mora da je u svetim knjigama koje opisuju pakao našao inspiraciju. On sam nije bio toliko kreativan i inteligentan da bi mogao da osmisli koncentracione logore i svakakve vrste zverstava. Sigurno je to pročitao u svetim knjigama - one su već bile napisane, sveštenici su već sve uradili. On je samo primenio ono što sveštenici propovedaju. On je bio zaista religiozan čovek! Sveštenici su govorili samo o paklu koji vas čeka posle smrti. Hitler je onda rekao: „Zašto čekati toliko dugo? Ja ću stvoriti pakao sada i ovde, tako da možete da ga okusite.“

Sveštenici su rano postali svesni toga da se čovekov urođeni strah može koristiti. Čovek može toliko da se uplaši da će pasti svešteniku pred noge i moliti ga: „Spasi nas! Samo ti možeš da nas spa-seš.“ A sveštenik će pristati da ih spase samo ako ga budu sledili. Ako budu sprovodili rituale koje im sveštenik predlaže, on će ih spasiti. A ljudi su sprovodili svakakve gluposti i izgradili svakakva sujeverja iz straha.

I političari su postali svesni da ljude mogu mnogo da zaplaše. A ako ljude uplašite, onda njima možete da vladate. Nacije su proistekle iz straha. Indijci se plaše Pakistanaca, Pakistanci se plaše Indijaca, i tako je svuda u svetu. To je tako glupo! Plašimo se jedni drugih i zbog tog straha političari postaju važni. Političar govori da će vas spasiti sada, na ovom svetu,

sveštenici govore da će vam obezbediti spas na nekom drugom svetu. I tako zajedno kuju zaveru.

Strah je taj koji dovodi do osećaja krivice, ali ne sam. Strah stvara osećaj krivice uz pomoć sveštenika i političara. Sveštenici i političari su ti koju u vama stvaraju patološki osećaj, podrhtavanje. I onda naravno čovek, koji je po prirodi nežno i krhko stvorenje, postaje uplašen. Onda možete da mu kažete da uradi šta god hoćete i on će to uraditi, znajući savršeno dobro da je to glupo, znajući duboko u sebi savršeno dobro da je to sve glupost - ali, ko zna? Coveka koji se plaši možete da naterate da uradi bilo šta samo da bi se spasao. A pošto je to patološko osećanje koje su vam usadili - neprirodno, vaša priroda se buni protiv toga. Tako s vremena na vreme uradite nešto što je prirodno, nešto što ide protiv neprirodnog straha, i tako se javlja osećaj krivice.

Osećati krivicu znači imati neprirodnu ideju o tome kakav bi život trebalo da bude i šta je to što bi čovek trebalo da uradi. A onda jednog dana počnete da pratite prirodu i radite sve one stvari koje su prirodne, uprkos ideologiji koju poznajete. Osećaj krivice i srama javlja se upravo zbog toga što idete nasuprot ideologiji. Osećate se inferiorno, bezvredno.

Ljudi se ne mogu promeniti ako im se usađuju neprirodne ideje. Stoga su sveštenici u stanju da iskorišćavaju ljude, ali ne i da ih pro-mene. Njih i ne zanima da vas promene; čela ideja sastoji se iz toga da vi većito budete u položaju robova. Oni vam stvaraju svest. Vaša svest i nije *vaša* svest, nju su stvorile religije. One kažu: „Ovo je pogrešno.“ Vi možda u dubini svog bića znate da tu nema ničeg pogrešnog, ali oni kažu da jeste i tako vas hipnotišu još od detinjstva. Hipnoza vas obuhvata, ulazi u sve vaše pore, skoro pa postaje deo vašeg bića. Ona vas zadržava.

Rekli su vam da je seks loš, ali seks je toliko prirodna pojava da vas privlači. A nema ničeg loše u tome ako vas privuče muškarac ili žena. Sve je to deo prirode. Vaša savest, međutim, kaže: „To je pogrešno.“ I vi se zato uzdržavate. Jedna polovina vas kreće ka drugoj osobi, a druga polovina vas sputava. Ne možete da donesete odluku; uvek ste podeljeni, razdvojeni. Ako odlučite da pođete sa tim muškarcem ili ženom, onda će vas savest mučiti: „Počinio si greh.“ Ako ne pođete, priroda će vas mučiti: „Izgladnjuješ me!“ Sada ste sebi postavili duplu obavezu. Sta god da uradite, nakon toga ćete patiti, a što više patite, sve češće se obraćate sveštenicima za savet. Sto više patite, spas vam je sve potrebniji.

Bertran Rasel je potpuno u pravu kada kaže da ako čoveku date potpunu, prirodnu slobodu od njegove takozvane svesti i morala, i ako mu pomognete da postane kompletno, prirodno biće - inteligentno, puno razumevanja, koje živi u skladu sa svojim žarom, a ne tuđim savetom - takozvane religije će nestati sa lica zemlje.

U potpunosti se slažem sa njim. Takozvane religije će nestati sa lica zemlje. Ako ljudi ne pate, onda neće tražiti spas. Bertran Rasel, međutim, ide i dalje u tome kada kaže da će sama religija nestati sa lica zemlje. Tu se ne slažem sa njim. Takozvane religije će nestati, a pošto će te takozvane religije da nestanu, prvi put će se ukazati prilika da se pojavi autentična religioznost. Tu više neće biti hrišćana, hindusa, muhamedanaca: tek tada će se prava religioznost raširiti zemljom. Ljudi će živeti u skladu sa svojom savešću. Tada neće biti osećaja krivice, kajanja, jer ove stvari nikada neće promeniti ljude. Ljudi ostaju isti; oni samo menjaju svoj spoljašnji izgled, svoju formu. U osnovi, ništa se ne menja uz pomoć osećaja krivice, straha, raja, pakla. Sve ove ideje su u potpunosti propale. Ziveli smo u potpuno pogrešnom svetu; stvorili smo pogrešnu situaciju. Ljudi se menjaju samo na površini: hindu postaje hrisćanin, hrišćanin postaje hindu i ništa se više nikada ne promeni. Sve ostaje isto.

Preobraćena prostitutka ispoveda se kao član Vojske spasa na uglu neke ulice jedne

*subotnje večeri, naglašavajući delove priče udarcima u limeni doboš.
„Nekada sam bila grešnica!“, viče ona (bum!). „Nekada sam bila loša žena (bum!).
Nekada sam pila! (bum!) Kockala se! (bum!) Prostituisala sam se! (bum! bum!)
Izlazila sam subotom i pravila pakao od života! (bum! bum! bum!) Sta sada radim
subotom uveče? Stojim na uglu ulice i udaram u ovaj jebeni doboš!”*

DEO III

Opreznost: ključ transformacije

Mnogo je lakše kada prestanete da se identifikujete sa mislima nego sa osećanjima, jer su misli površni-je. Palo je teže da prestanete da se identifikujete sa osećanjima jer su ona dublja, i jače su veza za vaš biološki aspekt, za vaše hemijske reakcije, hormone. Misli su samo oblaci koji lutaju. Oni nemaju veze sa hemijom, biologijom, fiziologijom, niti sa hormonima; oni su samo oblaci koji lutaju i nemaju koren. Osećanja, pak, imaju koren, tako da ih je teško iskoreniti.

Lako je biti oprezan kada je u pitanju teorija relativiteta; teško je biti svedok ličnog besa, ljubavi, pohlepe, ambicije. Razlog tome je što su ta osećanja duboko ukorenjena u te-lu. Svedočenje je pak oštar mač: ono seče misli, osećanja, emocije jednim zamahom. A to ćete iskusiti tako što ćete dublje zaci u meditaciju. Telo će ostati daleko iza vas, baš kao i emocije, misli... Ostaće samo svedočenje. Ono je vaša istinska priroda.

NAPRAVITE MALU DISTANCU

Ako možete da meditirate, ako možete da napravite malu distancu između svoga uma i bića, ako možete da vidite, osetite i iskusite da vi niste svoj um, u vama će doći do neverovatne revolucije. Ako niste jedno sa svojim umom, onda ne možete da budete jedno sa svojom ljubomorom, niti sa svojom tugom ili besom.

Oni su tada samo tu i nemaju nikakve veze sa vama; vi im ne dajete nimalo energije. Oni su zapravo paraziti koji su živeli od vaše krvi, jer ste se identifikovali sa umom. Meditacija dovodi do prekida identifikacije sa umom.

To je jednostavna metoda, nije nešto komplikovano što samo mali broj ljudi može da uradi. Dovoljno je da bilo kada, u bilo kom trenutku, samo sedite u tišini i posmatrate. Zatvorite oči i obratite pažnju na ono što se događa. Samo budite posmatrač. Nemojte donositi sud o tome da li je nešto dobro, ili loše, da li to možda ne treba da se desi, a nešto drugo treba...

Bez osuđivanja, vi ste samo posmatrač.

Potrebno je malo vremena da biste ovladali opažanjem. A kada postanete pravi posmatrač, iznenadićete se kada shvatite da je um nestao.

To je pitanje proporcije: ako ste posmatrač samo jedan procenat, onda ste jedno sa umom devedeset devet procenata. Ako ste deset procenata posmatrač, onda devedeset procenata ide na um. Ako ste devedeset procenata posmatrač, onda za um preostaje deset procenata.

Ako ste posmatrač sto procenata, onda uma nema - nema tuge, nema besa, nema ljubomore - samo jasnoća, tišina, blagoslov.

Čovek mora da počne da posmatra telo: hodanje, sedenje, odlazak u krevet, hranjenje. Trebalo bi da počne od najosnovnijih stvari, jer je to lakše, da bi tek posle toga prešao na suptilnija iskustva. Zatim treba da posmatra misli, da bi tek onda prešao na posmatranje osećanja. Nakon što osetite da možete da posmatrate osećanja, trebalo bi da počnete da posmatrate raspoloženja, koja su čak suptilnija i od osećanja, a pri tom su i neodređenija.

Čudo posmatranja je u tome da dok posmatrate telo, posmatrač postaje jači; dok posmatrate misli, posmatrač postaje jači; dok posmatrate osećanja, posmatrač postaje još jači. Dok posmatrate raspoloženja, posmatrač je toliko jak da može da ostane ono što jeste - da može da posmatra sebe, i baš kao što sveca u mraku osvetljava i sebe, a ne samo ono što je okružuje, on tako osvetljava sebe.

Otkriti posmatrača u njegovom najčistijem obliku predstavlja najveći uspeh spiritualnosti jer posmatrač u vama je sama vaša duša; posmatrač u vama je vaša besmrtnost. Ali ni na trenutak nemojte da pomislite: „Imam ga“, jer ćete ga u tom trenutku promašiti.

Posmatranje je proces koji traje večno; uvek ćete zadirati dublje i dublje, ali nikada nećete

doći do kraja kada možete da kažete: „Imam ga“. U stvari, što dublje budete zalazili, sve ćete više postajati svesni da ste postali deo procesa koji večno traje, koji nema ni početak ni kraj. Ljudi, međutim, posmatraju samo druge; nikada se ne trude da posmatraju sebe. Svako posmatra ono što radi neka druga osoba, šta oblači druga osoba, kako izgleda - to je najpovršnije moguće posmatranje. Svako posmatra; to nije nešto novo u životu što treba da vam se predstavi. To je nešto što samo treba da produbite, da preusmerite sa drugih ljudi na svoja osećanja, razmišljanja, raspoloženja - i, konačno, samog posmatrača.

Jedan Jevrejin je sedeo u vozu naspram jednog sveste-nika. „Recite mi, Vaša svetosti“, upitao je jevrejin, „zašto okovratnik nosite naopako?“

„Zato što sam ja otac“, odgovorio je sveštenik.

„I ja sam otac, ali ne nosim kragnu tako“, rekao je Jevrejin.

„Ah“, reče sveštenik, „ali ja sam otac hiljadama ljudi.“

„Onda biste možda mogli pantalone da nosite naopako“, reče mu Jevrejin.

Ljudi pažljivo posmatraju druge ljude. Lako je smejati se besmislenom ponašanju drugih ljudi, ali da li ste se ikada smejali sebi? Da li ste sebe nekada uhvatili da radite nešto što je besmisleno? Ne, sebe uopšte i ne posmatrate; posmatranje ste usmerili na druge ljude, a to nije ni od kakve pomoći.

Iskoristite ovu energiju opažanja da biste promenili svoje biće. Ona vam može doneti blaženstvo i blagoslov kakav nikada niste ni sanjali. Proces je jednostavan, ali kada počnete da ga primenjujete na sebi, on prelazi u meditaciju.

Čovek od svega može da načini meditaciju. Sve što vas vodi ka vama samima je meditacija. Neverovatno je važno da pronađete svoju meditaciju, jer ćete otkriti da samo to pronalaženje donosi veliku radost. A pošto ste je sami pronašli, i pošto to nije neki vama nametnut ritual, svideće vam se da je dublje ispitajte. Što dublje budete zalazili, osećaćete se srećnijim - obuzeće vas veći mir, tišina, osećaćete se celovitije, dostojanstvenije, gracioznije.

Svi znate kako da posmatrate, tako da neko posebno učenje nije potrebno. Radi se samo o tome da treba da promenite objekat po-smatranja. Približite mu se. Posmatrajte svoje telo i bićete iznenađeni. Ja svoju ruku mogu da pomerim, a da je ne gledam, a mogu da je pomerim i kada je gledam. Vi nećete videti razliku, ali ja mogu da je osetim. Kada je posmatram dok je pomeram, može se primetiti gracioznost i lepota u tom pokretu, smirenost i tišina. Možete da hodate, posmatrajte svaki korak; to će vam doneti sve prednosti hodanja kao fizičke vežbe, a plus će vam doneti prednost veličanstvene, jednostavne meditacije.

Hram u Bodgaji gde je Gautama Buda doživeo prosvetljenje izgrađen je u sećanje na dve stvari: jedna je drvo banjana ispod kog je Buda obično sedeo. A baš pored tog drveta nalazi se malo kamenje po kome može lagano da se seta. Buda bi meditirao, sedeo, a kada bi osetio da je bilo dosta sedenja - telu je potrebno malo vežbe - hodao bi po tom kamenju. To je bila njegova šetajuća meditacija.

Kada sam bio u kampu za meditaciju u Bodgaji, otišao sam do hrama. Tamo sam video budističke lame sa Tibeta, iz Japana i Kine. Svi su oni odavali poštu tom drvetu, a nikoga nisam video da odaje poštu tom kamenju po kome je Buda prešao kilometre i kilometre. Rekao sam im: „To nije u redu. Ne treba da zaboravite kamenje. Njih je Budina noga dotakla nekoliko miliona puta.“ Znam, međutim, zašto im nisu odavali poštu — zato što su potpuno zaboravili da je Buda naglašavao da bi trebalo da posmatrate svaki pokret svog tela: hodanje, sedenje, ležanje. Ne treba da pustite nijedan trenutak da prođe bez svesti o njemu.

Posmatranje će vam izoštriti svest. To je od suštinske važnosti za religioznost; sve ostalo je prazna

priča. I ako možete da ovladate opažanjem, ništa vam više ne treba.

Ja se ovde trudim da vam taj put što više olakšam. Sve religije su činile upravo suprotno, samo su komplikovale stvari - toliko su ih komplikovale, da ljudi nikada ništa nisu isprobavali. U budističkim knjigama, na primer, postoje 33.000 principa koje jedan budistički monah mora da poštuje; nemoguće ih je čak i zapamtiti! Sama cifra od 33.000 je dovoljna da se izbezumite: „Gotov sam! Ceo moj život biće poremećen i uništen." Nađite samo jedan princip koji vam odgovara, koji osećate i to je dovoljno.

Cesto se ponašam dramatično i obuzima me očajanje, ali ponekad uhvatim sebe kako sam tužan i razmišljam o tome kako sam „promašaj". A onda me iznenada spopadne kikotanje, koje ponekad kao da eksplodira u smeli i osećanje potpune sreće. To je toliko jak osećaj da čak ne mogu više da se držim svog dramatičnog ponašanja! Da li to ima neke veze sa, kako Vi to kažete, posmatračem?

Veza između posmatrača i smeha koji Vas obuzima sigurno postoji, jer posmatrač ne samo da može da vidi gluposti koje rade drugi ljudi, već i gluposti koje radi sama osoba.

Posmatrač može da vidi u kakvom se dramatičnom raspoloženju nalazite. Pre nego što se posmatrač umešao, vi ste se identifikovali sa dramatičnim ponašanjem; bili ste zaboravili da je to samo dramatično ponašanje.

Samo posmatrajte ljude. Svako nosi određenu masku za određenu ulogu, ponavlja dijalog u sebi, priprema se. Šta će reći supruzi, zato što kasni, pri tom savršeno dobro zna da nijednom u životu nije uspeo da je prevari, a i dalje radi istu glupost.

Ako se posmatrač umeša, ako se iznenada setite da treba da budete svedok, počecete da se smejete na svoj račun zato što ste takva budala. Svaki dan upadate u istu rupu, i svaki put donosite odluku da nećete to ponoviti. Kada se, međutim, približite rupi, ta privlačnost, ta fascinacija upadanjem u rupu je toliko velika da zaboravite sve svoje odluke. Tešite sebe: „Samo još jednom. Od sutra ću održati obećanje koje sam dao sebi." Ali ovo se desilo već nebrojeno puta. I to ćete raditi celog života, osim ako dozvolite posmatraču da vidi sve budalaste stvari koje radite.

Tu zasigurno postoji duboka veza. Dok posmatrate, počecete da se kikoćete zbog toga što ste se bez potrebe uozbiljili. Niko Vas, u stvari, ni ne gleda; možete da se opustite! Pa čak i da Vas neko gleda, ozbiljno lice nije baš privlačno. Radosno lice, lice obasjano osmesima, ono koje prosto šija, lice je koje vredi posedovati. Ako ćete da budete glumac, onda makar izaberite dobru ulogu!

Svi su izabrali baš gadne uloge; njihova lica su tupava i tužna, njihova energija je kao u lesa. Pa ipak, oni žele da ih svi vole, da ih poštuju. Čak ni psi na njih ne laju, čak ih ni oni ne primećuju; ni ne gledaju ih, samo kažu: „Neka ga, neka ide sa svojom mukom." Psi imaju svoju ideologiju: laju na ljude koji nose uniformu - na policajce, poštare, potpuni su protivnici uniformi. Pravi su pobunjenici. Čela četa prolazi pored psa, i svi su isto obučeni. Pas neće odole-ti iskušenju da se pobuni. Ali kada vi prođete sa svojim tužnim izrazom lica, čak ni pas se neće buniti. Da možete da vidite sebe, sami biste se sebi smejali: „Sta će ti takav izraz?" A iznenadiće vas, ako malo bolje pogledate, videćete da vam se i pas smeje.

Možda ste propustili suštinu. Sledeći put se smejte od srca i pokušajte da uočite osnovnu činjenicu: posmatranje je lakše dok se smejete, jer smejanje nije ozbiljan čin, već prirodan. Smeh u ljudima stvara atmosferu ispunjenu tišinom. Ako se stvarno smejete, um tada prestaje sa radom: „Neka se ova budala prvo ismeje." U takvim trenucima lako možete da uvedete posmatrača.

Samo da bi Vam dao podršku u smehu... i zapamtite da posma-trate i dok se smežete. Prvaci su se okupili oko učiteljice da bi igrali igru „Pogodi životinju“. Na prvoj slici koju je učiteljica pokazala bila je mačka. „U redu, dečaci i devojčice“, rekla je veselo, „može li neko da mi kaže šta je ovo?“

„Znam ja! Znam ja! To je mačka!“, povikao je jedan dečačić.

„Vrlo dobro, Edi. A sad, ko zna kako se zove ova životinja?“

„To je pas“, povikao je isti dečačić.

„Opet tačno. A ova životinja?“, pitala je učiteljica, držeći sliku jelena.

Ćelo odeljenje je začutalo. Nakon minut-dva, učiteljica je rekla: „Nagovestiću vam deco, slušajte. Tako vaša mama zove tatu kad su kod kuće.“

„Znam ja! Znam ja!“, povikao je Edi. „To je napaljeno kopile.“

Mornar se našao na pustom ostrvu i uspeo je da preživi tako što se sprijateljio sa lokalnim domorocima - u stvari, toliko se sprijateljio sa njima, da mu je poglavica dao svoju ćerku da ga zabavlja preko noći. Kasnije te večeri, dok su vodili ljubav, poglavičina ćerka je stalno vikala: „Oga, boga! Oga, boga!“ Nezainteresovani mornar je pomislio da domoroci sigurno na taj način izražavaju zahvalnost kada je nešto fantastično.

Nekoliko dana kasnije poglavica je pozvao mornara na partiju golfa. Poglavica je pogodio rupu prvim udarcem. Željan da upotrebi reci koje je naučio, mornar je radosno povikao „Oga, boga! Oga, boga!“

Poglavica ga je zbunjeno pogledao, i pitao: „Kako to misliš, 'pogrešna rupa'?“

Kada govorite o ljubavi i strasti, o intenzitetu i autentičnosti, obuzme me neka toplina iznutra i osećaj kao da znam čemu je reč - osećam koliko je to istinito na osnovu onoga što sam svojevremeno doživela. Kada govorite, međutim, o odvajanju, o distanciranju, posmatranju, prožimaju me hladan strah mrtvilo. Ne mogu da shvatim taj paradoks. Kako mogu da se zaljubim i da u isto vreme ostanem na distanci? Kako mogu da se izgubim u lepom pogledu i da ostanem odvojena od toga? Jasno mi je to što govorite o bespomoćnom šetanju između raja i pakla, ekstaza i očaj čine moj život. Shvatam da ta bespomoćnost donosi nezadovoljstvo i bol. Ako je, međutim, alternativa tome hladna distanciranost, onda ću radije zadržati svoj raj i pakao, svoju radost, svoju tugu i zaboraviću na posmatranje.

Najvažnija stvar koju treba da znate o životu jeste da je život paradoksalan; život i postoji kroz taj paradoks. Život nije logičan, već je paradoksalan. On postoji između rođenja i smrti, postoji između noći i dana, postoji između ljubavi i mržnje, postoji između muškarca i žene. Postoji između pozitivnog i negativnog naelektrisa-nja, postoji između jina i janga, između Sive i Šakti. Samo pogledajte oko sebe, pogledajte unutra, pogledajte napolje i videćete paradoks u svemu.

Kada bi život bio logičan, onda ne bi bilo paradoksa. Život, međutim, nije logičan, niti može biti! Samo zamislite svet gde bi postojala samo ljubav, a ne i mržnja - onda ljubav ne bi bila moguća; nestala bi zajedno sa mržnjom. Zamislite svet gde postoji samo tama, ali ne i svetlost, ili gde postoji svetlost, ali ne i tama... to je nemoguće. Mesto gde postoji samo rađanje, a ne i smrt - to bi bilo veoma logično, ali i isto tako bilo i dosadno.

Život je dijalektičan, nije logičan. On predstavlja kretanje između polarnosti. Te polarnosti

nisu prave suprotnosti, iako tako izgledaju; one su u isto vreme i komplementarne. Mržnja i ljubav nisu dve stvari; one su, zapravo, jedno, „ljubavmržnja“. To je jedan stvar, „rođenjesmrt“; jedna stvar, „dannoć“; jedna stvar, „muškaracžena“. Isti slučaj kao i sa vrhovima i dolinama Himalaja. Vrhovi ne mogu da postoje bez dolina, niti doline mogu da postoje bez vrhova - oni su zajednica. A ovaj paradoks ćete naći u svakoj oblasti, svuda.

Vi ste rekli: „Radije bih zadržala svoj raj i pakao, svoju radost i tugu, i zaboravila prosvetljenje, ako je alternativa svemu tome hladna distanciranost.“ Ja ne kažem da morate da izaberete hladnu dis-tanciranost. Ja kažem da su strastvena ljubav i hladna distanciranost paradoksi. Isti onaj paradoks koji postoji između rođenja i smrti, ljubavi i mržnje; to je taj isti paradoks. Samo strastvena osoba zna šta je hladna distanciranost. A to će Vas iznenaditi, jer su Vam do sada govorili suprotno.

Govorili su Vam da je Buda hladan, na odstojanju, udaljen potpuno. Da je ovozemaljski čovek strastven i da svetac ne poznaje strast, da ovozemaljski čovek živi vrelim životom, dok se monah okreće manastirskom hladnom životu. To je bilo do sada, ali su i jedan i drugi ostali iskvareni. Ovozemaljski čovek poznaje samo jednu stranu te polarnosti. Tu leži njegova nesreća. On poznaje samo vrelinu; on ne zna umirujuća svojstva Bude. A monah poznaje samo hladnoću, on ne poznaje euforiju, ekstazu, uzbuđenje, neverovatno veselje proisteklo iz vrela strasti.

Postoje, dakle, Grk Zorba, koji poznaje vrelu strast, i naša ideja Bude - primetili ste da sam rekao naša *ideja* Bude - koji poznaje samo hladnu tišinu. Dovedi smo do razdvajanja, a to razdvajanje je uzrok siromaštva ovozemaljskog čoveka, jer on je samo jedna polovina. Ni religiozan čovek nije celina, a dok god nije celovit, ne može postati svetac, on poznaje samo drugi kraj polarnosti. Obojica su nesrećni.

Idite do pijace i pogledajte, a idite i do manastira pa vidite. U manastiru ćete naći neverovatnu bedu, dosadu, mrtvilo, a u očima monaha ćete videti glupost i ništa više. To je zato što se oštrina, raznolikost, bogatstvo izgube kada živite na samo jednom polu.

Po mom viđenju, nema potrebe da biramo. Nemojte da birate i videćete šta sve donosi polarnost. Oba kraja spektra vam pripadaju, i oba morate proživeti. Tako je, morate da budete duboko, žestoko i iskreno strastveni - baš kao i što morate da postanete hladne glave, tihi i mirni. Morate da volite i morate da meditirate. Meditacija i ljubav ne treba da budu razdvojene, one treba da čine celinu kao vrh i dolina. Vrh nudi svoje lepote, kao kada je okupan suncem ili prekriven netaknutim snegom, ili kada ujutru izgleda kao da je pozlaćen, a na mesečini kao da je prekriven srebrom, zatim čist va-zduh, blizina zvezda — skoro da možete da im šapnete nešto. Dolina je isto tako lepa: njena tama i njena tekstura pliša, tama i beskonačnost, tama i misterija koju sobom nosi, senke drveća, zvuk tekuće vode. Oboje su lepi.

Ja vas učim da ne birate, već da prihvatite i jedno i drugo, i oni će se međusobno pomagati i postajace sve intenzivniji. Jednu stranu predstavlja Grk Zorba, drugu stranu predstavlja Gautama Buda - ja vas učim da postanete Zorba Buda. Zato me Zorbe ne vole, ne mogu da zamisle Budu. Materijalisti mi se protive i pitaju me zašto uvodim religioznost u ćelu priču. A takozvani religiozni ljudi su isto tako protiv mene i pitaju me kako mogu da unosim ljubav u život religioznog čoveka, kako se usuđujem da govorim o telu i njegovim radostima. I jedni i drugi se ljute na mene jer ja govorim da staza vodi od seksa do nadsvesti. Jedni bi voleli da stanu kod seksa, a drugi ne bi voleli da pričaju o seksu uopšte, već samo o nadsvesti. Ali ja život prihvatam sa celim njegovim spektrom, ja život prihvatam u celini.

Prihvatiti možete samo onda kada prihvatite u celini; ako nešto odbijete, to znači da

pokušavate da budete mudriji od samog života, od samog postojanja. Postojanje ništa nije odbilo. Vaše mahat-me⁷ pokušavaju da budu mudrije od samog života.

Život se sastoji od polarnih suprotnosti i to je divno. Ako volite, iznenadićete se kada vrlo brzo shvatite da se velika želja javlja sama - da proističe iz ljubavi. Svaki ljubavnik to oseća. A ako to niste osećali, onda niste ni voleli, onda je vaša ljubav mlaka; nije istinski strastvena. Da je strastvena, jaka želja bi se izdvojila: imati svoj prostor, povlačiti se unutra, prepuštati se, nestajati u sebi, jer kada je ljubav tako strastvena, ona vas umara, iscrpljuje, prazni vas. Divno je isprazniti se, ali onda se javlja osećaj da vam je potrebna hrana.

A gde ćete naći hranu? Jednostavno se povučete unutra, po-begnute, zatvorite oči prema svetu i jednostavno zaboravite da drugi postoje... U takvim trenucima, kada se povučete u sebe, akumulirate energiju; opet se osećate ispunjenim. A zatim *prepunje-nim*, i iz te prepunjenosti rađa se želja da pronađete nekoga ko je spreman da podeli tu vašu energiju, vašu pesmu, ko želi da pleše sa vama. Iz samoće se javlja velika želja da budete sa nekim. To je taj ritam.

Ja vam ne govorim da postanete hladni, ja vam ne govorim da izaberete distanciranje i život odvojen od drugih. Ja vam ne govorim da su to dva postojeća aspekta. Ako želite da živite život kroz sve njegove dimenzije - kao materija, duh, telo, duša, ljubav, meditacija, kao istraživanje okoline i putovanje u sebe - ako želite da proživite život u potpunosti, ako želite da ga dišete, ne morate da birate. Ako izaberete, umrećete.

Zato ćete i na pijaci i u manastiru pronaći ljude koji su mrtvi. Nekoliko njih je odlučilo samo da udahne, a nekoliko njih da samo izdahne. Za disanje je potrebno uraditi obe stvari; disanje postaje savršen ciklus kada duboko izdahnate i kada se iz tog izdisaja rodi dubok udisaj; a zatim kada duboko udahnete, iz toga se rada duboki izdisaj.

I zapamtite: ako vam izdisaj nije dubok, nećete moći duboko ni da udahnete. Ako malo izdahnate, malo ćete i udahnuti. Oni održavaju ravnotežu između sebe. Sto više izbacite, više ćete uvući, i obrnuto. Ja vas učim tom jedinstvu.

Nema potrebe da se brinete. Vi se, međutim, brinete zato što ja ponekad učim ljubavi i to vam se sviđa... Ali, dopustite mi da budem iskren. Vi još uvek niste spoznali ljubav. Da ste spoznali ljubav, razumeli biste i drugi pol. Iz sopstvenog iskustva biste shvatili da ljubav stvara veliku potrebu za osamljivanjem, i da samoća stvara veliku potrebu za zajedništvom. Ovoj istini treba svakoga naučiti. Ljubavnici to ne znaju, pa se osećaju krivim ako žele da budu sami. A ako jedna osoba želi da bude sama, druga se oseća odbačenom. To je potpuno nerazumevanje. Ako suprug kaže: „Ostavi me samog večeras“, supruga će se osetiti odbačenom, naljutiće se. Izgleda joj kao da mu više nije potrebna. Ne radi se o tome; oni oboje ne raz'u-meju ćelu tu stvar. A ako jednog dana supruga kaže: „Ostavi me samu“, suprug će biti veoma povređen; njegov muški ego je izuzetno povređen.

Kada kažete svom ljubavniku ili voljenoj osobi: „Želim da budem sama nekoliko dana. Htela bih da odem na planinu na nekoliko nedelja, sama“, druga strana to neće razumeti, jer im jedna osnovna stvar nikada nije rečena, a to je da ljubav stvara želju za samoćom. I ako se ne povučete u samoću, ljubav će vam postati dosadna. Vrlo brzo će se pretvoriti u lažnjak; izgubiće svu autentičnost.

Prihvatite život u potpunosti. Dobro je biti obuzet vrelom strašću, kao i biti pribrano saosećajan. Neka vam ova osećanja predstavljaju krila; nemojte da potkrešete jedno krilo, inače više nikada nećete moći da krenete na taj večni let - let iz samoće u samoću.

Ovako je Plotin to zvao: let individualne duše ka univerzalnoj. Biće vam potrebna oba krila. Ja vas učim ljubavi, učim vas meditaciji - i učim vas neverovat-noj sintezi ta dva. I ne radi se o tome da vi morate da stvorite tu sin-tezu. Ta sinteza je prirodna; vi samo ne treba da je

kvarite. Posmatrajte lična iskustva, i videćete da je tačno ono što govorim, jer ja ovde ne govorim o ideologiji, ja govorim o činjenicama.

Cesto odlikovani ruski heroj vratio se sa zadatka na finskom frontu gde je hrabro službovao. Nekoliko meseci je proveo u planinama usred zime. Ovo mu je bilo prvo odsustvo za godinu dana.

Novinar je došao da ga intervjuiše. Sa sjajem u oku ga je pitao: „Recite mi, kapetane Ivane Petroviču, koja je druga stvar koju ste uradili nakon što ste se vratili supruzi posle godinu dana?”

Ivan je oklevao sa odgovorom: „Druga stvar? Pa, drugo što sam uradio bilo je da izujetn skije.”

Ako ste previše vremena proveli na planini, kako možete prvo da izujete skije?

Brod se vratio u luku nakon što je šest meseci bio na moru. Sve žene iz grada su došle na kej da dočekaju svoje muževe, jedna žena je mahala svom mužu koji je stajao na pramcu i vikala mu: „P.J.! P.J.!”

On je vikao: „P.S.! P.S.!”

„P.J.'PJ.r

„P.S.! P.S.!”

Jedan posmatrač je upitao ženu: „Sta vam znaci to P.J.P.S.?”

„Ja mu govorim da prvo jedemo”, odgovorila mu je žena.

SPUTAVANJE ILI TRANSFORMACIJA

Biti ljudsko biće

i sloboda koja dolazi sa tim

Covek je jedino biće koje može da sputa svoju energiju - ili da je transformiše. Nijedno biće sem njega to ne može. Sputavanje i transformacija postoje kao dva aspekta jednog fenomena, a on je da čovek može da uradi nešto sa sobom.

Drveće, životinje, ptice postoje, međutim oni ne mogu ništa da urade sa svojim postojanjem; oni su njegov deo. Oni ne mogu da stanu sa strane, oni ne mogu da „čine“. Oni su toliko vezani za svoju energiju da ne mogu da se odvoje.

Covek može da čini razne stvari. On može da uradi nešto od sebe. On može sebe da posmatra sa određene distance; on može da vidi energije koje ga prožimaju kao da više nisu deo njega. A takođe može ili da ih sputa ili da ih transformiše.

Sputavanje znači da samo pokušava da sakrije određene energije koje postoje, ne dozvoljavajući im da se pokažu, ne dozvoljavajući im da se ispolje. Transformacija znači promenu energija, njihovo usmeravanje ka novoj dimenziji.

Tu postoji strah, jer imate osećaj da ćete izgubiti kontrolu, a kada jednom izgubite kontrolu, više ništa ne možete da uradite. Ja učim novoj kontroli - kontroli koju donosi posmatranje bića. To nije kontrola manipulativnog uma, već kontrola koju pruža posmatranje bića. Ova kontrola je najviša moguća forma, i toliko je prirodna da nikada nećete imati utisak da nešto kontrolišete. U pitanju je kontrola koja se javlja spontano uz posmatranje.

Ako se držite sputavanja, možete da postanete takozvana ljudska bića: lažnjaci, površni, prazni iznutra, običe lutke, ljudi koji nisu autentični, koji nisu pravi. Ako se ne okrenete sputavanju, već udovoljavanju, bićete kao životinje: lepi, lepši od tzv. civilizovanog čoveka, međutim, samo životinje. Nećete biti na oprezu, nećete biti budni, niti svesni mogućnosti za dalji rast, mogućnosti svojih potencijala kao čoveka.

Ako transformišete energiju, postajete uzvišeni. I zapamtite -kada kažem uzvišeni, to obuhvata obe ove stvari. Divlja životinja sa lepotom svog bića je tu. Ta divlja životinja nije ni odbačena ni odbijena, ona je tu - bogatija, jer je na oprezu. Tu je, dakle, sva divljina i sva lepota, kao i sve ono što je civilizacija pokušavala da nametne, ali je spontano, nije nametnuto. Kada se energija transformiše, priroda i božanstvenost se sastanu u vama - priroda sa svojom lepotom, božanstvenost sa svojom gracioznošću.

Ovo znači biti mudar. Mudrost predstavlja spoj prirode i uzvišenog, susret tela i duše, susret onoga što je dole sa onim što je gore, susret neba i zemlje.

Kažete da ne treba ni da sputavamo ni da se prepuštamo emocijama kao što je bes, već da treba da ostanemo pasivni i u stanju opreznosti i meditacije. Očigledno je da je potrebna neka vrsta unutrašnjeg napora da bi se izbegli sputavanje i udovoljavanje -međutim, zar nije i to neka vrsta sputavanja?

Ne! U pitanju jeste unutrašnji napor, ali ne i „neka vrsta sputavanja“. Nije svaki napor sputavanje.

Postoje tri vrste napora. Jedan ima veze sa ispoljavanjem; kada ispoljite svoj bes, to je jedna vrsta napora. Zatim, druga vrsta napora je sputavanje. Kada ispoljavate ono što činite, vi izbacujete svoju energiju napolje, usmeravate je ka objektu. Vi energiju izbacujete, a druga osoba je meta. Energija se kreće do druge osobe; to za vas predstavlja napor. Kada je sputavate, vi energiju vraćate nazad izvoru, vraćate je svom srcu. Na silu je vraćate nazad; i to je napor, ali se odvija u drugom pravcu. Kod ispoljavanja on ide od vas, dok se kod sputavanja kreće ka vama.

Treća opcija - oprez, pasivni oprez - takođe predstavlja napor, ali je u pitanju drugačija dimenzija. Energija se kreće nagore. U početku to jeste napor. Kada kažem budite pasivno oprezni, u početku čak i pasivnost može da predstavlja napor. Korak po korak, nakon što je upoznate, pasivnost više neće predstavljati napor. A kada prestane da bude napor, ona postane još pasivnija — a što je pasivnija, to više privlači. Vuče energiju nagore.

U početku će sve predstavljati napor, tako da ne treba da budete rob reci. To stvara probleme. Mistici su uvek govorili o nedostatku napora; oni kažu da ne činimo nikakav napor. Međutim, u početku će čak i to predstavljati napor. Kada kažemo: „Nemojte se naprezati“, mislimo na to da se ne treba naprezati na silu. Dopustite mu da se ispolji kroz oprez. Ako ga silite, postaćete napeti. Ako postanete napeti, energija besa ne može da krene nagore i da se transformiše. Napetost je horizontalna; samo um koji nije napet može da se izdigne, da pluta poput oblaka.

Pogledajte oblake kako plutaju bez napora - vi treba da uradite to isto, samo da aktivirate posmatranje; treba da plutate poput oblaka. U početku će vam to predstavljati napor, ali imajte na umu samo to da će napor na kraju nestati. Samo ćete razvijati opreznost i dopuštati joj da napreduje.

Ovo je teško jer jezik stvara poteškoće. Ako vam kažem da se opustite, šta ćete vi uraditi? Uradićete nešto što će vam predstavljati napor. Ali onda vam kažem da se ne naprezete, jer ako to uradite, javiće se napetost, tako da nećete moći da se opustite. Ja vam kažem da se jednostavno opustite. To vas zbunjuje, tako da ćete verovatno pitati: „Šta zapravo mislite? Ako ne treba da se naprežem, šta treba da uradim?“

Ne treba da radite ništa, ali će vam u početku i to što ne radite ništa izgledati kao da radite nešto. Onda ću ja reći: „U redu! Malo se napregnite, ali to naprezanje treba da ostavite iza sebe. Koristite ga samo da biste započeli proces. Vi ne razumete šta to znači ne raditi; razumete samo značenje reci raditi. Koristite se onda jezikom rada i akcije; počnite, ali koristite napor samo kao začetnika procesa. I zapamtite, što pre ga se oslobodite, to bolje.“

Čuo sam da je Mulu Nesrudina, kada je zašao u duboku starost, počela da muči nesanica, nije mogao da spava. Sve je probao - tople kupke, pilule, sredstva za umirenje, sirupe - ali mu ništa nije pomoglo. To je pravilo problem celoj porodici, jer Mula nije mogao da spava pa nikome drugome ne bi dao da spava. Postao je prava noćna mora za sve.

Očajnički su tražili bilo kakvu metodu, bilo kakav lek koji bi pomogao Muli da zaspi, jer je

ćela porodica počela da ludi. Na kraju su doveli hipnotizera. Porodica je radosno došla kod Mule i rekla mu: „Ništa ne moraš da brineš, tata. Ovaj čovek je čudotvorac. On čini da zaspiš za minut. On zna čaroliju sna, tako da ne moraš da brineš. Ništa se ne plaši, i moći ćeš da zaspiš.”

Hipnotizer je Nasrudinu pokazao sat na lancu i rekao mu: „Samo malo vere dovoljno je da se dogodi čudo. Potrebno je da imate malo poverenja u mene. Samo imajte poverenja u mene, i zaspaćete kao beba. Gledajte u ovaj sat.”

Počeo je da pomera sat levo-desno. Nasrudin ga je gledao, a hipnotizer je govorio: „Levo-desno, levo-desno. Kapci Vam postaju teški, teški, teški. Postajete pospani, pospani, pospani.”

Svi su bili radosni - presrećni. Muline oči su se zatvorile, glava mu je pala, i izgledao je kao beba koja pada u dubok san. Počeo je da diše ujednačeno. Hipnotizer je uzeo svoj honorar i prislonio prst na usta, pokazujući time porodici da ne brine, da ih on više neće uz-nemiravati. Zatim se iskrao. Onog trenutka kada je izaša, Mula je otvorio oči i rekao: „Ludak! Je li otišao?”

On se napregao da se opusti, te se i opustio „kao beba”. Počeo je ujednačeno da diše i zatvorio je oči, ali sve to je radio s naporom. Pomagao je hipnotizeru. Mislio je da pomaže hipnotizeru. Napor je, međutim, došao sa njegove strane, tako da se ništa nije dogodilo. Ništa *nije ni moglo* da se dogodi; bio je budan. Da je samo bio pasivan, da je mogao samo da sluša šta mu se govori, ili da gleda ono što mu se pokazuje, zaspao bi. Nije uopšte potrebno da se trudi; sve što je bilo potrebno bilo je pasivno prihvatanje. Međutim, u početku je potrebno napregnuti se čak i da shvatite pasivno prihvatanje.

Nemojte se, dakle, plašiti da probate. Počnite od napora, ali samo imajte na umu da morate da ga ostavite iza sebe. Postaćete pasivni tek onda kada ga ostavite za sobom, a pasivna svest do koje ćete doći donosi prava čuda.

Kada dođe pasivna svest, um više nije tu. Prvi put se otkriva sama suština vašeg bića, a za to postoji razlog. Za sve na svetu što radite potrebno je da načinite mali napor. Ako želite da uradite nešto u spoljnom svetu, potrebno je da se napregnute. Međutim, ako želite da uradite nešto u unutrašnjem svetu, napor nije potreban. Sve što treba jeste da se opustite. U njemu je umetnost ne raditi ništa, baš kao što je rad umetnost u spoljnom svetu.

Pasivna svest je ključ. Ne dajte, međutim, da vas jezik uznemiri. Počnite od napora. Samo imajte na umu da morate da ga se oslobodite, i radite na tome. Čak će i to ostavljanje predstavljati napor; doći će, pak, trenutak kada će sve nestati. Tada ćete biti tu, samo ćete biti tu i nećete raditi ništa - samo ćete biti tu. To „bivanje” zapravo znači prosvetljenost, i sve ono što je vredno znati, imati, što je vredno biti, dogodiće vam se u tom stanju.

Rekli ste, takođe, da ne treba da obraćamo pažnju na negativan sadržaj uma i da mu ne dajemo energiju. Meni je teško da se držim na ivici ignorisanja i da se ne prepustim potiskivanju i tako sve vratim nazad u podsvest. Možete li, molim Vas, da mi kažete kako da napravim razliku između ta dva?

Vi to već znate, to se vidi iz Vašeg pitanja. Vi savršeno dobro znate kada nešto ignorišete, a kada potiskujete. Ignorisati nešto znači prosto ne obraćati pažnju na to. Kada nečega ima, pustite ga da bude tu. Vas to svakako ne brine, bilo da ostane ili da nestane. Vi ne donosite sud. Vi jednostavno prihvatite da je tu, i ne tiče Vas se da li treba da bude tu ili ne.

Kada potiskujete, preuzimate aktivnu ulogu. Počinjete da se rвете sa energijom, na silu je

gurate u podsvesno. Trudite se da je nigde ne vidite. Želite da znate da više nije tu.

Na primer, javi se osećaj besa; samo sedite u tišini i posmatrajte bes. Neka bude tu. Koliko dugo može da bude prisutan? Da li mislite da je besmrtan, večan? Nestaće baš kao što je i došao. Vi samo čekajte. Ne radite ništa u vezi sa njim, niti nešto u njegovu korist, kao ni protiv njega. Ako radite nešto, iskazujete ga, a kada ga iskazujete, stvarate zbrku, jer druga osoba možda ne praktikuje meditaciju; naj-verovatnije je ne praktikuje. Ona će takode reagovati, i njen bes biće veći. Sada ste ušli u vrzino kolo. Vi ste besni, razbesneli ste druge ljude, i sve više se ljutite jedni na druge. Pre ili kasnije će se Vaš bes pretvoriti u duboku mržnju, u ozbiljno nasilje. A dok se krećete u tom vrzinom kolu, gubite svest. Možete da uradite nešto zbog čega ćete se kasnije kajati. Možete nekoga ubiti ili makar to možete pokušati da uradite. I nakon toga možete da pomislite: „Nisam mislila da mogu nekoga da ubijem!" Ali, dozvali ste energiju, a energija može da uradi bilo šta. Energija je neutralna. Može da stvara, može da uništava; može da vam donese svetlo u kući, a može i da je pretvori u pepeo.

Ignorisanje znači da ne radite ništa po tom pitanju. Bes je tu. Samo registrujte to da je bes tu, baš kao što vidite drvo u prirodi. Da li morate da uradite nešto u vezi sa tim? Oblak plovi nebom; morate li da uradite nešto povodom toga? Bes je oblak koji plovi po ekranu vašeg uma. Dakle, posmatrajte; neka plovi.

Ne radi se o tome da li ste na ivici. Ne preuveličavajte stvari. Ovo je sitnica i lako može da se izvede; samo treba da prihvatite da je tu. Ne pokušavajte da ga sklonite, ne pokušavajte ništa da uradite, i nemojte da se stidite zato što ste se naljutili. Čak i ako vas bude sramota, počeli ste da radite - zar ne možete ništa da ne radite?

Tuga je tu, bes je tu. Samo posmatrajte. I budite spremni za iznenađenje; ako možete da posmatrate, a da to posmatranje nije iskvareno, da je čisto — kada ne radite ništa, već samo posmatrate — bes će polako proći. Tuga će nestati, i vi ćete ostati pročišćene svesti. Pre ovoga niste bili toliko pročišćeni, jer je postojala mogućnost da se bes pojavi. Sada se ta mogućnost pretvorila u stvarnost, i nestala je sa besom. Sada ste mnogo čistiji. Pre niste bili tako tihi, tako smireni; sada jeste. Tuga je uzela deo energije; ne bi vam donela dubok osećaj sreće, zamaglila bi vam svest. Bes, tuga i sve ostale negativne emocije vam jedu energiju. Sve one su tu jer ste ih potisnuli, a time što ste ih potisnuli, ne date im da izađu napolje. Strpali ste ih u podrum i zatvorili vrata; one ne mogu da pobegnu. Čak i da žele da pobegnu, vi im ne date. Tokom noći će se pretvarati u košmare, ružne snove. Preko dana će uticati na vaše postupke.

Uvek postoji mogućnost da neka emocija bude prevelika da možete da je kontrolišete. Vi samo potiskujete, i potiskujete, i potiskujete, a oblak se samo povećava. Dođe onda i trenutak kada ne možete da ga kontrolišete. Onda se dogodi nešto, i svet će videti da to radite, ali oni koji znaju mogu da vide da to ne radite *vi*, da ste *vi* pod uticajem jake impulsivnosti. Vi se ponašate kao robot; bespomoćni ste.

Okrećete se ubistvu, silovanju, radite nešto ružno - ali to zapravo ne radite *vi*. Vi ste prikupili sav taj materijal koji je postao toliko moćan da sad može da vas natera da radite razne stvari: stvari protiv svoje volje, protiv sebe. Čak i dok radite to, znate da nije u redu. I sami govorite: „Ne bi trebalo ovo da radim. Sta ja to radim?" Ali, ipak ćete to uraditi.

Mnoge ubice su na sudovima širom sveta veoma iskreno rekle da oni nikoga nisu ubili. Sud, međutim, u to ne može da poveruje, baš kao ni zakon. Ja mogu u to da poverujem, ali sud i zakon su primitivni, još nisu sazreli. Oni se još uvek ne zasnivaju na psihologiji. Oni prosto predstavljaju osvetu društva - nose lepo ime, ali oni rade isto ono što je i čovek uradio. On je počinio ubistvo, sada društvo želi da ubije njega. On je bio sam, ali društvo ima zakon, sud, policiju, zatvor. I sprovešće dug ritual da bi dokazali sebi da „ne ubijamo čoveka, samo

pokušavamo da sprečimo pojavu kriminala". Ali nije tako.

Ako želite da sprečite pojavu kriminala, onda vaš zakon mora da se bazira na psihologiji, psihoanalizi, meditaciji. Onda ćete moći da vidite da nijedan pojedinac nikada nije uradio ništa loše, već da je celo društvo pogrešno organizovano. Društvo je pogrešno organizovano jer uči ljude potiskivanju, a kada se potiskuje, dolazi trenutak kada to preplavljuje čoveka i on postaje potpuno bespomoćan. Čovek postaje žrtva. Svi vaši kriminalci su žrtve, a sve vaše su-dije, političari i sveštenici su kriminalci. Ovo se, međutim, odvija vekovima, tako da je postalo opšte prihvaćeno.

Nemojte ništa da radite, samo ignorišite... to čak nije ni teško, to je jedan veoma jednostavan fenomen. Na primer, u sobi vam se nalazi jedna stolica. Možete li da je ignorišete? Da li morate da uradite nešto povodom toga? Nema potrebe da bilo šta radite. Samo pogledajte sadržaj svog uma sa distance, samo se malo udaljite da biste mogli da vidite: „Ovo je bes, ovo je tuga, ovo je patnja, ovo je zabrinutost, ovo je briga", i tako dalje. Dopustite im da budu tu. „Nisam zabrinut uopšte. Neću raditi ništa u vezi sa njima." I onda će početi da nestaju.

Ako možete da naučite nešto jednostavno, da učinite da ovakve stvari nestanu, svest će vam se pročistiti: vaš pogled će postati prodoran, toliko ćete daleko gledati da ne samo da ćete se promeniti, već ćete i potisnutom sadržaju dozvoliti da ispliva na površinu. Kada shvate da ste naučili da ne potiskujete, stvari će same početi da isplivavaju. One žele da izađu. Niko ne želi da živi u tami vašeg podruma! Kada vide da im dozvoljavate da izađu i da ne moraju da čekaju noć da vi zaspite, same će početi da isplivavaju. Videćete ih kako izlaze iz podruma vašeg bića i izlaze iz vaše svesti. Svest će se polako isprazniti.

To je to čudo, magija: ako je podsvest prazna, zid između svesti i podsvesti se ruši. Sve postaje svest. Prvo vam je jedna desetina uma bila svesna; sada su se sve desetine ujedinile, postale su svesne. Sada ste deset puta svesniji. Proces, pak, može da ide još dublje; može da oslobodi kolektivno nesvesno. Princip je isti. Može da oslobodi kosmičko nesvesno. A ako pročistite sve nesvesne delove koji se nalaze ispod svesti, doći ćete do toliko lepe svesti da ćete na nivo nad-svesti preći onoliko lako kao što ptica leti.

To je vaše otvoreno nebo. Samo što ste vi bili toliko preopterećeni... bili ste pod takvim teretom, da niste mogli da letite. Sada tereta nema. Toliko ste lagani da gravitacija više nema moć nad vašim umom; možete da letite do nadsvesti, do kolektivne ili do kosmičke svesti.

Stanje božanstva nalazi vam se nadohvat ruke. Samo treba da se oslobodite demona koje ste gurali u podsvest. Oslobodite se tih demona i stanje božanstva će vam biti nadohvat ruke. Obe te stvari mogu da se dogode u isto vreme. Pošto očistite donji deo, gornji svet vam postaje dostupan. Zapamtite, ponovo vam govorim, u pitanju je jednostavan proces.

Kakva je veza između ovladavanja sobom i kontrole?

Oni stoje u suprotnosti. Ovladavanje sobom ne nosi u sebi ličnost; ona je potpuno lišena bića. Vlast je tu, ali nema bića koje bi vladalo; nema ničega čime bi se vladalo niti bi moglo da vlada, postoji samo čista svest. U toj čistoti vi ste deo celine; u toj čistoti vi ste sama božanstvenost. Ali tu nema ličnosti.

Kada kažemo „vladanje sobom", koristimo pogrešne reci. Tu, međutim, ništa ne može da se uradi, jer što se takvih visina tiče, svaki jezik je pogrešan; u takvim trenucima obilja nijedna reč nije adekvatna. Kada je kontrola u pitanju, ličnost postoji; kod kontrole ličnost je stvarnija nego ikada. Osoba koja nije pod kontrolom nije toliko pod uticajem ličnosti, pod uticajem ega - a kako bi i mogla da bude? Ona zna svoje slabosti.

Zato ćete se susresti sa zanimljivim fenomenom da su vaši takozvani sveci sebičniji od

grešnika. Grešnici su čovečniji, skromniji. Sveci deluju maltene nečovečno zbog kontrole: oni misle da su su-perbića zato što drže pod kontrolom svoje instinkte, zato što mogu dugo da poste, zato što mogu sebi da uskraćuju seks godinama, pa čak i do kraja života. Oni mogu danima da ostanu budni, da ne zaspe ni na trenutak, zato što imaju toliku moć nad svojim telom, što im prirodno uvećava ego. To pothranjuje njihovu ideju: „Ja sam poseban.“ To pothranjuje njihovu bolest.

Grešnik je skromniji. Mora da bude; on zna da ne može ništa da drži pod kontrolom. Kada se bes javi, on pobesni. Kada ljubav dođe, on voli. Kad tuga dođe, on se rastuži. On ne drži svoje emocije pod kontrolom. Kada ogladni, spreman je sve da uradi da bi došao do hrane; čak i ako treba da je ukrade, uradiće to. Naći će svaki mogući način.

Jedna poznata sufistička priča kaže sledeće:

Mula Nasrudin i još dva sveca su krenula na hodočašće u Meku. Prolazili su kroz jedno selo; to je bio poslednji deo njihovog puta. Skoro su ostali bez novca; ostalo im je samo nešto malo. Kupili su jedan slatkiš zvan alva, ali ga nije bilo dovoljno za svu trojicu, pa su i dalje bili veoma gladni. Šta da rade? Nisu čak hteli ni da ga podele, jer ne bi bilo dovoljno da se svi zasite. Tako su sva trojica počela da se hvališu u stilu: „Ja sam važniji za postojanje, tako da ja moram da preživim.“

Prvi svetac je rekao: „Ja sam postio, ja sam se molio tolike godine; niko od prisutnih nije religiozniji, niti na istom stepenu svetosti kao što sam ja. Bog želi da ja budem spašen, tako da ja treba da pojedem alvu.“

Drugi svetac je rekao: „Da, zna, ti si pravi isposnik, ali ja sam veliki učenjak. Pročitao sam sve spise, ceo život sam posvetio znanju. Svetu nije potreban čovek koji može da posti. Sta ti možeš da uradiš? Ti možeš samo da postiš. Možeš da postiš i u raj! Svetu je potrebno znanje. Svet je toliko neobrazovan da ne može sebi da priušti da me izgubi. Alva treba meni da ide.“

Mula Nasrudin je zatim rekao: „Ja nisam asketa, tako da ne mogu da tvrdim da sam ovladao bilo kakvom samokontrolom. Nisam baš ni učena osoba, tako da ni to ne mogu da tvrdim. Ja sam običan grešnik, a čuo sam da Bog uvek saoseća sa grešnicima. Alva pripada meni.“

Nisu mogli nikako da se dogovore. Konačno su resili da sva trojica odu na spavanje, i da ne jedu alvu: „Neka Bog sam odluči: kome Bog pošalje bolji san, ujutru će taj san presuditi.“

Svetac je u jutru rekao: „Niko ne može više da se takmiči sa mnom, to je sigurno. Dajte mi alvu, jer sam sanjao da sam poljubio Božja stopala. To je najviše čemu jedan čovek može da se nada - koje drugo iskustvo može da bude uzvišenije?“

Učenjak, čovek od znanja, nasmejao se i rekao: „To nije ništa -jer Bog je mene zagrlio i poljubio me! Ti si poljubio njegova stopala? On je poljubio *mene* i on je *mene* zagrlio! Gde je alva? Ona meni pripada.“

Obojica su pogledala Nasrudina i pitala: „Sta si ti sanjao?“

A Nasrudin je rekao: „Ja sam jadni grešnik, moj san je bio potpuno običan - toliko običan da čak nije ni vredan pričanja. Ali, pošto insistirate i pošto smo se tako dogovorili, ispričaću vam ga. Bog mi se pojavio u snu i rekao: 'Budalo! Sta radiš to? Pojedi alvu!'" I kako sam mogao da ga ne poslušam? Tako od alve ništa nije ostalo, sve sam pojeo.“

Samokontrola vam razvija najtananiji ego. Samokontrola nosi u sebi više ličnosti nego bilo šta drugo. Vladanje sobom je, međutim, potpuno drugačiji fenomen; on sobom ne nosi ličnost. Kontrola se neguje, uvežbava; uz veliki napor možete je savladati. Duga je to borba, ali ćete je na kraju dobiti. Vladanje se neguje, ne uvežbava se. Vladanje nije ništa drugo do razumevanje. To nema nikakve veze sa kontrolom.

Bes, na primer, možete da kontrolišete, da ga potisnete, možete da sednete na njega i sakrijete ga. Niko neće znati šta ste uradili, a hvaliće vas jer ste u situaciji u kojoj bi svako pobesneo vi ostali tako mirni, pribrani i kontrolisani. Vi, međutim, znate da su taj mir i pribranost samo na površini i da duboko u sebi ključate. Duboko u sebi nosite vatru, ali je potiskujete u podsvesno, gurate je duboko u pod-svest i sedate na nju kao na vulkan, i nastavljate da sedite na njoj.

Čovek kontrole je čovek potiskivanja. On stalno potiskuje, i pošto to radi, on u sebi skuplja sve ono što ne valja. Ceo njegov život postaje dubrište. Pre ili kasnije, a to će se sigurno desiti, vulkan će da eksplodira - jer postoji granica do koje možete da trpite. Potiskujete bes, potiskujete seks, potiskujete želje svih vrsta, težnje - i dokle tako? Toliko toga možete da zadržite u sebi, a onda vam jednog dana sve izmiče kontroli. Dolazi do eksplozije.

Vaši takozvani sveci, ljudi od samokontrole, lako se daju isprovocirati. Samo malo zagrebite i bićete iznenađeni: istog trenutka se javlja životinja. Svetost im se čak nije uvukla ni pod kožu; oni u sebi nose mnoge demone sa kojima nekako izlaze na kraj. Njihov život je život očaja, jer žive u stalnoj borbi. Ti ljudi su neurotični i na ivici su ludila, uvek hodaju tom tankom linijom. Bilo koja sitnica može se pokazati kao kap koja je prelila čašu. U mojoj viziji života oni nisu religiozni.

Istinski religiozna osoba ne kontroliše ništa, niti bilo šta potiskuje. Ako ste zaista religiozna osoba, onda pokušajte da razumete, ne da kontrolišete. Okrenite se meditaciji, posmatrajte svoj bes, upražnjavanje seksa, svoju pohlepu, ljubomoru, posesivnost. Posmatrajte sve te otrovne stvari koje vas okružuju, samo posmatrajte, pokušajte da razumete šta je to bes, i kroz samo to razumevanje doći će promena. Vi tada postajete svedok, a u svedočenju bes nestaje, kao što se sneg topi kada sunce izađe.

Razumevanje donosi određen osećaj topline; ono je kao sunce koje se rodilo u vama, a led koji vas je okovao počinje da se topi. Ono je kao plamen u vama, koji čini da tama nestaje.

Čovek koji razume, koji meditira, nije čovek koji kontroliše -baš naprotiv. On je posmatrač. A ako želite da posmatrate, morate u potpunosti da odbacite osuđivanje. Čovek koji kontroliše - kritikuje, stalno osuđuje: „Ovo je pogrešno." Stalno nešto ocenjuje: „Ovo je dobro, ovo je zlo, ovo će te odvesti u pakao, ovo će te odvesti u raj." On stalno kritikuje, osuđuje, hvali, bira. Čovek koji kontroliše živi od izbora, dok čovek koji razume živi bez postavljanja bilo kakvih izbora.

Svest koja ne bira dovodi do prave transformacije. A pošto se ništa ne potiskuje, ego ne raste. Nema „ličnosti" da poraste. A kako je razumevanje subjektivan fenomen koji se odvija unutar osobe, niko ne zna za njega. Niko to ne može da vidi osim vas. Ego, pak, dolazi spolja, potiče od drugih ljudi, od onoga što kažu o vama. Mišljenje drugih ljudi je to koje stvara vaš ego. Ljudi kažu da ste inteligentni, da ste poput sveca, kažu da ste tako pobožni - i naravno da se osećate dobro! Ego potiče spolja, to je nešto što vam drugi ljudi daju. Oni, naravno, kažu jednu stvar pred vama, a nešto potpuno drugačije kažu vama iza leđa.

Sigmund Frojd je imao običaj da kaže da kada bismo odlučili da svako govori istinu dvadeset četiri sata, samo istinu, sva prijateljstva bi se prekinula. Sve ljubavi bi se tada prekinule, svaki brak bi propao. Ako bi se donela odluka da celo čovečanstvo govori samo istinu dvadeset četiri sata... Kada bi neki gost pokucao na vaša vrata, vi mu ne biste rekli: „Napred, dobrodošao, baš sam ti se nadala. Koliko je prošlo otkako se nismo videli! Baš sam se pitala gde si. Baš si me obradovao." Rekli biste istinu, kako se zaista osećate. Rekli biste: „Dakle, ovaj kreten opet dolazi! Kako da se otarasim ovog idiota?" To je duboko u vama, to je ono što držite pod kontrolom. To je ono što ćete reći nekome, a toj osobi iza leđa.

Povedite računa o sebi, šta govorite ljudima u lice, a šta njima iza leđa. Ono što kažete nekoj

osobi iza leda je bliže istini, bliže vašim osećanjima, u odnosu na ono što joj kažete u lice. Ego, međutim, zavisi od onoga što vam ljudi kažu, i veoma je krhka stvar - toliko je krhka, da na svakom egu piše - „Pažljivo rukovati“.

Pieracki, Poljak, Odum, crnac i Alvares, Meksikanac, žive li su zajedno i bili su u potrazi za poslom. Pieracki se jedne večeri vratio kući i rekao da je našao posao. „Hej, momci, probudite me ujutru u šest“, rekao je. „Moram da budem na poslu do pola sedam.“

Dok je Pieracki spavao, Odum je rekao Alvaresu: „On je dobio posao zato što je beo. Mi ne možemo da dobijemo posao jer je naša koža crna, odnosno braon.“ Tokom noći su ga namazali imalinom i dogovorili se da ga probude malo kasnije da bi momo da požuri da stigne na posao.

Kada je Pieracki sledećeg jutra stigao na posao, šef ga je pitao: „Ko si ti?“

„Juče ste me zaposlili“, odgovori on. „Rekli ste mi da budem ovde u pola sedam!“

„Ja sam zaposlio belca - ti si crn!“

„Nisam!“

„Jesi, jesi! Idi, pogledaj se u ogledalu!“

Poljak je požurio do ogledala, pogledao se i uskliknuo: „Bože! Probudili su pogrešnog čoveka!“

Ego zavisi od ogledala. A svaka veza funkcioniše po principu ogledala, svaka osoba koju sretnete predstavlja ogledalo, i tako vas ego kontroliše.

Zašto ego, uopšte, kontroliše sve? On drži sve pod kontrolom jer društvo ceni kontrolu, jer vam društvo uvećava ego ako držite stvari pod kontrolom. Ako se vodite idejama društva, njegovim moralom, njegovim puritanizmom, njegovim idejama o svetosti, ono će vas sve više i više hvaliti. Sve veći i veći broj ljudi će vas poštovati; vaš ego samo leti visoko, doseže neslućene visine.

Imajte, međutim, na umu da vam ego neće doneti nikakvu pro-menu. Ego je najnesvesniji fenomen koji može da vas obuzme; čini-će da budete sve manje i manje svesni. A osoba koja živi kroz svoj ego, skoro je potpuno opijena njime; nije sva svoja.

Fernando se ženio. Proslava je bila velika, a vino se točilo kao da je voda. Sve je bilo u redu do trenutka kada Fernando nije mogao da pronađe svoju lepu mladu. Tražeći je među gostima, video je da nema ni njegovog drugara Luisa.

Fernando je počeo da obilazi prostorije. Otišao je do mladine sobe i video Luisa kako vodi ljubav sa njegovom mladom. Fernando je tiho zatvorio vrata, i vratio se gostima.

„Brzo! Brzo! Dođite da vidite!“, povikao je. „Luis je toliko pijan da misli da je ja!“

Ego vas praktično drži u stanju pijanstva. Ne znate ko ste, jer verujete onome što drugi kažu o vama. A ne znate ni ko su ti drugi ljudi, jer verujete u ono što ljudi kažu o njima. I ceo taj svet u kome živite je iluzoran.

Probudite se, osvestite se. Kada postanete svesni, ovladaćete svojim bićem. Ovladavanje ne poznaje ličnost, niti ličnost zna išta o ovladavanju. Neka vam to bude u potpunosti jasno.

Ja vas ne učim samokontroli, samodisciplini. Moje učenje vodi vas ka samosvesti, ka transformaciji. Zeleo bih da nemate granica baš kao i nebo - jer to ste vi, zapravo.

MISAO, OSEĆANJE, POSTUPAK

Upoznajte svoj „tip“

Misli su velika preokupacija. Ljudi koji previše razmišljaju stalno su u nekom privatnom svetu. Oni imaju svoj svet misli i snova, projekcija i želja. Oni stalno negde žure, ali nikada ne gledaju drveće, zelenilo, cveće, ptice, ljude, decu; ne mogu ništa da vide.

Čuo sam jedan stari vic, ali on govori nešto veoma važno: Mikelandelo je radio na poznatoj tavanici Sikstinske kapele. Sedam godina je radio na visokim skelama, ležeći tako po ceo dan na leđima i slikajući. Više puta je primetio da bi po podne, kada nema nikoga u crkvi, jedna starija šlepa žena dolazila da se pomoli. Neko bi je uveo i ostavio, a ona bi satima sedela i molila se.

Jednog dana, jednog toplog popodneva, Mikelandelu se nije radilo, te je tako seo na skelu i pogledao dole. Samo je starica bila tu, ostatak crkve je bio potpuno prazan. Bila je posvećena svojoj uobičajenoj molitvi, a suze su joj tekle... Mikelandelo je osetio želju da se našali. „Ja sam Isus Hrist!“, povikao je. „Šta želiš? Samo mi kaži i to ću ti ispuniti.“ Očekivao je da će žena reći šta želi. Ali, ona je podigla glavu, i rekla: „Ti umukni! Ne pričam sa tobom, već sa tvojom majkom!“

To se zove zaokupljenost. Ko još vodi računa o Isusu Hristu? Kada vas zaokupi neka misao, ili više njih, postajete zatvoreni. Samo taj deo tunela je osvetljen. Vi se krećete tim tunelom, ali tunel vaših misli nema nikakve veze sa stvarnim svetom. To je vaša *misao*, to je samo vibracija u vašem umu, samo vibracija. Zato je tužno što zbog svojih misli ne možete da spoznate istinu.

Svaka vrsta meditacije vodi jednoj stvari, a to je stanje bez misli. I baš kao što misli ispunjavaju um, tako emocije ispunjavaju srce. Misli moraju da odu ako želite da znanje dođe na njihovo mesto, a ako želite da vam ljubav ispuni srce, onda ćete morati da se oslobodite emocija i sentimentalnosti.

Ljudi su spremni da prihvate to da misli moraju da nestanu da bi ostala čista inteligencija, ali nisu razmišljali o ovoj drugoj stvari - da je srce čisto samo kada nije ispunjeno emocijama i takozvanim sentimentima. Mnogi ljudi misle da su sentimentali osetanja, ali nisu u pravu. Misli nisu isto što i inteligencija, niti je sentimentalnost isto što i ljubav. A samo dva puta postoje.

Svi mistici govore o dva puta: put znanja, inteligencije i put osećanja, ljubavi. Ali, za oba puta je esencijalna jedna stvar. Ako se u svojoj potrazi koristite inteligencijom, odbacite razmišljanje tako da inteligenciju ništa ne sputava. Ako se odlučite za put ljubavi, onda odbacite emocionalnost, sentimentalnost, tako da ne sputavaju vašu ljubav. Istinu ćete videti ili koristeći se srcem, koristeći se odrazom srca, ili ćete je naći u odrazu inteligencije. Oba puta su savršeno dobra; šta god da izaberete ili šta god da osećate u skladu je sa vama.

Staza srca je ženska staza, dok je staza inteligencije, meditacije, znanja muška staza. Ali,

zapamtite jednu stvar: možete biti muškarac biološki, ali možda nećete biti to isto psihološki. Možda ste žensko biološki, ali zato možda niste žensko psihološki. Psihologija ne donosi odluke, psihologija dela. Mnoge žene će istinu pronaći kroz znanje, dok će je mnogi muškarci pronaći kroz ljubav.

Dakle, ne uzimajte zdravo za gotovo to da je vaš put - put znanja zato što posedujete telo muškarca, ne. Muškarac je u isto vreme i muškarac i žena, kao što je žena - žena i muškarac. Ovo dvoje susreću se na mnogo načina. Jedina razlika je u naglasku. I ako ste muškarac na jedan način, bićete žena na neki drugi način, da biste to nadomestili. Ako ste žena na jedan način, bićete muškarac na neki drugi, da biste to nadomestili, jer potpuno jedinstvo mora biti u ravnoteži. Svi muški i ženski aspekti - biološki, fiziološki, psihološki - moraju da dostignu sintezu; u suprotnom ne mogu da postoje. Svi moraju uspostaviti savršenu ravnotežu.

Zato se zagledajte u sebe. Otkrijte ko ste. Odakle crpите entuzijazam -iz znanja ili iz ljubavi? Sta vas čini ekstatičnim, znanje ili ljubav? Sta budi pesmu vašeg bića?

Albert Ajnštajn je taj koji ne može da ide stazom ljubavi; njegova radost potiče od njegove inteligencije. A postojanju možete da ponudite samo svoju radost, i ništa drugo. To je ponuda, jedina ponuda; ne možete mu ponuditi cveće koje ste ubrali sa drveta, možete mu ponuditi samo *svoje* cveće. Ajnštajn je procvetao u apsolutno fantastičnu inteligenciju - to je cvet koji on ima da ponudi postojanju. To je *njegov* cvet; cvet koji je procvetao na njegovom drvetu. Caitanja i Isus su drugačija vrsta ljudi. Njihovo srce je otvoreno, oni su procvetali kroz ljubav. Oni mogu da ponude *svoj* cvet. Možete ponuditi samo svoj cvet, a da biste procvetali, moraćete da uklonite sve ono što vas koči.

Prava inteligencija nije opterećena mislima. Zato svi veliki naučnici kažu da su otkrili nešto veliko ne onda kada su o tome razmišljali, već kada su prestali da razmišljaju i kada su napravili pauzu, rupu. U toj rupi nalazi se uviđanje: tu će intuicija da zasija, kao munja.

Kada misli nestanu, razmišljanje postaje čisto. Izgledaće vam paradoksalno. Kada misli nestanu — ponoviću — razmišljanje postaje pročišćeno, vaša sposobnost da reflektujete realnost je čista. Kada nestanu emocije, kada nestane sentimentalnosti, tada vam ostaje čista ljubavna energija.

Svako ko je traži mora da je nađe. Čak i ako ćete ponekad biti zbunjeni kada budete donosili odluku. Postoje ekstremni slučajevi koji su četrdeset devet procenata ženstveni i pedeset jedan procenat muževni, ili obrnuto, i njima je veoma teško da odluče ko su. Ujutru taj odnos može da bude četrdeset devet procenata muškarac, pedeset jedan procenat žena; uveče taj odnos može da se promeni. Co-vek je fluks. Ujutru možete da odlučite da krenete stazom ljubavi, a da uveče odlučite da idete stazom znanja.

Ponekad se dešava da ste na površini jedno, a da u sebi nosite drugo. Ponekad se dešava da muškarac izgleda veoma muževno, a da duboko u sebi ima meko srce. Možda je baš zbog tog mekog srca podigao oko sebe zid snage, agresije - zato što se plaši sopstvene blagosti. On se plaši da će ga ta blagost učiniti ranjivim, da će ga svako iskorištavati i varati ako otvori srce, da neće naći svoje mesto u ovom svetu gde se svi takmiče. Pošto se plaši toga da bude blag, postao je zatvoren, podigao je veliki kineski zid oko sebe. Postao je agresivan u onoj meri u kojoj misli daje blag i ranjiv. Tako da ako razmišlja o sebi na osnovu onoga kakav je na površini, misliće da je veoma jak čovek, ratnik, proračunat. Upravo njegov štit ga može navesti na pogrešan put, njegova, varka ga može obmanuti. On je tu obmanu smislio zbog drugih, ali treba da shvatite da kad drugima kopate jamu, sami u nju upadate.

Takode, neko može da izgleda veoma ženstveno - da bude blag, graciozan, elegantan - a da duboko u sebi bude opasan čovek, da bude Adolf Hitler, ili Benito Musolini, ili Džingis-kan.

I to je moguće, i to se dešava. Kada čovek počne da se plaši svoje agresije i nasilnog ponašanja, on stvara atmosferu blagosti oko sebe; u suprotnom, niko ne bi uspostavljao odnose sa njim. Čovek se plaši da se niko sa njim ne bi družio, pa tako postaje veoma ljubazan, uči se etici, uvek se klanja ljudima, smeška se često tako da niko ne može da vidi nasilje koje nosi u sebi kao otrov, poput bodeža. Ako imate bodež, morate ga sakriti; ko će, u suprotnom, da se družiti sa vama? Ne možete ga otvoreno nositi, morate negde da ga sakrijete. A kada ga sakrijete, polako ćete početi da ga zaboravljate.

Jedna od uloga koju ima učitelj jeste da vam pomogne da sagledate svoj realni potencijal, jer vas on može obmanuti: neće vas obmanuti ni štit, ni vaš karakter, niti ono kako se prikazujete na površini, već vi sami, sama suština vašeg bića. Vi, onakvi kakvim vas je postojanje načinilo, ne vi onakvi kakvim vas je društvo ili vi sami načinilo. Tek od ovog trenutka stvari počinju da se razvijaju.

Ako počnete da radite na sebi dok još uvek nosite štit, nikada se nećete razviti, jer štit ne može da raste, on je mrtva stvar. Samo biće može da raste. Strukture ne mogu da rastu, one nisu žive. Samo život može da raste: život koji je dar prirode.

Meditacija vam može pomoći na dva načina. Kada meditirate, svaki pokret nestaje - tada sedite kao Buda, potpuno mirni, kao statua. Kada nestane svaki pokret, nestaje i osoba koja se kreće, jer osoba koja se kreće ne može da postoji bez pokreta. Tada počinje meditacija.

Druga stvar koju vam omogućava je ples. Možete da igrate i igrate i igrate i tako ćete doći do trenutka ekstaze, do trenutka kada ćete pokrenuti neverovatnu količinu energije, koju ego jak kao ste-na ne može da podnese. Tada će početi da puca. Stena će nestati, i ostaće samo ples. Pokret je tu, ali nema više osobe koja se kreće. Opet na scenu stupa meditacija.

Onima koji idu putem ljubavi će ples savršeno odgovarati. Onima koji idu stazom znanja će sedenje poput Bude, u stanju mirovanja, pak biti od pomoći.

Možete li da kažete nešto više o ovim različitim tipovima? Čini se da mnogi ljudi idu od emotivnog tipa ka intelektualnom i nazad - kako onda čovek da vidi kom tipu pripada?

To je teško. Psihologija poznaje tri osnovna tipa funkcionisanja. Prvi je intelektualni, ili kognitivni. Drugi je emotivni, ili emocionalni, a treći je aktivni. „Intelektualan“ je onaj ko ima iskrenu potrebu da zna. On može da da svoj život za znanje. Neko ko pravi otrov može da ga uzme samo da bi znao šta će da se desi. Mi to ne možemo da shvatimo. Takav čovek izgleda glupo - jer će da umre! U čemu je poenta da znate nešto ako ćete da umrete? Sta ćete onda uraditi sa tim znanjem? Intelektualan tip, pak, stavlja znanje ispred življenja, ispred života. Njemu znanje predstavlja život, a neznanje smrt. Znati po njemu znači voleti, ne znati znači biti beskoristan.

Jedan Sokrat, Buda, Niče, svi oni su u potrazi za tim šta je biće, šta smo to mi; njima je to osnov svega. Sokrat kaže da život koji nije shvaćen nije vredan življenja. Ako ne znate šta je život, onda on gubi smisao. Nama on možda nema smisla, sama izjava nam možda nema smisla, jer mi i dalje živimo i ne osećamo potrebu da znamo šta je život. Međutim, ovaj tip živi za to da zna. Znanje je njegova ljubav. Ovaj tip je razvio filozofiju. Reč *filozofija* znači „ljubav prema znanju“.

Drugi tip je emotivan, osećajan. Za ovaj tip čoveka znanje je besmisleno ako ga ne oseća. Ovakvim ljudima nešto ima smisla tek onda kada to i oseće - čovek mora to da oseći! Osećanje se odvija kroz jedan centar koji je smešten malo dublje, kroz srce. Do znanja se

dolazi korišćenjem intelekta. Pesnici pripadaju ovoj kategoriji osećanja - kao i slikari, plesači, muzičari. Znati nije dovoljno. Znanje je suvoparno, ne nosi sa sobom srce, bezosećajno je. Osećanje je prava stvar! Intelktualan tip tako može da secira cvet da bi znao šta je, dok pesnik ne može da ga secira. On može da ga voli, a kako ljubav može da secira cvet? On može da ga oseti, i on zna da se pravo znanje stiče uz pomoć osećanja.

Tako može da se desi da naučnik zna više o cvetu od pesnika, ali pesnik nikada neće biti ubeđen da naučnik zna više. Pesnik zna da *on* zna više, da je njegovo znanje dublje. Naučnik je samo upoznat sa cvetom; pesnik poznaje njegovo srce, on je otvoreno razgovarao sa cvetom. Nije ga secirao, on ne zna njegov hemijski sastav. Onmu čak možda ni ime ne zna, kojoj vrsti cveća pripada, ali zato kaže: „Ja znam njegovu suštinu.”

Hui-Haiju, zen slikaru, stigla je naredba kineskog vladara da njegovu palatu oslika cvećem. Hui-Hai je rekao: „Moraću onda da živim sa cvećem.”

„Nema potrebe”, reče mu na to vladar. „Moj vrt je pun cveća. Samo dodji i slikaj.”

„Kako da slikam cveće, ako ga ne osećam?”, pitao je Hui-Hai. „Moram mu upoznati duh. A kako se očima može spoznati duh, i kako se rukama može opipati? Zato moram živeti i biti blizak sa njim. Ponekad mogu da sedim zatvorenih očiju, samo da sedim među cvećem, osećam povetarac koji razgovara sa njim, mogu da ose-tim miris koji se širi, i tada uspostavljam nemu komunikaciju sa njim. Ponekad je cvet samo pupoljak, ponekad je cvet. Ponekad je cvet mlad i obuzet jednim osećanjem, a ponekad cvet stari i smrt koja mu se bliži se oseća. Ponekad je cvet srećan i slavi to, a nekad je tužan. Kako onda mogu samo da slikam? Moraću da živim sa cvećem. Svaki cvet koji se rodi jednog dana će umreti - moram znati ceo njegov život, moram živeti uz cvet od trenutka kada se rodi do trenutka smrti, i moram osetiti svako njegovo raspoloženje.”

„Moram da znam kako se oseća kada padne noć, a kako ujutru kada sunce izađe; potrebno mi je da znam kako se oseća kada ptice lete i pevaju. Kako mu je kada se pojavi olujni vetar, a kako kada je sve tiho... Moram upoznati sve strane njegovog bića - njegovu intimu - kao prijatelja, kao učesnika, svedoka, kao ljubavnika. Moram se povezati sa njim! Tek tada mogu da ga naslikam, ali ni to ne mogu da obećam, jer može se ispostaviti da je veličina cveta tolika da ja to možda neću moći da naslikam. Ne mogu, dakle, ništa da obećam, mogu samo da pokušam.”

Šest meseci je prošlo, i vladar je postao nestrpljiv. Upitao je tada: „Gde je Hui-Hai? Je li još uvek pokušava da uspostavi vezu sa cvećem?”

„Ne smemo da ga uznemiravamo”, reče baštovan. „Postao je toliko blizak sa vrtom da ponekad kada prođemo kroz njega i ne osetimo da je čovek prisutan - praktično je postao drvo! Stalno raz-

Prošlo je još šest meseci. Vladar je otišao do Hui-Haija i rekao mu: „Sta to radiš? Kada ćeš da počneš da slikaš?”

Hui-Hai mu je odgovorio: „Nemojte da me uznemiravate. Ako ću da slikam, ja moram potpuno da zaboravim na slikanje. Nemojte zato da me podsećate, i ne uznemiravajte me! Kako mogu da se zbližim sa cvećem ako tu postoji neka svrha? Kako je moguće da se zbližimo ako sam ja ovde kao slikar koji pokušava da se zbliži sa njim da bi slikao? Kakva glupost! Ovde nema mesta poslovnom dogovoru, i zato nemojte da se vraćate. Kada dođe vreme, ja ću doći vama, ali ne mogu ništa da obećam. Pravo vreme može da dođe, ali i ne mora.”

Tri godine je vladar čekao. A onda je Hui-Hai došao. Došao je na dvor, i vladar ga je samo gledao. Rekao mu je: „Nemoj sada da slikaš... jer postao si baš kao cvet. U tebi vidim svaki

cvet koji sam ikada video! Tvoj pogled, tvoji gestovi, tvoje kretanje postalo je baš kao u cveća."

Hui-Hai je rekao: „Došao sam da kažem da ne mogu da slikam, jer čovek koji je mislio da će da slika više ne postoji."

Ovaj put je drugačiji, put emotivne osobe koja spoznaje koristeći se osećanjima. Kada je intelektualni tip u pitanju, on prvo mora da zna da bi nešto osetio. On prvo spoznaje, pa tek onda oseća. Osećanja mu dolaze kroz znanje.

Zatim dolazi i treći tip, koji je aktivan - kreativan tip. On ne može da se zadovolji znanjem i osećanjima, on mora da stvara. On može da spozna samo kroz stvaranje. On ne može da zna nešto, osim ako nešto ne stvori. On spoznaje kroz stvaranje.

Ovaj treći tip živi aktivno. Šta podrazumevam pod tim „aktivno"? Postoje mnoge dimenzije, ali ovaj treći tip je uvek okrenut akciji. On neće pitati koja je svrha života ili šta je život. On će pitati: „Čemu život služi? Šta treba stvoriti?" Ako može da stvara, onda je miran. Njegove kreacije mogu biti različite. On može da stvara ljudska bića, može da stvara društvo, može da stvara slike - ali stvaralaštvo je tu prisutno. Hui-Hai, na primer: on nije bio aktivan tip, tako da se u potpunosti presпустиo osećanjima. Da je bio aktivan tip, onda bi slikao. Samo bi kroz sliku doživeo ispunjenost. Ovo su, dakle, tri tipa funkcionisanja.

Mnogo šta mora da se razume.

Prvo, rekao sam da i Buda i Niče pripadaju prvom tipu - Buda, međutim, pripada na pravi način, a Niče ne. Ako se intelektualni tip zaista razvija, onda će postati Buda. Ako, međutim, krene pogrešnim putem, ako poludi i promaši poentu, postaće Niče, izgubiće razum. On neće biti ostvarena duša kroz znanje, njega će znanje dovesti do ludila. On kroz znanje neće doći do poverenja. On će stvarati sumnju, sumnju, sumnju i na kraju će, zarobljen sopstve-nom sumnjom, jednostavno poludeti. Buda i Niče pripadaju istom tipu, ali su dva ekstremna slučaja. Niče može da postane Buda, baš kao i što Buda može da postane Niče. Ako Buda načini grešku, po-ludeće. Ako Niče krene pravim putem, postaće ostvarena duša.

Kao primere osećajnog tipa navešću indijsku mističarku Miru i markiza De Sada. Mira pripada pravoj vrsti osećajne osobe. Ako su osećanja prava, razvijaju se u božansku ljubav; ali ako skrenu, pretvaraju se u seksualnu perverziju. De Sad pripada istom tipu kao i Mira, ali energija njegovih osećanja ide u pogrešnom pravcu, što ga čini običnim perverznim čovekom, koji je skrenuo pameću.

Ako osećajan tip načini grešku, on postaje seksualni perverznjak. Ako intelektualni tip napravi grešku, on postaje skeptični luđak.

A što se tiče trećeg tipa od akcije, tu su Hitler i Gandi. Ako krene dobrim putem, postaće Gandi. Ako krene pogrešnim, onda Hitler. Obojica su ljudi od akcije. Oni ne mogu da žive ako nešto ne *rade*. Čak i raditi nešto može značiti biti lud, a upravo je Hitler bio lud. On jeste radio, ali je njegov rad bio destruktivan. Ako aktivan tip krene pravim putem, onda biva kreativan; ako krene pogrešnim, postaje destruktivan.

Ovo su tri osnovna, pročišćena tipa. Niko, međutim, nije čist tip; u tome je stvar. Ovo su samo kategorije - niko nije jedan konkretan tip, svako je mešanac, svi nose sva tri tipa u sebi. Tako da zapravo i nije pitanje kom tipu pripadate; pravo pitanje je koji tip pre-ovladava u vama. Samo da vam pojasnim: ljudi se mogu podeliti po kategorijama, ali niko ne pripada jednom tipu u potpunosti, to nije moguće, jer sva tri tipa nosite u sebi. Ako su sva tri u ravnoteži, znači da ste postigli harmoniju; ako izgube ravnotežu, poludećete, izgubićete razum. U tome je težina odlučivanja. Zato treba da odlučite koji tip će biti dominantan i to će

biti vaš tip.

Kako da odlučite koji tip je dominantan? Kako da znam kom tipu pripadam i koji tip je značajan za mene, koji tip je meni najvažniji? Sva tri će biti tu, ali će jedan biti sekundaran po važnosti. Treba, dakle, zapamtiti dva kriterijuma. Prvi, ako ste tip znanja, onda će svako vaše iskustvo u suštini da počne od znanja i ni od čega drugog. Na primer, ako se tip znanja zaljubi, to ne može da se desi na prvi pogled. Ne može! To je nemoguće. On prvo mora da zna, mora da se upozna, a to će biti dug proces. Odluka može da bude rezultat samo dugog procesa sticanja znanja. Zbog toga će ova osoba uvek propuštati mnoge prilike, jer biće potrebno da se donese odluka u trenutku, a ovaj tip ljudi to ne može da uradi. Zbog toga ovaj tip ljudi nikada nije aktivan. On to i ne može, jer dok on ne donese odluku, trenutak je već prošao. Dok on razmišlja, vreme prolazi. Dok takva osoba donese zaključak, on postane besmislen. Kada dođe trenutak odluke, on to ne može da uradi. On ne može zaista da bude aktivan. To je jedna od nesreća ovog sveta: da oni koji misle ne mogu da budu aktivni, a da oni koji mogu da budu aktivni ne mogu da misle. Ovo je jedna od osnovnih nesreća, ali tako je.

I uvek imajte na umu: veoma mali broj ljudi pripada tipu znanja. Taj procenat je mali, možda dva ili tri procenta najviše. Njima sve počinje od znanja. Tek onda slede osećanja, pa akcija. To je redosled za ovaj tip ljudi - znanje, osećanje, akcija. Možda će takva osoba i da promaši nešto, ali takva je. Ona će uvek prvo da razmišlja.

Druga stvar koju treba da imate na umu jeste da će tip znanja uvek da krene od znanja, nikada neće donositi zaključak ako ne sazna, i neće zauzimati stav ako mu nisu poznate sve činjenice za i protiv. Ovaj tip ljudi postaje naučnik. Covek koji pripada ovom tipu može da postane nepristrasan filozof, naučnik, posmatrač.

Dakle, kako god da reagujete ili započinjete nešto u određenoj situaciji, morate da vidite kako počinje. Početna tačka će odrediti ono što je dominantno. Onaj ko je okrenut emocijama prvo će početi da oseća, a zatim će se okrenuti razumu. Razum će biti na drugom mestu. On će, dakle, prvo početi da oseća. On vas pogleda i već u duši oseća da li ste dobra ili loša osoba. To je odluka osećanja. On vas ne zna, ali će već na prvi pogled doneti odluku. On će osetiti da li ste dobri ili zli, i tek onda će prikupljati razloge za ono o čemu su već doneli odluku.

Tip osećanja prvo donosi odluku - i tek onda se okreće razumu, racionalizaciji. Zato se zagledajte u sebe da biste videli da li prvo odlučujete čim vidite osobu, da li ste odmah ubeđeni da je dobra, loša, ljubazna, neljubazna, pa tek onda tražite razloge, tek onda pokušavate da ubedite sebe da je prvi osećaj tačan: „Da, bio sam u pravu, on je dobar, i ovo su razlozi. Sve vreme sam to znao, i sad se potvrdilo da sam bio u pravu. Pričao sam sa drugim ljudima. Sada mogu da kažem da je dobar." Međutim, prvo je došao zaključak da „je dobar".

Kod osećajnog tipa logički silogizam ide unazad. Prvo dođe zaključak, pa zatim proces zaključivanja. Kod čoveka razuma zaključak nikada ne dolazi prvi. Prvo ide proces zaključivanja, pa zaključak na kraju.

Otkrijte koji ste tip. Koji je vaš omiljeni način donošenja odluka? Kod aktivnog tipa, delanje je na prvom mestu. On u trenutku donosi odluku da dela, zatim oseća, i na kraju traži razloge.

Već sam vam rekao da je Gandi aktivan tip. On prvo donosi odluku; zato će on reći: „Ovo nije moja odluka, Bog je taj koji je odlučio umesto mene." U njemu se istog trenutka javi poriv za dela-njem, bez prethodnog procesa, tako da ne može da kaže: „Ja sam odlučio." Tip sklon razmišljanju će reći: „Odlučio sam." Tip sklon osećanjima će uvek reći: „Osećam kao da..." Ali aktivan tip -jedan Muhamed, jedan Gandi - uvek će reći: „Niti sam osetio, niti sam

razmišljao. Ova odluka mi se javila." Odakle? Niotkund! Ako ne veruje u Boga, onda će reći: „Niotkund! Ova odluka se jednostavno rodila u meni. Ne znam odakle dolazi."

Ako veruje u Boga, onda Bog postaje taj koji donosi odluke. Tada Bog postaje inicijator svega, a Gandhi samo obavlja svoj deo posla. Gandhi može da kaže: „Pogrešio sam, ali to nije bila moja odluka." Može da kaže: „Možda je nisam sproveo kako treba, možda nisam najbolje razumeo poruku, možda nisam išao daleko koliko je trebalo, ali odluka je bila Božja. Trebalo je samo da je ostvarim, samo da se predam i ostvarim je." Tako stoje stvari za Muhameda ili za Gandija.

Rekao sam da je Hitler bio pogrešan tip, ali i on ovako govori. I on kaže: „Ne govori ovo Adolf Hitler, to govori sam duh istorije. To je arijevski um! To rasistički um govori kroz mene!" I zaista, mnogi ljudi koji su ga čuli dok je držao govore, imali su osećaj da to ne govori Adolf Hitler uopšte. Kao da je bio vođen nekom većom silom.

Aktivan čovek uvek tako izgleda. Pošto tako iznenada dela, nikada ne može da se kaže da donosi odluke, da razmišlja, da oseća. Ne, on dela! A ta akcija je tako spontana, da i ne možete da zamislite odakle potiče. Ili dolazi od Boga, ili od đavola, ali potiče sa nekog drugog mesta. A Gandhi i Hitler će o tome razmišljati; prvo će, međutim, doneti odluku.

Ovo su, dakle, ta tri tipa. Ako prvo osetite poriv da delate, zatim da osećate, pa tek onda da mislite, onda možete da odredite svoju dominantnu karakteristiku. A odrediti dominantan faktor je od velike pomoći, jer onda možete nastaviti svoj put pravo; u suprotnom će se vaš napredak odvijati u cik-cak. Ako ne znate kom tipu pripadate, nepotrebno ćete zalaziti u dimenzije i ići u pravcima koji vam ne odgovaraju. Kada znate kom tipu pripadate, znate šta da uradite sa sobom, kako to da izvedete i odakle da počnete.

Prvo što treba da uradite jeste da vidite šta dolazi prvo, a šta drugo. Drugo nešto, međutim, može izgledati veoma čudno. Aktivan tip, na primer, vrlo lako može da uradi suprotnu stvar; može vrlo lako da se opusti. Gandijeva sposobnost da se opusti je bila ne-verovatna, mogao je da se opusti bilo gde. To izgleda veoma paradoksalno. Čovek bi pomislio da je aktivan tip toliko napet da ne može da se opusti, ali ne mora da znači. Jedino aktivan tip može lako da se opusti. Tip okrenut razmišljanju ne može lako da se opusti, tip koji je okrenut osećanjima se još teže opušta, ali aktivan tip može veoma lako da se opusti.

Sledeći kriterijum po kom se vodite jeste da bez obzira kom tipu pripadate, vrlo lako možete da pređete u suprotan tip. Drugim recima, ako možete lako da pređete u tip suprotan vašem, to je takođe indikacija kom tipu pripadate. Ako lako možete da se opustite, pripadate aktivnom tipu. Ako lako možete da se prepustite nerazmišljanju, onda pripadate tipu koji je okrenut razmišljanju. Ako lako možete da se prebacite u stanje bez osećanja, onda pripadate tipu okrenutom osećanjima.

Ovo izgleda čudno, jer obično mislimo: „Kako osoba okrenuta osećanjima može da pređe u stanje kada ništa ne oseća? Kako osoba okrenuta razmišljanju može da ne razmišlja? Kako tip od akcije može da bude neaktivan?" To, međutim, samo izgleda paradoksalno, ali nije. Jedan od osnovnih zakona jeste da se suprotnosti privlače, da se dva ekstrema privlače. Kao klatno velikog sata koje ide do kraja na levu stranu, a zatim do kraja na desnu. Kada dođe do kraja na desnoj strani, ono se vraća na levu. Kada ide nadesno, ono akumulira moment da bi se vratilo na levu. Kada ide na levu stranu, ono se priprema da se vrati na desnu. Lako je, dakle, prelaziti u suprotno stanje.

Zapamtite, ako se lako opušate, vi pripadate aktivnom tipu. Ako vam je lako da meditirate, vi pripadate tipu okrenutom razmišljanju. Zbog toga je Buda meditirao s lakoćom, i zbog toga je Gan-diju bilo izuzetno lako da se opusti. Kad god bi imao vremena, Gan-di bi spavao. Bilo mu je izuzetno lako da zaspi.

Buda je vrlo lako mogao da dođe u stanje nerazmišljanja, baš kao i Sokrat. To, obično, zvuči veoma čudno. Kako osoba koja toliko razmišlja, može tako lako da prestane to da radi? Kako može jednostavno da pređe u stanje nerazmišljanja? Suština Budine poruke jeste stanje bez misli, a on je bio tip okrenut razmišljanju. On je toliko razmišljao, da ga to realno i dalje čini savremenikom. Dvadeset pet vekova je prošlo, a on i dalje pripada savremenim misliocima. Niko ne pripada savremenim misliocima koliko sam Buda. Čak ni savremeni mislioci ne mogu da kažu da Buda ne pripada ovom vremenu. On je mnogo razmišljao, vekovima ispred svog vremena, i još uvek privlači pažnju. Buda privlači pažnju svakom misliocu, gde god se nalazio, jer je najčistiji predstavnik svog tipa. Njegova poruka, međutim, je: „Nemojte da razmišljate.“ Svi oni koji su bili obuzeti dubokim razmišljanjem su govorili da treba dostići stanje nerazmišljanja.

Tip okrenut osećanjima vrlo lako može da pređe u stanje bez osećanja. Mira je, na primer, osećajan tip; Čaitanja je osećajan tip. Njihova osećanja su toliko velika da oni ne mogu da vole samo nekoliko ljudi ili nekoliko stvari. Oni moraju da vole ceo svet. Takav je njihov tip. Njih ograničena ljubav ne zadovoljava. Ljubav mora da bude bezgranična; ona se mora širiti u nedogled.

Čaitanja je jednog dana otišao učitelju. Po svom pravu je postao prosvetljen; njegovo ime je bilo poznato u celom Bengalu. Otišao je učitelju Vedante i spustio glavu do učiteljevih stopala. Učitelj se zbunio jer je izuzetno poštovao Čaitanju. Rekao mu je: „Zašto si došao meni? Sta želiš? Ti si spoznao sve, ja te nemam čemu naučiti.“ Čaitanja mu je odgovorio: „Sada želim da pređem u *vairagyū*⁵, stanje ravnodušnosti. Ziveo sam život ispunjen osećanjima i sada želim da pređem u stanje bez osećanja. Pomozi mi.“

Osećajan tip može preći u stanje ravnodušnosti, i Čaitanja je to i uradio. Ramakrišna je bio osećajan tip, da bi na kraju prihvatio Ve-dantu⁹. On je ceo život posvetio Majci boginji Kali, da bi kasnije postao sledbenik učitelja Vedante, Totapurija, i na kraju biva uveden u svet ravnodušnosti. Mnogi ljudi su govorili Totanpuriju: „Kako možeš da uvodiš ovakvog čoveka Ramakrišna? On je osećajan tip! Ljubav je za njega jedina stvar na svetu. On može da se moli, može da se divi, da igra, može i da doživi ekstazu. On ne može da postane ravnodušan, on ne može da pređe u svet iznad osećanja.“

Totapuri bi im govorio: „Baš zato *može* da pređe, i ja ću ga uvesti. Vi ne možete da pređete; on može.“

Dakle, drugi kriterijum za donošenje odluke jeste da li možete da pređete u suprotno stanje. Vidite kako počinjete, a zatim da li idete ka suprotnom stanju. Ovo su dve važne stvari. I stalno istra-žujte sebe. Stalno imajte na umu ove dve stvari dvadeset jedan dan. Prvo, kako reagujete u određenoj situaciji - kakav je početak u pitanju, kakvo je seme, start, a zatim u koje suprotno stanje lako možete da pređete. U stanje nerazmišljanja? U stanje ravnodušnosti? U stanje mirovanja? I za dvadeset jedan dan ćete shvatiti kom tipu pripadate, tj. koji tip je kod Vas dominantan.

Druga dva tipa će biti prisutna poput senke, jer potpuno čist tip ne postoji. To nije moguće. Sva tri tipa nosite u sebi; samo je jedan značajniji od ostalih. A kada otkrijete kom tipu pripadate, vaš put postaje lak i bez trzavica. Tada ne trošite energiju. Tada je ne rasipate na nepotrebne puteve koji nisu vaši.

U suprotnom, možete da radite mnoge stvari, a samo da stvarate konfuziju, da se sve oko vas raspada. Čak i ako je neuspeh u skladu sa vašom prirodom, to je dobro, jer ćete kroz neuspeh mnogo šta naučiti, razvićete se kroz njega. Čak je, znači, i neuspeh dobar, ako je u skladu sa tipom kom pripadate.

Otkrijte kom tipu pripadate, ili koji tip je kod vas dominantan. A zatim, u skladu sa tim, počnite da radite. Rad će tada biti lak.

Možete li da kažete nešto o tome koje tehnike meditacije ili pristupi najviše odgovaraju svakom tipu ljudi? Imam utisak da pripadam tipu „srca" ili „osećanja", ali nisam sigurna.

Srce komunicira na drugačiji način. To je komunikacija putem energije, i priča se da su je mnogi sveci na svetu iskusili. Sveti Franja Asiški je najpoznatiji među njima. To je sada postalo stvar naučne istine; mnogi istraživači širom sveta govore da su biljke duboko osećajne, da su njihova osećanja dublja od ljudskih, jer ljudsku osetljivost ometa um, intelekt. Čovek je potpuno zaboravio kako da oseća; čak i kada kaže - „ja osećam" - on zapravo *misli* da oseća.

Ljudi mi dolaze i govore: „Mi smo zaljubljeni." A ako ja počnem da insistiram: „Da li ste stvarno zaljubljeni?", oni slegnu ramenima i kažu: „Pa, *mislimo* da smo zaljubljeni." To nije direktno osećanje, već dolazi iz glave. A kada osećanje potiče iz glave, ono zbunjuje. Tada osećanje ne izvire iz srca.

Naučna istraživanja su, međutim, došla do otkrića da ne samo ptice i biljke, već i metali pokazuju određenu osetljivost. Oni oseća-ju, i to neverovatno intenzivno. Oni šalju poruke koje vi možda ne možete da registrujete, ali naučnici su napravili instrumente koji mogu. Ako se uplaše, oni počnu da drhte. Vi možda ne vidite to drhtanje; veoma je neprimetno. Čak i kada vetar ne duva, detektori pokazuju da biljka mnogo drhti iznutra. Kada su srećne, biljke postaju ekstatične; instrumenti pokazuju da su biljke ekstatične. Svaka vrsta osećanja sada može da se zabeleži - kada ih nešto boli, kada se plaše ili su ispunjene besom.

Duboko u čoveku se nešto promenilo: desila se neka nesreća, zadobio je neku ranu. Čovek je izgubio dodir sa svojim osećanjima. Ako dovoljno dugo pričate sa drvećem, pticama, životinjama - i ako se pri tom ne osećate budalasto, jer um će se umešati i reći vam da je to ludost - ako ne slušate um, već ga zaobiđete i povežete se direktno sa njima, iz vas će poteći velika količina energije osećanja, Postaćete potpuno novo biće. Nikada niste ni znali da je to moguće. Postaćete osetljivi - osetljivi na bol i užitak.

Zbog toga je čovečanstvo odbacilo osećanja: jer kada postanete osetljivi na zadovoljstvo, postajete osetljivi i na bol. Što više možete da osetite sreću, više osećate i nesreću.

Zbog tog straha, da čovek može da postane izuzetno nesrećan, vi ste se zatvorili, zbog njega je ljudski um napravio barijere, tako da više ne možete da osećate. Kada ne možete da osećate, onda je prolaz zatvoren. Ne možete da postanete nesrećni, ali ne možete da postanete ni srećni.

Vairagya - reč na sanskritu koja se koristi u Hindu filozofiji; može se prevesti kao stanje ravnodušnosti ili odricanja, naročito odricanja od bola i zadovoljstva materijalnog sveta. (Prim, prev.)

Vedanta - duhovna tradicija objašnjena u Upanišadama, i odnosi se na sa-moostvarenje koje osobi pruža spoznaju konačne prirode stvarnosti. Vedanta znači „kraj svakog znanja", i po definiciji nije objašnjena ni u jednoj knjizi, niti postoji bilo kakav izvor filozofije Vedante. Vedanta se bazira na nepromenljivim duhovnim zakonima koji su zajednički za sve religije i duhovne tradicije širom sveta. (Prim. prev.)

Pa ipak pokušajte; to liči na neku vrstu pobožnosti, jer ide od srca srcu. Prvo pokušajte sa ljudskim bićima - samo sa svojim dete-tom, sedite u tišini i dopustite osećanjima da se rađaju. Nemojte dopustiti umu da se umeša. Sedite sa svojom suprugom, svojim prijateljem, ili suprugom, držite se za ruke u mraku, i nemojte da radite ništa, samo pokušajte da osetite jedno drugo. U početku će biti teško, ali malo-pomalo će u vama proraditi različiti mehanizmi i po-čećete da *osećate*.

Neki ljudi veoma lako mogu da ožive svoju srdačnost. Još uvek se nije ugasila. Drugima može biti teško. Neki ljudi su okrenuti telu, neki srcu, a neki glavi. Oni koji su okrenuti srcu vrlo lako mogu da ožive ovakva osećanja.

Onima koji su okrenuti glavi biće teško da probude ovakva osećanja. Za njih molitva ne postoji. Gautama Buda i Mahavira, kao i đainski mistici koji su živeli otprilike u isto vreme, bili su ljudi okrenuti glavi. Zato molitva nije deo njihovih učenja. Oni su bili inteligentni ljudi, sa vrlo dobro izvežbanim intelektom, logikom. Oni su razvili meditaciju, ali nisu govorili o molitvi. U đainizmu ne postoji ništa poput molitve; ona ne može da postoji. Ona postoji u islamu - Muhamed je osoba okrenuta srcu, on je suštinski drugačiji. Molitva postoji u hrišćanstvu - Isus je osoba okrenuta srcu. Molitva postoji u hinduizmu, ali ne i u budizmu ili đainizmu. U ovim pristupima nema ničeg nalik molitvi.

Neki ljudi su, pak, okrenuti telu. Oni su potencijalni hedonisti. Za njih ne postoje ni molitva ni meditacija - samo telesna zadovoljstva. To je njihov način da budu srećni, njihov osnovni uslov postojanja.

Ako ste, dakle, osoba okrenuta srcu - ako osećate više nego što razmišljate, ako je muzika ta koja će duboko da vas dirne, ako vas poezija dotiče, ako vas lepota okružuje, a vi možete da je osetite -onda je pobožnost najbolji pristup za vas. Počnite da razgovarate sa pticama i drvećem, sa nebom - to će vam pomoći. Ali, nemojte to raditi umom, neka to bude razgovor iz duše. Uspostavite vezu.

Zbog ovoga ljudi okrenuti srcu razmišljaju o Bogu kao o ocu ili voljenoj osobi, nekoj vrsti energije sa kojom su duboko povezani. Ljudi okrenuti glavi se uvek smeju: „Kakve su to gluposti? Bog, otac? Gde je onda majka?" Oni uvek od toga prave šalu jer ne mogu da razumeju. Za njih, Bog je istina. Za ljude okrenute srcu, Bog je ljubav. A za ljude okrenute telesnom, svet je Bog - njihov novac, kuća, moć, njihov prestiž.

Osobi koja je okrenuta telesnom potreban je drugačiji pristup. Na Zapadu, naročito u Americi, se zapravo tek skoro javio novi način rada koji odgovara čoveku okrenutom telesnom. Ovaj pristup se bazira na telesnoj osetljivosti. Rada se nova vrsta duhovnosti.

U prošlosti su postojale dve vrste duhovnih pristupa: preko meditacije i preko molitve. Među duhovnim pristupima nikada nije postojao onaj okrenut telesnom. Uvek je bilo ljudi okrenutih telesnom koji su uvek govorili da religija ne postoji, jer su se odrekli i molitve i meditacije. Ovo su epikurejci, hedonisti, ateisti koji kažu da Bog ne postoji i da su ovo telo i ovaj život sve što imamo. Nikad, međutim, nisu stvorili religiju.

Sada, međutim, novi pristup otkrivanja suštine života osvaja ljude okrenute telesnom, što je divno, jer je ovim ljudima potrebna drugačija metodologija. Njima je potreban pristup koji će njihovim telima dozvoliti da funkcionišu na religiozan način. Tantra može biti od velike pomoći ovim ljudima. Molitva i meditacija njima ne mogu da pomognu. Ali put od tela ka samoj suštini bića mora da postoji.

Zato, nemojte da se obeshrabrite ako ste telesno orijentisana osoba; postoje načini da to postignete uz pomoć tela, jer i telo pripada prirodi i postojanju. Ako imate osećaj da ste okrenuti srcu, okrenite se pobožnosti, umetničkom izražavanju i pristupu. Ako imate utisak da ste intelektualno orijentisani, pokušajte sa meditacijom.

Razvili ste novu vrstu meditacije za savremene ljude - kom tipu osobe će Vaše meditacije biti od pomoći?

Moje meditacije su na neki način drugačije. Pokušao sam da razvijeni metode koje mogu da koriste sva tri tipa. Telo se dosta koristi u tim meditacijama, baš kao i srce i intelekt. Sva tri aspekta su spojena, i na različite ljude deluju na različite načine.

Osobi okrenutoj telesnom se metode odmah dopadnu - ali onaj deo koji uključuje aktivnost, tako da onda dođe i kaže mi: „Divno, delovi koji zahtevaju aktivnost su odlični, ali kada moram mirno da stojim - ne dešava se ništa." Primenjujući ove metode osoba se oseća zdravom; oseća jaču povezanost sa svojim telom. Za osobe okrenute srcu najvažniji je deo katarze; srce je dalo oduška, oslobodilo se svog tereta i počinje da funkcioniše na nov način. A kada razgovaram sa trećim tipom, tipom okrenutom inteligenciji, vidim da mu se sviđaju delovi na kraju kada samo sedi ili stoji u tišini, kada to pređe u meditaciju.

Telo, srce, um - svaka moja meditacija ide u istom pravcu. One počinju od tela, idu kroz srce i dopiru do uma, a zatim idu dalje.

Preko tela možete da uspostavite vezu sa postojanjem. Možete da odete na more i uživajte u plivanju, ali onda postanite telo, bez ikakvih osećaja, bez razmišljanja, samo budite „telesni". Ležite na plažu i telom osetite pesak, hladnoću, teksturu.

Trčite - upravo sam pročitao divnu knjigu koja se zove *Zen trčanje*. Namenjena je ljudima koji su okrenuti telesnom. Autor je otkrio da nema potrebe da meditirate ako trčite, samo trčanje je meditacija. On mora da je u potpunosti okrenut telu. Nikome još nije palo na pamet da je moguće meditirati tokom trčanja - ali ja to znam, nekada sam voleo da trčim. To se dešava. Ako odete na trčanje, ako brzo trčite, razmišljanje prestaje, jer razmišljanje ne može da se nastavi dok trčite veoma brzo. Za razmišljanje je potrebna udobna stolica; zato mislioce nazivamo „filozofima fotelje". Oni sede opušteni u stolici, celo telo im je potpuno opušteno i sva energija je usmerena na um.

Ako trčite, sva energija je usmerena na telo, ne postoji mogućnost da se um bavi razmišljanjem. Kada brzo trčite, duboko udišete, duboko izdišete i tada postoji samo telo. Dođe trenutak kada ste *samo* telo i ništa više. U tom trenutku postajete jedno sa univerzumom, jer više nema razdvojenosti. Vazduh kroz koji trčite i koji prolazi kroz telo postaju jedno. Dolazi do uspostavljanja dubokog ritma.

Zato su igre i atletika ljudima oduvek bile privlačne. Zato deca veoma vole da se igraju, trče, skaču: oni su tela! Um se još uvek nije razvio.

Ako mislite da ste telesni tip, vama onda trčanje može da bude divno: trčite svaki dan sedam-osam kilometara i napravite od toga meditaciju. To će vas potpuno promeniti.

Ako, međutim, mislite da ste osoba okrenuta srcu, onda pričajte sa pticama, uspostavite dodir sa prirodom. Posmatrajte! Samo čekajte, sedite u tišini, duboko verujte i želite da vam dođu i polako će početi da dolaze. Malo-pomalo počće da vam sede na ramenu. Prihvatite ih. Razgovarajte sa drvećem, kamenjem, ali neka to bude otvoren razgovor, ispunjen emocijama. Plačite, ridajte, smejte se. Suze mogu da budu pobožnije od reci, smeh može biti jača molitva od reci, jer dolaze iz srca. Nema potrebe da bilo šta verbalizujete - samo osećaj-te. Zagrlite drvo i osetite ga, kao da počinjete da se sjedinjujete. Vrlo brzo ćete osetiti da biljni sok ne teče samo drvetom, već da počinje da teče i vašim telom. Vaše srce ne nije samo u vašem telu; duboko u drvetu javiće se odgovor. Covek mora to da uradi da bi osetio.

Ako, međutim, mislite da ste treći tip, onda je za vas meditacija. Trčanje vam neće pomoći. Vi morate da sedite poput Bude, u tišini, samo da sedite i da ne radite ništa. Treba da sedite

toliko uporno da čak i razmišljanje počne da vam izgleda kao delanje i da se i njega oslobodite. Misli će vas obuzimati nekoliko dana, ali ako nastavite da sedite, samo ih posmatrajte, bez pozitivnog ili negativnog etiketiranja i one će prestati da se pojavljuju. Postepeno će nestajati, po-javiće se jaz, pojavljivaće se između intervala. Tokom tih intervala ćete uhvatiti delić svog bića.

Ti delići mogu da potiču od tela, od srca, ili od glave. Sve je moguće jer vaše biće se nalazi u sva tri aspekta, ali i iznad njih.

POSMATRANJE OBLAKA

Posmatrač i posmatrano

Nemojte da sudite, jer onog trenutka kada počnete da sudite, zaboravićete na posmatranje. Razlog tome je što onog trenutka kada počnete da sudite - „Ovo je dobra misao" - toliko vremena nećete posmatrati. Počeli ste da razmišljate, umešali ste se. Ne možete da ostanete uzdržani, ne možete da stojite pokraj puta i samo posmatrate saobraćaj.

Nemojte da postajete učesnik tako što ćete deliti pohvale, pro-cene, tako što ćete osuđivati; ne bi trebalo da zauzimate stav u vezi sa onim što vam prolazi kroz glavu. Svoje misli bi trebalo da posmatrate baš kao i oblake koji plove nebom. Ne donosite nikakav sud u vezi sa oblacima - ovaj crni oblak je zao, ovaj beli oblak izgleda kao mudrac. Oblaci su oblaci, niti su dobri niti su loši.

Takve su i misli - samo mali talas koji prolazi vašim umom. Po-smatrajte bez bilo kakvog rasuđivanja i doživete veliko iznenađenje. Kada se posmatranje ustali, misli će se pojavljivati sve rede i rede. Odnos je isti; ako ste se ustalili u posmatranju pedeset posto, onda će pedeset posto vaših misli da nestane. Ako ste se predali šezdeset posto posmatranju, onda će misli biti prisutne u samo četrdeset procenata. Kada se prepustite svedočenju devedeset devet procenata, samo poneka usamljena misao će se pojaviti s vremena na vreme — jedan procenat koji prolazi putem sa kog je inače nestao saobraćaj. Zagušen saobraćaj više nije tu.

Kada sto posto prestanete da ocenjujete i kada postanete samo svedok, to znači da ste postali ogledalo - jer ogledalo nikada ne oce-njuje. Kada se ružna žena ogleda u njemu, ogledalo ne donosi proce-nu. Kada se lepa žena ogleda u njemu, ono ne pravi razliku. Niko se u njemu ne ogleda, a ogledalo je čisto baš kao i onda kada prikazuje nečiji odraz. Ne pomućuje ga ni odraz, niti njegov nedostatak.

Svedočenje se pretvara u ogledalo. To je veliki uspeh u meditaciji. Tada ste prešli pola puta, koji je ujedno i najteži deo. Sada znate tajnu i ona samo treba da se primeni na različite objekte.

Sa misli morate da pređete na suptilnija iskustva kao što su emocije, osećanja, raspoloženja. Od uma ka srcu, pod istim uslo-vom: bez donošenja suda, samo svedočenje. A iznenađenje koje vas očekuje jeste da će većina vaših emocija, osećanja i raspoloženja početi da nestaje. Sada kada ste tužni, vi to zaista jeste, tuga vas potpuno obuzme. Kada ste besni, to nije nešto što vas delimično obuzima. Vi ste besni u potpunosti; svaki delić vašeg bića se trese od besa. Posmatrajte srce, i iskusićete situaciju kada vas ništa ne obuzima. Tuga dođe i prođe, vi ne postajete tužni; sreća dođe i prođe, a vas ni sreća ne obuzima. Šta god da se dešava u vašem srcu, to na vas ne utiče uopšte. Prvi put ste ovladali nečim. Više niste rob koga guraju i vuku na ovu pa na onu stranu, gde bilo koja emocija, bilo koje osećanje, bilo ko može da ga uznemiri zbog gluposti.

Govorite o posmatranju oblaka raspoloženja koji prolaze, ali isto tako govorite o potpunom prepuštanju, opotpunom prepuštanju onome što se događa. Ja volim da posmatram oblake besa, tuge, ljubomore i tako dalje. Kada se, međutim, osećanje sreće i radosti pojavi, volim da se identifikujem sa njima, potpuno im se prepustim i izrazim ih. Treba li svako raspoloženje da posmatram ili pak da se svakom prepustim? Nekako ne mogu to sve da spojim. Da li biste, molim vas, rekli nešto o tome?

Niko ne može da spoji ove dve stvari. Moraćete da izaberete jednu. Moj predlog je da sve posmatrate sa podjednake udaljenosti, sa podjednakom uzdržanošću. Tuga, bes, ljubomora, sreća, radost, ljubav - distancirajte se od svega toga i prepustite se u potpunosti svom posmatranju.

Posmatranju bi trebalo da se prepustite u potpunosti. Sa posmatranjem možete da se identifikujete, jer to je vaša priroda, to ste vi. Pitanje odricanja od toga se ne postavlja; čak i da pokušate, nećete uspeti. Vi ste po prirodi posmatrač. I najmanji nagoveštaj svesti čini vas celim bićem. Zato na sve gledajte kao na oblak koji prolazi.

Vidim u čemu je Vaš problem. Vi biste voleli da se identifikujete sa ljubavlju, voleli biste da se identifikujete sa srećom, ali ne i sa tugom. Ne biste želeli da se identifikujete sa nesrećom. Ovakav izbor, međutim, postojanje ne nudi. Ako želite da se uzdignete iznad uma i njegovih iskustava - tuge i radosti, besa i smirenosti, mržnje i ljubavi; ako želite da se uzdignete iz ovih dualiteta - morate sve podjednako da ih posmatrate, ne možete da birate. Ako izaberete, nećete biti u stanju da posmatrate čak ni one stvari koje želite. Prva stvar je, dakle, da budete posmatrač.

U početku će Vam biti pomalo teško da posmatrate one stvari koje su slatke, lepe... jer posmatranje čini da se distancirate od svakog iskustva koje prolazi kao oblak. Ne možete da se uhvatite. Upravo to ste do sada radili: držali ste se onoga šta smatrate dobrim, pokušavajući da se sklonite od onoga što smatrate ružnim i nesrećnim. Međutim, samo ste napravili zbrku. Niste postigli nikakav uspeh.

Najbolje je da budete posmatrač u potpunosti. Ako Vam je to teško, postoji alternativa. Ona je, međutim, teža od ovoga - a ona znači da treba da se identifikujete sa svakim oblakom koji prođe. Ako je u pitanju nesreća, postanite potpuno nesrećni. Nemojte ništa da zadržavate, samo joj se prepustite do samog kraja. Ako ste be-sni, onda budite besni i uradite svaku glupost koja vam padne na pamet. Ako prođe neki ludi oblak, onda poludite. I nemojte ništa da propustite. Šta god da Vam nadode, prepustite mu se u potpunosti u tom trenutku, pa kad prođe - prošlo je.

I ovo će Vas osloboditi, ali je ovaj put mnogo teži. Ako želite da se igrate sa nečim što je zaista opasno, možete da se identifikujete sa svim stvarima. Tada nemojte da pravite razliku - sa ovim je dobro identifikovati se, a sa ovim nije. Nikakvo pitanje se ne postavlja: bez ikakve diskriminacije se identifikujte i za nedelju dana ćete završiti sa tim. Biće Vam dovoljno samo nedelju dana, jer toliko toga se dešava u prolazu. Bićete umorni, iscrpeni. Ako preživite, sreće-mo se., ako ne, onda zbogom!

Ovo je, međutim, opasan put. Nisam čuo da je iko preživio. A vi savršeno dobro znate kakve vam se sve misli javljaju. Nekad biste da lajete - uradite to, počnite da lajete kao pas, a svet neka misli šta hoće. Vi ste izabrali svoj put, doći ćete i do oslobođenja... možda potpunog; prosvetljenje i

oslobađanje od tela će doći ruku podru-ku! Ali, to je pomalo opasno.

Ljudi mogu da pokušaju da vas spreče, jer niko ne zna šta sve može da vam padne na pamet. Vaši ljudi - prijatelji, porodica, supruga, suprug - mogu da pokušaju da vas spreče. Mnoge ljude širom sveta je porodica prisilila da odu u ludnicu jer su mislili da je to najbolji način da ih zaštite. A to se događa svuda.

Najbogatija porodica u mom selu je ceo život držala jednog svog člana zaključanog u podrumu kuće. Svi su znali da se toj osobi nešto dogodilo jer je samo nestala. Mnogo je godina, međutim, prošlo, tako da su je ljudi već i zaboravili. Ja sam slučajno saznao za to, jer je jedan od mojih studenata bio sin čoveka koji je bio okovan lancima. Pošto je poticao iz mog sela, često bi dolazio kod mene i jednog dana sam mu rekao: „Nikada nisam video tvog oca.”

On se rastužio i rekao mi: „Vas ne mogu da lažem, ali ono što se dešava mom ocu mi veoma teško pada. Pošto je moja porodica najbogatija u selu, ona ne želi da se zna šta se sa njim događa. Mog oca tuku; drže ga u podrumu kao neku divlju životinju. On plače, viče, vrišti, ali ga niko ne sluša, niko mu ne prilazi. Samo mu kroz otvor na plafonu bacaju hranu. Sve što mu treba bacaju mu kroz taj otvor; niko ne želi ni da ga pogleda.”

„Ali, šta je uradio?“, pitao sam ga.

„Ništa posebno, samo je bio lud“, reče mladić. „Radio je stvari koje nisu normalne.“ Mogao je, na primer, da ide nag na pijacu. Tu nema ničeg lošeg... On nikome nije učinio ništa nažao, samo je hodao nag po pijaci, ali je njegovoj porodici to bilo dovoljno da ga zaključaju. I učinili su da poludi još više. Ovo nije bilo od pomoći, nije bio nikakav lek, nikakva terapija.

Dakle, ako želite da se identifikujete sa svim svojim idejama, pre nego što počnete sa tim, trebalo bi da razmislite šta će ljudi misliti o tome i kako će se postaviti prema Vama - iako je moguće da se oslobodite svih tih emocija bez identifikacije sa njima, bez kompromisa.

Ili se identifikujte bez razlike ili nemojte praviti razliku i nemojte da se identifikujete. Stvar je u tome da ne pravite razliku. Bićete sigurniji ako krenete prvim putem. Budite posmatrač koji ne pravi razliku. Nemojte da birate nešto što je dobro, a odbacujete nešto što je loše. Ništa nije dobro, ništa nije loše; samo je svedočenje dobro, a nesvedočenje loše.

„Doktore“, reče jedna domaćica, „došla sam zbog svog supruga. U braku smo više od dvadeset pet godina. Bio je dobar suprug, veseo, zadovoljan i veoma privržen meni, ali otkako je bio kod Vas zbog glavobolje, postao je drugi čovek. Sada se više ne vraća kući noću, više me nig-de ne izvodi, ništa mi ne kupuje niti mi daje novac. Do đavola, više me i ne gleda. Vaša terapija kao da ga je u potpunosti promenila.“

„Terapija?“, reče doktor. „Ja sam mu samo dao uput da uzme naočare.“

Čak i par naočara može da dovede do dramatične promene ličnosti, do promene celokupnog ponašanja. A ovo neće biti tako mala stvar kao naočare. Ako počnete da se identifikujete sa svim, opasnost će vrebati iza svakog ćoška. Bolje je da izaberete sigurniji put; svi pro-svetljeni ljudi su ga izabrali. To je bez izuzetka najzdraviji put.

Ponekad mi se čini da se posle trenutaka, kada je sve jasno i transparentno stari prijatelji, kao što su potrebna za nasiljem, ljubomora, bes i tako dalje, vraćaju jači nego pre, kao da su čekali iza ćoška da oprobaju svoju sreću ponovo. Možete li da kažete nešto o tome?

Mogu da Vam kažem, ali će ta osećanja vezana za nasilje, ljubomoru i bes i dalje čekati iza ćoška. To što ću ja nešto reći neće učiniti da ona nestanu - jer ih Vi pothranjujete, a da to i ne znate. Vi i ne znate da je Vaša želja da ih se oslobodite samo površna.

Vi ne radite ono što ja stalno naglašavam; radite upravo suprotno. Vi se borite sa tamom, ali ne unosite svetlo. Sa tamom možete da se borite koliko god hoćete, ali nećete pobediti. To ne znači da ste slabiji od tame, već samo da ono što radite nema nikakav uticaj na nju.

Tama samo predstavlja odsustvo, i njoj ništa direktno ne možete da uradite. Samo unesite svetlost. Mada, tama neće pobeći čim Vi unesete svetlost. Tama je odsustvo; kada dođe svetlost, odsustvo više nema izgleda. Tama nigde ne odlazi, ona ne postoji sama po sebi.

Pročitaću Vaše pitanje: „Ponekad se čini da se posle trenutaka kada je sve jasno i transparentno stari prijatelji, kao što su potreba za nasiljem, ljubomora, bes i tako dalje, vraćaju jači nego pre, kao da su čekali iza ćoška da oprobaju svoju sreću ponovo.”

Vaši trenuci jasnoće i transparentnosti su samo trenutni. Ako unesete svetlost na trenutak, a zatim ugasište plamen svece, tama će se vratiti - ne radi se o tome da je ona čekala iza ćoška, već ste Vi ponovo stvorili odsustvo svetlosti. Vaša baklja svesti bi trebalo stalno da gori; tada više neće biti tame.

Ova osećanja koja Vi smatrate izuzetno opasnim su skoro nemoćna. Nasilje se javlja jer niste razvili svoj potencijal da volite; ono je odsustvo ljubavi. A ljudi stalno čine gluposti. Pokušavaju da budu nenasilni potiskujući nasilje, ulažu neverovatno napor da budu nenasilni. Nema, međutim, potrebe da bilo ko bude nenasilan. Idete u pogrešnom pravcu. Nasilje je negativna stvar, a Vi pokušavate da uništite nasilje i postanete nenasilni. Ja bih Vam rekao da zaboravite na nasilje. Nasilje je odsustvo ljubavi - volite više. Svu tu energiju koju ulažete u potiskivanje nasilja i u to da budete nenasilni, uložite u to da postanete ispunjeni ljubavlju.

Nezgodno je što su i Mahavira i Gautama Buda koristili reč *nenasilje*. Razumem poteškoću sa kojom su se suočili. Imali su problem što ljudi pod rečju „ljubav” podrazumevaju biološku ljubav; da bi izbegli taj nesporazum, upotrebili su izraz u negaciji, „nenasilje”. To, međutim, održava ideju da je nasilje nešto pozitivno, a nenasilje negativno. Zapravo je nasilje negativno, a ljubav pozitivna. Ipak, oni su se plašili da iskoriste reč „ljubav”, i zbog tog njihovog straha da bi reč „ljubav” mogla da asocira na uobičajenu ljubav, iskoristili su nesrećan termin: *nenasilje*. I to nenasilje se sprovodi već dvadeset pet vekova. Videćete, međutim, da su svi ti ljudi propali ili umrli. Njihova inteligencija, njihova svest kao da nije procvetala. Samo jedna pogrešno upotrebljena reč je dovela do dvadestpetovekovnog, neverovatnog mučenja, i to hiljadama ljudi.

Želim da znate da je ljubav nešto pozitivno, i da se pod ljubavlju ne podrazumeva biološka ljubav. Isto tako treba da shvatite da vi volite svoju majku, volite svog brata, volite prijatelja i tu nije reč o biološkoj ljubavi. Ovo su primeri uobičajene nebiološke ljubavi. Volite, recimo, cvet ruže; ima li biološka ljubav veze s tim? Volite predivan mesec, muziku, poeziju, volite skulpturu; ima li biološka ljubav veze sa tim? Dajem vam primere iz svakodnevnog života, samo da bih vam pokazao da ljubav ima mnogo dimenzija.

Dakle, umesto da proživljavate samo trenutke kada je sve jasno i transparentno, ispunite sebe ljubavlju - ljubavlju prema drveću, prema cveću, muzici, ljubavlju prema ljudima. Dopustite svim vrstama ljubavi da obogate Vaš život i nasilje će nestati. Covek ispunjen ljubavlju ne može nikoga da povredi. Ljubav ne može da povredi i ne može da bude nasilna.

Ova nasilna osećanja neće nestati ukoliko njihovu energiju ne pretočite u ljubav. A prava ljubav

ne poznaje ljubomoru. Svaka ljubav praćena ljubomorom nije iskrena, već je u pitanju biološki instinkt.

Što se više budete uzdizali - od tela prema umu, od srca prema biću - sva ta sirova osećanja će nestati. Ljubav između bića ne poznaje ljubomoru.

A na koji način ćete naći takvu ljubav?

Ona se oseća preko vaše tišine, smirenosti, vašeg unutrašnjeg blagostanja, vašeg blaženstva. Vaše blaženstvo je toliko veliko da želite da ga podelite; to se zove deljenje ljubavi. Ljubav nije prosjak. Ona nikada ne kaže: „Pruži mi ljubav.“ Ljubav je uvek vladar, ona zna samo da daje. Ona nikada ne očekuje da dobije nešto za uzvrat.

Okrenite se meditaciji, postanite svesniji od svog bića. Neka tišina ovlada Vašim unutrašnjim svetom, i ljubav će Vas obuzeti.

Ljudi imaju razne probleme. Ti problemi su različiti - nasilje, ljubomora, očaj, zabrinutost; medikament za sve ove bolesti je meditacija.

Zeleo bih da vas podsetim da reč *medikament* i *meditacija* potiču od istog korena. *Medikament* se odnosi na nešto što može da iz-leči telo, a *meditacija* na nešto što može da izleči dušu. Meditacija se naziva tako samo zato što predstavlja medikament za vaše unutrašnje boljke.

Covek koji prodaje vazelin gel je obišao brojne kuće u gradu i ostavio ljudima uzorke, rekavši im da pokušaju da mu nadu neku zanimljivu primenu. Nakon nedelju dana je obišao iste te kuće i pitao ljude u koje svrhe su koristili vazelin.

Covek iz prve kuće, bogati gradski gospodin, rekao je: „Ja sam ga koristio u medicinske svrhe. Kad god bi deca izgrebala koleno ili lakat, ja bih ih mazao vazelinom.“

Covek iz druge kuće je kazao: „Ja sam ga koristio u mehanici, da podmažem lanac na biciklu i kosilici.“

Covek iz treće kuće, jedan zapušteni, neobrijani radnik, rekao je: „Ja sam koristio u seksu.“ Šokirani prodavač ga je upitao: „Kako to mislite?“

„Pa“, reče zapuštenko, „stavio sam dosta vazelina na kvaku na vratima spavaće sobe da deca ne bi mogla da udu!“

Jednu istu stvar možete dati različitim ljudima i oni će mu smisliti različite upotrebe, u skladu sa svojom podsvešću. Da su, međutim, osvešćeni, našli bi mu samo jednu primenu.

Jedan čovek, hrišćanski misionar u Japanu, posetio je jednog izuzetnog čoveka, Nan-ina i poneo je sa sobom Novi zavet. Bio je ubeđen da ako mu bude čitao divne Isusove besede, naročito Besedu na gori, da će Nan-In preći u hrišćanstvo.

Misionar je bio primljen s ljubavlju, te je rekao: „Sa sobom sam poneo svoju svetu knjigu i želeo bih da pročitam nekoliko rečenica... One će možda promeniti Vaš život u potpunosti.“

Nan-In mu je rekao: „Malo ste prekasno došli, ja sam svoj život promenio u potpunosti, promena se već dogodila. Pa ipak, došli ste izdaleka - možete da pročitate bar nekoliko rečenica.“

Misionar je tako počeo da čita, i nakon dve ili tri rečenice, Nan-In je rekao: „To je dovoljno. Ko god je ovo napisao, u budućem životu postaće Buda.“

Misionar je bio šokiran - ovaj čovek je upravo rekao: „Ovaj čovek ima potencijala, i postaće Buda?“ Zato je rekao Nan-Inu: „Ali, on je jedini sin Božji!“

Nan-In se nasmejao i rekao: „U tome i jeste problem. To ga sprečava da postane Buda. Ukoliko ne odbaci te besmislene ideje, nikada neće razviti svoj potencijal do kraja. Njegove ideje su dobre, ali uz njih idu neke gluposti. Bog ne postoji, tako da ne postoji mogućnost da

on bude njegov jedini sin. Negde u budućnosti, ništa ne brinite - on će te ideje odbaciti. Čini se kao inteligentan čovek, i dovoljno je propatio zbog svojih glupih ideja. Bio je razapet; to mu je dovoljna kazna. Ali Vi ne bi trebalo da se držite glupih delova njegovih govora."

Misionar je na to rekao: „Ali, sama osnova naše religije je da je Isus jedini sin Božji, da postoji Bog koji je stvorio svet i da je Isusa rodila devica."

Nan-In se nasmejao i rekao: „Jadničak, samo kada bi mogao da odbaci te male izmišljotine, već bi postao Buda. Ako ga negde sretnete, dovedite ga meni i ja ću mu pomoći da se popravi. Nije bilo potrebe da ga razapinju; sve što je njemu bilo potrebno je neko ko bi ga upoznao sa tajnama meditacije."

Meditacija je možda ključno rešenje za sve vaše probleme. Pojedinačna borba protiv problema će uzeti neke živote, ali se vi ipak nećete izvući iz njihovih čeljusti. Uvek će vas čekati iza ćoška, čeka-će svoju šansu - a naravno, ako budu morali predugo da čekaju, njihova osveta će biti još veća.

Meditacija ne čini ništa direktno nasilju, ne čini ništa ljubomori, mržnji. Ona jednostavno donosi svetlost u vašu kuću, i tada tama nestaje.

Otkrio sam da povremeno mogu da posmatram bes, bol, frustraciju; ali, smeli me uvek obuzme pre nego što to shvatim i pre nego što mogu da počnem da ga posmatram. Da li biste mogli da kažete nešto o svedočenju u ovom kontekstu?

Smeh je na neki način jedinstven. Bes, frustracija, briga i tuga su negativne i nikada vas ne obuzimaju u potpunosti. Nema šanse da ikada budete potpuno tužni. Nijedna negativna emocija ne može da vas obuzme u potpunosti jer je negativna. Da bi vas nešto u potpunosti obuzelo, mora da bude pozitivno. Smeh je pozitivna pojava i zato je jedinstven. Malo je teže biti svestan smeha, i to iz dva razloga. Prvi, pojavljuje se iznenada. U stvari, vi i postajete svesni smeha tek kada se pojavi. Osim ako ste rođeni u Engleskoj... Tamo on nikada ne nastaje iznenada. Postoji izreka da kada Englezu ispričate vic, on se smeje dva puta - prvi put iz pristojnosti. On ne razume ono što ste mu ispričali, ali od njega se očekuje da se nasmeje zato što ste vi ispričali vic, i pošto ne želi da vas uvredi, on će to i učiniti. A zatim usred noći kad ukapira vic... Onda se zaista smeje.

Različiti narodi se ponašaju drugačije. Nemci se smeju samo jednom, kada vide da se svi drugi smeju. Oni se pridružuju smehu da se ne bi izdvajali, jer će ljudi u suprotnom pomisliti da nešto nisu razumeli. I nikada neće pitati šta to znači, jer će ispasti da su glupi. Jedan čovek je proveo sa mnom mnogo godina, ali bi svaki dan nekoga pitao: „O čemu se radi? Zašto se ljudi smeju?" - i on se sme-jao, da se ne bi izdvajao, ali nikada nije uspeo da shvati vic. Nemci su previše ozbiljni i zbog toga ne mogu da razumeju vic.

Ako ispričate vic Jevrejину, on se neće nasmejati, ali će reći: „To je stari vic, a pored toga ste ga pogrešno ispričali." Oni su najnapredniji narod po pitanju viceva. Mali je broj viceva koji ne vodi poreklo od Jevreja. Zato nikada nemojte Jevrejину da pričate vic, jer će vam sigurno reći: „To je stara fora - ne gnjavi me time. Druga stvar, pogrešno si to ispričao. Prvo nauči da pričaš viceve; to je umetnost." Ali, neće se nasmejati.

Smeli se pojavljuje kao i grom - iznenada. Po tom principu funkcioniše vic, bilo koji vic. Zašto vic navodi ljude da se smeju? Koja je njegova psihologija? On u ljudima nagomilava određenu energiju; dok slušate vic, um počinje da razmišlja na određeni način, i u vama raste uzbuđenje da čujete vrhunac, da čujete kako se završava. Počinjete da očekujete neki logičan kraj - jer um ne može da se izbori ni sa čim drugim osim sa logikom - a vic nije logičan. Tako

da kad dođe kraj, on je toliko nelogičan i besmislen, ali sve se uklapa... Energija koju ste zadržavali iščekujući kraj iznenada izleti u obliku smeha. Nema veze da li je u pitanju neki odličan vic, ili neki sasvim običan, psihologija je ista.

U maloj crkvenoj školi učiteljica je rekla da će dati jednu divnu statu dečaku ili devojčici koji tačno odgovore na pitanje. Rekla je da će nakon sat vremena predavanja da im postavi samo jedno pitanje, i ko god da tačan odgovor - dobiće statu.

Učiteljica je sat vremena pričala dečacima i devojčicama o Isus Hristu, o njegovoj filozofiji, raspeću, o njegovoj religiji i kako širom sveta ima veliki broj sledbenika; sve to je sažela u sat vremena predavanja. Na kraju ih je pitala: „Recite mi, ko je najveći čovek na svetu?”

Jedan mali Amerikanac je ustao i rekao: „Abraham Linkoln.”

„To je dobar odgovor, ali nedovoljno. Sedi”, reče mu učiteljica.

Devojčica iz Indije je podigla ruku kada je učiteljica ponovila pitanje: „Ko je najveći čovek na svetu?” Devojčica je rekla: „Mahat-ma Gandi.” Učiteljica se već malo iznervirala. Trud od celih sat vremena! „To je dobar odgovor, ali ne dovoljno dobar”, rekla je.

A onda je jedan sitniji dečak počeo izbezumljeno da maše rukom. „Da”, reče učiteljica. „Kaži ko je najveći čovek na svetu.”

„Nema sumnje da je to... Isus Hrist”, rekao je dečak.

Učiteljica se zbunila jer je dečak bio Jevrejin. On je osvojio nagradu, i kada su svi krenuli kući, pozvala ga je na stranu i upitala: „Zar ti nisi Jevrejin?”

„Jesam”, odgovorio je on.

„Zašto si onda rekao Isus Hrist?”

„Ja u srcu znam da je to Mojsije, ali posao je posao!”, reče dečak.

Svaki vic se završava preokretom kakav po logici stvari niste očekivali. A zatim sva energija koju ste akumulirali izlazi u obliku eksplozivnog smeha.

U početku je teško biti svestan tokom smejanja, ali nije nemoguće. Pošto je u pitanju pozitivna pojava, biće Vam potrebno malo vremena, ali nemojte previše da se trudite; u suprotnom ćete propustiti smeh! U tome je problem. Ako se previše trudite da budete svesni, propustićete priliku za smejanje. Samo budite opušteni i kada se smeh pojavi, kao što se talas pojavljuje na površini okeana, tiho ga posmatrajte. Ali, ne dozvolite svom posmatraču da prekida smeh. I jedno i drugo moraju da rade svoje.

Smeh je divan fenomen, njega se ne treba osloboditi. O njemu se, međutim, nikada nije razmišljalo na ovaj način. Ne postoji nijedna slika na kojoj se Isus Hrist, Gautama Buda ili Sokrat smeju; sva trojica su bili veoma ozbiljni. Za mene, ozbiljnost je bolest. Smisao za humor vas čini humanijim, skromnijim. Smisao za humor je, po mom viđenju, jedan od osnovnih delova religioznosti. Religiozna osoba koja ne može iskreno da se smeje nije religiozna u potpunosti; tu još uvek nešto nedostaje. Morate, dakle, da hodate samom ivicom. Smehu morate dozvoliti da vas u potpunosti obuzme.

Prvo se zato pobrinite za smeh; pobrinite se da mu se potpuno prepustite. I posmatrajte. Možda će Vam u početku biti teško: prvo će se pojaviti smeh, a onda ćete iznenada postati svesni. Nema problema. Malo-pomalo i jaz će se smanjivati. Samo Vam je potrebno vreme i vrlo brzo ćete moći da budete savršeno svesni i da se potpuno prepustite smehu.

Smeh je, međutim, potpuno jedinstven fenomen. Ne bi trebalo da zaboravite da se životinje, a ni ptice ne smeju - samo se čovek smeje, i to samo inteligentni ljudi. Jedan deo

inteligencije vam omogućava da odmah shvatite besmislenost date situacije. A oko nas se dešava neverovatno veliki broj besmislenih situacija. Ceo život je smešan; samo treba da izoštrite svoj smisao za humor.

Zapamtite, zato, da treba da idete polako; nigde nemojte da žurite i ne prekidajte svoj smeh. Svest uz potpuno prepuštanje smehu predstavlja veliko dostignuće.

Druge stvari - poput tuge, frustracije, razočaranja - beznačajne su, morate da ih odbacite. Kada su one u pitanju, nema potrebe da budete pažljivi. Nemojte biti pažljivi sa njima; samo budite potpuno svesni i pustite ih da nestanu. Smeh, međutim, morate da sačuvate.

Zapamtite zašto se ni Gautama Buda, ni Isus, ni Sokrat ne smeju: zaboravili su, odnosili su se prema smehu baš kao i prema bilo kojoj negativnoj emociji. Toliko su insistirali na stanju svesnosti, da je čak i smeh nestao iz njihovih života. Smeh je dobar i veoma vredan. Kako su tuga, jad i patnja nestali i ustupili mesto svesti, oni su bivali sve više svesniji i potpuno su zaboravili da postoji nešto što mora biti spašeno, a to je - smeh.

Po mom shvatanju, da je Isus mogao da se smeje, hrišćanstvo ne bi prošlo kroz tako veliku nesreću kroz koju je prošlo. Da je Gautama Buda mogao da se smeje, milioni budističkih monaha koji ga slede ne bi bili toliko tužni, dosadni, toliko beživotni. Budizam se proširio teritorijom cele Azije i učinilo je bezličnom.

Nije slučajno što je budizam izabrao svetu boju za odeću svojih monaha, jer svetla boja je boja smrti. Kada dođe jesen i drveće ogoli, njegovo lišće izbledi i počne da opada da bi na kraju ostale samo grane. Ta svetla boja je poput one kada čovek umire, pa njegovo lice postane belo. On umire; proces umiranja je već počeo i za nekoliko minuta će se završiti. Razlike između nas i drveća, zapravo, nema; isto se ponašamo.

Budizam je celu Aziju učinio tužnom. Tražio sam viceve koji vode poreklo iz Indije i nisam našao nijedan. Ozbiljni ljudi uvek pričaju o Bogu, paklu i raj, o reinkarnaciji i filozofiji karme. Vicevi se tu nigde ne uklapaju! Kada sam počeo da držim javna predavanja na kojima sam govorio o meditaciji ponekad bih ispričao neki vic. Povremeno bi mi prišao neki đainski ili budistički monah, ili hindu propovednik, i rekli bi mi: „Tako ste divno govorili o meditaciji, ali zašto ste ispričali taj vic? On je sve uništio. Ljudi su počeli da se smeju. Samo što je priča počela da postaje ozbiljna, uspeali ste sve da uništite. Radili ste pola sata nešto da biste zadržali ozbiljnu atmosferu, a onda ste ispričali vic i sve ste upropastili! Zašto bi uopšte neko pričao viceve? Buda nikada nije pričao viceve, Krišna nikada nije pričao viceve.”

Ja nisam ni Buda ni Krišna, i ne zanima me da budem ozbiljan. U stvari, *baš zato* što su ljudi postajali ozbiljni, ja sam morao da ispričam vic. Ja ne želim da bilo ko postane ozbiljan, ja želim da svi budu razigrani. I život mora da bude sve bliži i bliži smehu, a ne ozbiljnosti.

MEDITACIJA "VEŽBE TRANSFORMACIJE"

NAPOMENA IZDAVAČA: Osho predlaže da bilo koju tehniku ili vežbu meditacije isprobate tokom tri dana da vidite da li vam „leži“. Ako ne osetite da vam se dešava neka pro-mena, ili ako vam izgleda da ta tehnika ne odgovara vašem tipu, isprobajte drugu. Cesto sebe u početku ne možemo jasno da sagledamo, tako da vežba ili meditacija mogu da se svide umu, a da se ispostavi da ne donose nikakvu korist. Može, pak, da se desi i da uvedemo razne vrste racionalizacije da bismo izbegli eksperimentisanje sa tehnikama ili vežba-ma, baš zato što bi mogle da budu od neprocenjive koristi!

Sve metode u ovom poglavlju nude mogućnost da sa njima eksperimentišete; na vama je da ih isprobate kroz igru i otkrijete koja čini da se osećate kako treba.

Nekoliko opaski u vezi sa meditacijom je već izrečeno u glavnom delu knjige. Oshove Aktivne meditacije su tehnike koje je Osho razvio za potrebe savremenog muškarca i žene koji žive u brzom, stresnom okruženju. Ove meditacije su naučno osmišljene da pomognu osobi da postane svesna, a zatim da se oslobodi emotivnih i fizičkih blokada i napetosti koje ih sprečavaju da iskuse meditaciju. Lista četiri najo-snovnije tehnike nalazi se na kraju ovog odeljka, zajedno sa informacijom o svakoj tehnici i gde možete da saznate više o njima. U vezi sa razumevanjem meditativnih tehnika koje je razvio, Osho kaže sledeće:

Moje tehnike u osnovi počinju od katarze. Sta god se sakrilo, mora da se oslobodi. Ne smete da nastavljate sa potiskivanjem; umesto toga, izaberite stazu izražavanja. Nemojte da osuđujete sebe. Prihvatite sebe, jer svako osuđivanje dovodi do rascepa...

Ovo vam može zvučati paradoksalno, ali oni koji potiskuju svoju nervozu postaju sve više neurotični, dok oni koji je izražavaju, u stvari je svesno odbacuju. Tako da, ako ne postanete svesno ljudi, nikada nećete postati zdravi. R.D. Leng je u pravu. On je jedan od najosetljivijih ljudi Zapada. On kaže: „Dozvolite sebi da poludite.“ Ludi ste, dakle nešto mora da se uradi povodom toga. Ono što ja kažem - jeste, postanite svesni toga. Sta kažu stare tradicije? One kažu: „Potiskuj; ne dozvoli mu da ispliva na površinu, inače ćeš postati lud.“ Ja kažem da mu dozvolite da ispliva; to je jedini put ka duševnom zdravlju. Oslobodite ga! Ako ostane unutra, postaće otrovan. Izbacite ga, potpuno ga odstranite iz svog sistema. Izražavanje je ono što treba da uradite. A da biste došli do ove katarze, morate joj pristupiti sistematično, metodološki, jer tokom procesa ćete postati ljudi - svesno ljudi.

Morate da uradite dve stvari: ostanite svesni onoga što radite i nemojte ništa da potiskujete. Ovde je u pitanju disciplina i nje se morate držati: biti svestan i ne potiskivati; drugim recima, biti sve-stan i izražavati.

Osnove posmatranja

Tokom procesa osvešćenja javljaju se tri teškoće. Od izuzetne je važnosti da svaki tragač ovo shvati. Svako, zapravo, postaje svestan, ali tek kada se sve završi. Bili ste besni: imali ste običaj da oša-marite svoju suprugu, ili da bacite jastuk na supruga. Kasnije kada se sve smiri, kada prođe taj trenutak, postanete svesni svega. Ali, tada je sve uzalud, ništa ne može da se uradi. Ono što ste učinili ne može se vratiti; prekasno je.

Morate da zapamtite tri stvari. Jedna je da postajete svesni dok se sam događaj odvija. Ovo predstavlja prvu poteškoću za osobu koja želi da postane svesna - postati svestan tokom samog procesa.

Bes se nalazi u vama poput dima. Postati svestan toga kada je najgušći, to je prva poteškoća, ali nije nemoguće. Dovoljno je da se samo malo potrudite i moći ćete da ga zgrabite. U početku ćete videti da postajete svesni onda kada bes prođe i kada se sve smiri; postajete svesni nakon petnaest minuta. Pokušajte, i shvatićete to posle pet minuta. Pokušajte opet, i postaćete svesni maltene odmah, nakon jednog minuta. Potrudite se još malo i postaćete svesni kada bes počinje da jenjava. Potrudite se još malo i postaćete ga svesni usred događaja. To je prvi korak: biti svestan tokom samog čina.

Onda dolazi drugi korak, koji je mnogo teži, jer sada zalazite u dublje vode. Drugi korak, ili druga poteškoća, jeste setiti se *pre* samog događaja, onda kada se on još nije dogodio, ali vi nosite ideju o njemu. Još uvek se nije realizovao, ali ga vi nosite u sebi kao ideju. On je tu kao mogućnost, kao seme; može da se pretvori u delo svakog trenutka.

Sada će vam biti potrebna malo suptilnija svest. Čin je značajan -vi udarate osobu. Možete postati svesni toga dok zadajete udarac, ali *ideja* zadavanja udarca je daleko suptilnija. Hiljade misli prolazi kroz glavu; ko obraća pažnju na njih? One se samo redaju, saobraćaj teče i većina tih ideja se nikada ne pretvori u delo. Ovo je razlika između „greha" i „zločina". Zločin nastaje kada se neka ideja pretoči u čin. Nijedan sud ne može da vas kazni za ono što pomislite. Vi možete da mislite o ubijanju neke osobe, ali nijedan sud ne može da vas kazni zbog toga. Možete da uživete u toj ideji, možete da sanjate o tome, ali niste podložni nijednom zakonu osim ako nešto ne učinite i misao pretvorite u realnost. Tada to postaje zločin. Religija, međutim, zalazi dublje od zakona. Religija kaže da je greh ako samo pomislite. Bilo da tu misao realizujete ili ne, nije važno; vi ste u svom unutrašnjem svetu počinili ubistvo i to je uticalo na vas, to vas je zatrovalo, ukaljalo.

Drugi korak je da vidite misao koja počinje da se rađa u vama. To je moguće uraditi, ali samo nakon što ste prešli prvu barijeru, jer misao nije opipljiva kao sam čin. Pa ipak, dovoljno je opipljiva da možete da je uočite; samo treba malo da vežbate. Sedite u tišini i samo posmatrajte svoje misli. Samo posmatrajte sve faze jedne misli -kako se rađa, kako poprima oblik, kako ostaje u umu, grčevito se drži unutra, a zatim nestaje. Misao postaje gost, a kada dođe vreme, napušta vas. Mnoge misli samo dođu i odu; vi ste domaćin mnogim mislima koje dođu i odu. Samo posmatrajte.

Ne pokušavajte u početku to da radite sa teškim mislima, pokušajte sa jednostavnijim. Tako će vam biti lakše, jer je u pitanju isti proces. Dovoljno je da sedite u bašti, zatvorite oči i gledate sve ono što prolazi - a misli uvek prolaze. Pas laje u komšiluku i tog trenutka u vama počinje proces razmišljanja. Iznenada se setite psa kojeg ste imali u detinjstvu i koliko ste ga voleli,

zatim je pas uginuo, a vi ste patili. Tada se javlja ideja smrti, psa zaboravljate i setite se smrti majke... što vas asocira de se setite oca... i tako redom. A sve to je započeo blesavi pas koji nije ni svestan da vi sedite u dvorištu, on koji laje samo zato što ne zna kako drugačije da se zabavi. On nije bio svestan da ste tu, niti je lajao zbog vas, ali lanac je započet.

Posmatrajte ove jednostavnije lance, a zatim polako pokušavajte sa stvarima koje uključuju emocije. Besni ste, pohlepni, ljubomorni - samo se usredsredite na misli. To je drugi korak. Treći korak je da postanete svesni ovog procesa pre nego što postane misao, a čiji je krajnji rezultat neki čin. To je najteže; u ovom trenutku to čak ne možete ni da pojmite. Pre nego što bilo šta postane misao, to je osećanje.

Ovo su te tri stvari: prvo se javlja osećanje, zatim misao, pa sam čin. Vi možda i niste svesni da svaka misao dolazi kao rezultat određenog osećanja. Ako nema osećanja, neće se pojaviti ni misao. Osećanje se aktuelizuje u misao, a misao se aktuelizuje u čin.

Sada treba da uradite nešto što je skoro nemoguće: da uočite određeno osećanje. Zar niste to već ranije primetili? Nekada zapravo i ne znate zašto se osećate pomalo uznemireno; nikakvu misao ne možete da odredite kao uzrok tome, međutim osećate se uznemireno. Nešto se sprema u podzemlju, osećanje prikuplja snagu. Nekada ste tužni. Ne postoji razlog zašto biste se tako osećali, a nije se pojavila ni misao koja bi to osećanje prouzrokovala; pa ipak, tuga je tu kao neko opšte osećanje. To znači da osećanje pokušava da izbije na površinu; seme osećanja šalje svoje lišće da izađe iz zemlje.

Ako ste sposobni da postanete svesni te misli, onda ćete pre ili kasnije postati svesni suptilne nijanse tog osećanja. Ovo su te tri poteškoće. A ako možete da uradite ove tri stvari, iznenada ćete doći do najdubljeg centra svog bića.

Čin je najudaljeniji od bića, zatim misao, pa osećanje. A iza osećanja, sakriveno iza osećanja, nalazi se vaše biće. To biće je univerzalno. To biće je cilj svake meditacije. Treba samo da pređete ove tri barijere. Te tri barijere su kao tri koncentrična kruga koja se nalaze oko centra bića.

Nađite vreme i mesto kada vas ništa neće ometati. U tome je suština meditacije. Odvojite barem jedan sat svakog dana kada ćete sedeti u tišini ne radeći ništa, kada vas ništa neće okupirati, i samo posmatrajte ono šta se dešava u vama. U početku, dok budete gledali u sebe, bićete tužni. Osećaćete samo tamu i ništa više, pojavlji-vaće se sve ružne stvari i razne crne rupe. Osetićete agoniju, a ne ekstazu. Ali, budite uporni, istrajni, jer doći će dan kada će agonija nestati, a iza agonije krije se ekstaza.

Počnite od malih stvari i shvatićete. Kada idete u jutarnju šetnju, uživajte u šetnji - uživajte u pticama na drveću, sunčevim zracima, oblacima i vetru. Uživajte i imajte na umu da ste vi ogledalo; vi dajete odraz oblaka, drveća, ptica i ljudi. Krenite u jutarnju šetnju i imajte na umu da vi niste ta šetnja. Vi niste onaj koji hoda, već onaj koji posmatra. Malo-pomalo i okusićete to — to je ukus, i dolazi polako. To je najdelikatniji fenomen na svetu; ne možete da žurite. Potrebno je strpljenje.

Jedite, osetite hranu i ujedno imajte na umu da ste vi posmatrač. U početku ćete imati malo problema jer još uvek niste radili ove dve stvari istovremeno. U početku ćete, znam, imati osećaj kao da ste prestali da jedete ako počnete da posmatrate, ili ako počnete da jedete, zaboravićete da posmatrate.

Naša svest je jednosmerna - sada, takva kakva jeste - i ide samo u pravcu cilja. Ona,

međutim, može da postane dvosmerna: može i da jede i da posmatra. Možete ostati u svom centru-i možete posma-trati oluju oko sebe; možete da postanete centar ciklona.

Transformacija straha

Strah ima neku svoju lepotu, delikatan je i osetljiv na svoj način. Strah je u stvari jedna veoma osetljiva živost. Sama reč je negativna, ali je osećanje veoma pozitivno. Samo ono što je živo može da se plaši; mrtva stvar ne poznaje strah. Strah je deo osećaja da ste živi, strah je deo osećaja osetljivosti, deo osećaja krhkosti. Dozvolite zato sebi da se plašite. Dozvolite sebi da drhtite od straha, da vas pro-drma iz temelja i uživajte u tom osećanju kao da vas neko trese.

Nemojte da zauzimate stav u vezi sa strahom; nemojte, zapravo, ni da ga zovete strah. Onog trenutka kada ga nazovete strahom, vi ste već zauzeli stav. Već ste ga osudili; već ste rekli da je to osećanje pogrešno i da ne bi trebalo da bude tu. Zauzeli ste gard i malte-ne pobegli, trčećim korakom. Na skoro neprimetan način ste se otr-gli od njega. Nemojte ga, dakle, nazivati strahom. To je jedna od osnovnih stvari: prestanite da dajete imena stvarima. Samo posma-trajte osećanje onakvo kakvo je. Prepustite mu se i nemojte da ga etiketirate; neka neznanje stupi na scenu.

Neznanje je neverovatno meditativno stanje. Budite uporni u tome da budete neznalica i ne dozvolite umu da manipuliše. Nemojte da dozvoljavate umu da koristi jezik i reci, etikete i kategorije, jer je u pitanju ceo jedan proces. Jedna stvar je u vezi sa drugom, i to tako teče. Samo posmatrajte i ne zovite to osećanje strahom.

Prepustite se drhtanju

Budite uplašeni i drhtite, to je divno. Sklonite se u ćošak, sklonite se ispod pokrivača i drhtite. Uradite ono što bi životinja uradila ako se uplaši. Šta bi dete uradilo da se uplaši? Plakalo bi. Ili član primitivnog plemena, šta bi on uradio? Samo primitivni ljudi znaju da će im se podići kosa na glavi kada ih obuzme strah. Civilizovani ljudi su zaboravili to iskustvo; ono je jednostavno postalo metafora. Mi mislimo da je to samo izreka, da nije istinita. To se, međutim, zaista dešava.

Ako dozvolite strahu da vas obuzme, dići će vam se kosa na glavi. Tada ćete prvi put videti koliko je strah divan fenomen. U svom tom metežu, usred tog ciklona, shvatićete da u vama još uvek postoji deo koji je potpuno netaknut. A ako strah ne može da ga dotakne, onda ni smrt ne može. Svuda okolo su tama i strah, usred čega se nalazi mali centar koji je transcidentalni u odnosu na njih. Ne radi se o tome da vi pokušavate da budete transcidentalni: vi ste naprosto dopustili strahu da vas obuzme, ali ste u jednom trenutku postali svesni kontrasta, postali ste svesni te tačke koja miruje. Strah predstavlja vrata kroz koja čovek dolazi do svog bića.

Uradite ono čega se plašite

Kad god se strah javi, imajte na umu da ne treba da bežite, jer to nije način da ga se resite. Prepustite mu se. Ako se plašite mraka, uđite u mrak, jer to je jedini način da taj strah prevazidete. To je jedini način da se uzdignete iznad straha. Izadite u noć; nema ništa važnije od toga. Čekajte, sedite sami u mraku i neka noć sve odradi.

Ako osetite strah, drhtite. Neka se javi drhtanje, ali recite noći: „Radi šta god hoćeš. Tu sam." Posle nekoliko minuta ćete vide-ti da se sve smirilo. Noć više nije tako tamna, počela je da svetli. Uživacete u tom sjaju. Možete čak i da dodirnete sve to - tu baršunastu tišinu, njenu veličinu, muziku. Moći ćete da uživate u svemu tome i reći ćete: „Koliko sam bio glup što sam se plašio tako divnog iskustva!"

Kada se javi strah, nemojte da bežite od njega. To će vam onda postati blokada i vaše biće nikada neće moći da se razvije do te dimenzije. Prepustite se, zapravo, nagoveštajima koje vam strah daje. Oni predstavljaju pravac u kom treba da putujete. Strah je prosto rečeno izazov. On vas priziva: „Dođi!" Tokom života ćete se susresti sa mnogim situacijama koje donose strah. Prihvatite izazov i učestvujte u njima. Nikada nemojte da bežite i nikada nemojte da budete kukavica. A onda ćete jednog dana iza svakog straha naći skriveno blago. Tako postajete multidimenzionalna osoba. I zapamtite, sve što je živo ulice vam strah. Mrtve stvari vas ne plaše jer ne nose u sebi izazov.

Opustite se i posmatrajte

Kad god se uplašite, samo se opustite. Prihvatite činjenicu da je strah tu, ali nemojte da radite ništa povodom toga. Odbacite ga; ne obraćajte pažnju na njega.

Posmatrajte telo. Trebalo bi da se oslobodi napetosti. Ako nema napetosti u telu, strah nestaje istog trenutka. Strah stvara određeno stanje napetosti u telu, tako da može da se ukoreni u njemu. Ako je telo opušteno, strah će pre nestati. Opuštena osoba ne može da bude uplašena. Ne možete da uplašite opuštenu osobu. Čak i ako se strah pojavi, doći će poput talasa i otići; neće se ukoreniti.

Strah koji dolazi i odlazi, vi kojeg strah ne dotiče - to je divna slika. Kada se strah ukoreni u vama i počne da raste, tada postaje rasti-nje, kancerogeno rastinje. Tada oštećuje vaš organizam iznutra.

Dakle, kad god osetite strah, da biste mogli da ga posmatrate, vaše telo mora da bude opušteno, ne napeto. Ležite na pod i opustite se - opuštanje je protivotrov za strah - i on će doći i otići. Vi samo posmatrajte.

Treba da budete indiferentni u posmatranju. Covek samo treba da prihvati da je to u redu. Dan je vruć; šta možete da uradite? Telo se znoji; čovek to mora da prevazide. Veče se bliži, a i hladan povetarac će početi da duva. Samo posmatrajte sve to i budite opušteni.

Kada postanete spretni u ovome - a vrlo brzo ćete postati - vi-dećete da vas strah neće obuzimati ako ste opušteni.

Pokušajte da zaspate umirući

Uveče pre nego što zaspate, pokušajte pet do deset minuta da oseća-te kao da umirete dok ležite - i radite to svake večeri. U roku od ne-delju dana ćete moći da se prepustite tom osećanju i da uživate u njemu. Iznenadićete se koliko će napetosti nestati iz tela. Dopustite telu da umre, pokušajte da zaspate umirući, i ujutru ćete se osećati tako sveže i puni energije. Energija će vas ispunjavati i činiti harmoničnim.

Transformacija besa

Zapamtite, mi dajemo energiju besu; on tek tada oživljava. On nema svoju energiju; bes zavisi od naše saradnje. Kada posmatrate, ta saradnja je prekinuta; više ne učestvujete u njoj. Saradnja će se javiti na nekoliko trenutaka, nekoliko minuta, a zatim će nestati. Kada ne uspe da pusti korene u vama, kada vidi da ste nedostupni, kada vidi da ste odsutni, da ste samo posmatrač na brdu, propašće, nestaće. A to nestajanje je divno. Neverovatno je iskustvo taj trenutak nestajanja.

Kada vidite da je strah nestao, javlja se ogromna smirenost: tišina koja dolazi za olujom. Iznenadićete se kada vidite da svaki put kada se digne oluja, a vi možete da je posmatrate, spoznaćete smirenost kakvu nikada ranije niste. Zapašćete u tako duboko meditativno stanje... Kada bes nestane, videćete koliko ste osve-ženi, mladi, nevini, kao što nikada do sada niste bili. Tada ćete biti zahvalni čak i besu; nećete biti ljuti na njega — jer vam je pružio nov i prelep prostor za život, jedno potpuno novo i sveže iskustvo da ga proživite. Vi ste ga iskoristili, napravili ste od njega odskočnu dasku.

To se zove kreativno iskorištavanje negativnih emocija.

Samo budite besni

Kada osećate da ste besni, onda nema potrebe da budete besni na nekoga; samo budite besni. Neka se to pretvori u meditaciju. Zatvorite se u sobu, sedite i neka se bes ispoljava što više. Ako imate osećaj da biste nešto da udarite, udarajte jastuk...

Radite šta god želite; jastuk nikada neće biti objekat. Ako želite da ubijete jastuk, uzmite nož i ubijte ga. To pomaže, to neverovatno mnogo pomaže. Covek ne može da shvati koliku pomoć može jastuk da pruži. Samo ga tucite, grizite, bacajte. Ako ste besni na nekoga posebno, napišite njegovo ime na jastuku ili zakačite njegovu sliku.

Pretvorite svoj strah u trenutak meditacije, a onda vidite šta se dešava. Osetićete kako dolazi iz svakog dela vašeg tela. Ako mu se prepustite, svaka ćelija vašeg tela će mu se prepustiti. Svaka pora, svako vlakno vašeg tela će postati nasilno. Čelo telo će vam biti obuzeto ludilom. Poludeće, ali mu dozvolite i nemojte da se uzdržavate.

Osetićete se besmisleno, budalasto - ali bes je besmislen; tu ništa ne možete da uradite. Prepustite mu se i uživajte u njemu kao u energetskom fenomenu. Bes je jedan energetski fenomen. Ako nikoga ne povređujete, sve je u redu. Ako pokušate ovo da uradite, videćete da će ideja da povredite nekog drugog polako nestati. Ovo možete da radite svaki dan, samo dvadeset minuta svakog jutra.

Onda obratite pažnju na to šta se dešava tokom ostatka dana. Bićete smireniji, jer ste izbacili energiju koja bi mogla da se pretvori u bes; izbacili ste iz sistema energiju koja bi mogla da se pretvori u otrov. Radite ovo bar dve nedelje i posle samo nedelju dana ćete se iznenaditi kada otkrijete da se bes neće pojavljivati u kakvoj god situaciji da se nađete.

Budite ozlojeđeni

Samo se zatvorite u svoju sobu i setite se kako ste se osećali kada ste pobesneli. Setite se besa i ponovo ga proživite. To će vam biti lako. Da ponovo proživite to iskustvo, da sve ponovite. Nemojte samo da ga se setite, *proživite* ga ponovo. Setite se da vas je neko uvredio, šta je rekao i

kako ste vi na to reagovali. Reagujte ponovo, ponovite tu situaciju.

Vaš um je samo sprava za snimanje, a ovaj događaj je snimljen upravo onako kako se odigrao, kao da je uskladišten na kasetu u vašem mozgu. Možete ponovo da osetite isto osećanje. Oči će vam pocrveneti, telo će početi da drhti i uhvatiće ga groznica, sve će se ponovo odigrati. Nemojte zato samo da se prisećate, proživite to opet. Saživite se ponovo sa tim iskustvom i um će shvatiti. Incident će vam se vratiti i ponovo ćete ga proživeti. U tom ponovnom proživljavanju, međutim, nemojte da se uznemiravate.

Počnite od prošlosti - lako je, jer je ovo sada predstava, nema traga stvarnoj situaciji. Ako možete ovo da uradite, onda ćete moći to da primenite i u situaciji kada je bes stvarno prisutan. Ovo ponovno odigravanje nečega iz prošlosti će vam mnogo pomoći.

Svako nosi ožiljke u umu; to su rane koje nisu zarasle. Ako im dozvolite da se ponovo odigraju, zbacićete teret. Ako možete da se vratite u prošlost i završite nešto što je ostalo nedovršeno, teret prošlosti vas više neće opterećivati. Um će vam se osvežiti; više neće biti prašine.

Ta nedovršena stvar se nadvija nad umom poput oblaka. Ima uticaj na sve ono što ste vi i na sve što radite. Taj oblak mora da nestane. Vratite se unazad i donesite sa sobom želje koje su ostale neispunjene, olakšajte rane koje vas još uvek peku. Zacelićete ih. Po-staćete kompletniji, a kroz ovo iskustvo ćete shvatiti kako da se ne uznemiravate u situaciji koja izaziva uznemirenost.

Obratite pažnju tri puta

U budizmu postoji određena metoda koja se zove „obratiti pažnju tri puta“. Ako se javi neki problem - ako neko, na primer, oseti ljubomoru, zavist ili bes - mora tri puta da obrati pažnju na to. Ako se javi, recimo, bes, učenik u sebi mora tri puta da kaže: „Bes... Bes... Bes.“ To čini da bi mu posvetio potpunu pažnju i da ga svest ne previdi, to je sve. Onda nastavlja da radi ono što je radio. On ne čini ništa u vezi sa besom, samo tri puta obraća pažnju na njega.

To je neverovatno divno. Istog trenutka kada postanete svesni onoga što vas uznemirava, obratite pažnju na to i ono nestaje. To ne može da vas obuzme, jer to je moguće samo kada niste svesni. Kada na ovaj način tri puta obratite pažnju na ono što vas muči, postajete toliko svesni toga da vas to odvaja od besa. On sad može da postane vaš objekat, jer bes je na jednom mestu, a vi ste na drugom. Buda je svojim učenicima govorio da tako rade sa svim stvarima.

Trčite poput deteta

Počnite jutro trčanjem. Počnite sa osamsto metara, pa polako prelazite na kilometar i po, da biste na kraju trčali bar nekih pet kilometara. Koristite celo telo dok trčite. Nemojte da trčite kao da nosite luđačku košulju. Trčite poput male dece, koristeći celo telo -i ruke i noge - i trčite. Dišite duboko i iz stomaka. Zatim sedite ispod drveta, odmorite se, dišite i neka vas povetarac ohladi; postanite smireni. Ovo će vam neverovatno pomoći.

Mišići moraju da budu opušteni. Ako volite plivanje, možete da idete i na plivanje. I to će vam pomoći. Ali, i plivanju morate da se prepustite što više. Sve što može potpuno da vas okupira

biće od pomoći. Nije u pitanju bes ili neka druga emocija. U pitanju je to da nešto treba da vas okupira u potpunosti; tada ćete moći da se prepustite mržnji i ljubavi. Onaj ko zna nečemu da se prepusti u potpunosti, zna da se prepušta u potpunosti svemu; nije bitno o čemu je reč.

Veoma je teško raditi na besu direktno jer je moguće duboko ga potisnuti. Radite, zato, indirektno. Trčanje će pomoći u izbacivanju velike količine besa i straha. Kada dugo trčite i dišete duboko, um prestane da funkcioniše i telo preuzima glavnu reč. Tokom onih nekoliko trenutaka dok sedite u senci drveta, dišući, uživajući u prohladnom povetarcu, misli nema. Tada ste samo telo koje bub-nji, živo telo, organizam koji je na istoj talasnoj dužini sa celinom, baš kao i životinja.

Nakon tri nedelje ćete osetiti kako stvari dobijaju dublji smisao. Kada se bes opusti, nestane, osećaćete se slobodno.

Zapamtite da ste vi izvor

Neko vas je uvredio — bes se iznenada javlja, vi počinjete da se tresete kao da imate groznicu. Bes ide ka osobi koja vas je uvredila. Sada ćete sav taj bes da projektujete na nekog drugog. Ta osoba vam ništa nije uradila. Sta je to što je uradila ako vas je uvredila? Samo se našalila, pomogla vašem besu da poraste - ali taj bes je ipak vaš.

Ta druga osoba nije izvor; izvor se uvek nalazi u vama. Druga osoba samo pogađa izvor, i ako u vama nema besa, onda ne može ni da ispliva. Ako pogodite Budu, samo će saosećanje isplivati jer on u sebi samo saosećanje i nosi. Bes neće isplivati jer ga tu i nema. Ako bacite kantu u prazan bunar, ništa neće izaći. Ako u bunaru ima vode, kada bacite kantu u njega, voda će izaći, ali ona potiče iz bunara. Kola joj samo pomaže da izađe napolje. Dakle, onaj ko vas vredi vam samo baca kofu, i onda će kofa da izađe napolje puna besa, mržnje ili gorčine koja se nalazi u vama. Vi ste izvor, imajte to na umu.

Sto se ove tehnike tiče, zapamtite da ste vi izvor svega i da to projektujete stalno na druge ljude. I bilo da osetite da ste za ili protiv, odmah se povucite u sebe i idite do izvora sa kog mržnja potiče. Zadržite se tu; nemojte odlaziti do objekta. Neko vam je dao šansu da postanete svesni svog besa; odmah se zahvalite toj osobi i zaboravite je. Zatvorite oči, povucite se u sebe i posmatrajte izvor sa kog potiču ta ljubav ili taj bes. Sa kog to izvora potiče? Samo se povlačite u sebe. Tu unutra ćete naći izvor, jer bes potiče sa vašeg izvora.

Mržnja, ljubav ili nešto treće, sve to potiče sa vašeg izvora. Veoma je lako otići do izvora u trenutku kada ste besni, zaljubljeni ili kada nekog mrzite, jer je tada sve vruće. Lako je onda ići unutra. Žica je vruća i onda možete da je unesete unutra, možete uz pomoć te toplote da idete duboko unutra. A kada dođete do hladne tačke unutar svega, iznenada ćete shvatiti da je to druga dimenzija, da se drugi svet otvorio pred vama. Koristite bes, koristite mržnju, koristite ljubav da biste krenuli unutra.

Jedan od najvećih zen majstora, Lin Ci, govorio je: „U mladosti sam bio fasciniran vožnjom čamca. Imao sam jedan manji čamac, tako da sam odlazio sam na jezero. Satima bih ostajao tamo.

Jedne prijatne večeri se desilo da sam meditirao zatvorenih očiju u svom čamcu. Struja je donela drugi čamac koji je udario u moj. Oči su mi bile zatvorene, pa sam pomislio: 'Neko je došao svojim čamcem, i udario je u moj čamac' Javio se bes. Otvorio sam oči i zaustio da u besu kažem nešto tom čoveku; shvatio sam da je čamac prazan! Tada više nije bilo moguće da se moj bes razvija. Pred kim bih ga izrazio? Čamac je bio prazan, plutao je nizvodno sam i udario u moj čamac. Tu ništa nije moglo da se uradi. Nije bilo moguće da projektujem bes na

prazan čamac."

Lin Ci je nastavio: „Zatvorio sam oči. Bes je bio tu - ali pošto nije mogao da nade put da ispliva, zatvorio sam oči i otplovio nazad sa besom. Taj prazan čamac mi je pomogao da shvatim. Pronašao sam tačku u sebi te večeri. Taj prazan čamac je bio moj gospodar. Iako danas neko dođe i uvredi me, ja se nasmejem i kažem: 'I ovo je prazan čamac' Zatvorim oči i povučem se unutra."

Transformacija tuge i depresije

PRIMEDBA IZDAVAČA: Kao što je Osho već ranije pomenuo u knjizi, luga i depresija su najvećim delom povezane sa potisnutim besom i prilaziće im se uz pomoć eksperimenti sanja sa metodama iz prethodnog odeljka. Sledi još nekoliko metoda koje možete da probate:

Pronađite unutrašnji osmeh

Kada ste srećni, počnite da radite sledeće: Kad god sedite i nemate šta da radite, samo opustite donju vilicu i blago otvorite usta. Počnite da dišete na usta, ali ne duboko. Samo pustite telo da diše, tako da će svaki udisaj biti sve plići i plići. Kada osetite da vam je udisaj veoma plitak, da su vam usta otvorena i vilica opuštена, celo telo će se osetiti opuštenim.

U tom trenutku počnite da osećate osmeh, ne samo na licu već celim unutrašnjim bićem - i moći ćete to da uradite. To nije osmeh koji se pojavljuje na usnama, to je egzistencijalni osmeh koji se širi unutrašnjim bićem.

Pokušajte to da uradite večeras i znaćete o čemu govorim, jer to ne može da se opiše. Nema potrebe da usne razvlačite u osmeh, dok god se smežete iz stomaka; stomak je taj koji se smeje. U pitanju je osmeh, ne smeli, tako da je veoma nežan, delikatan i lako se može uništiti — on je poput malog cveta ruže koji se otvara u stomaku i širi svoj miris celim telom.

Kada spoznate ovaj osmeh, možete da ostanete srećni dvadeset četiri sata. I kad god osetite da vam nedostaje ta sreća, samo zatvorite oči, prizovite taj osmeh i on će doći. Tokom dana možete da ga prizovete koliko god puta želite. On je uvek tu.

Odredite šta vam je najvažnije

Ziveo je jednom jedan sufistički mistik koji je ostao srećan celog života. Niko ga nikada nije video nesrećnog, stalno se smejao, bio je smeli, njegovo celo biće odicalo je slavljem, U starosti, kada je već bio na samrti - jedan učenik mu je rekao: „Zbunjujete nas. I dalje se smežete; kako Vam uspeva?"

„Jednostavno je", reče starac. „To sam pitao svog učitelja. Dok sam još bio mlad, otišao sam svom učitelju; bilo mi je tek sedamnaest godina i bio sam očajan, dok je moj učitelj bio veoma star, imao je sedamdeset, ali je sedeo pod drvetom i smejao se bez razloga. Nikoga nije bilo u

blizini, ništa se nije dogodilo, niko nije ispričao vic ili nešto slično, a on se samo smejao, držeći se za stomak. 'Šta nije u redu sa Vama?', pitao sam ga. 'Jeste li poludeli?'"

„On mi je odgovorio: 'I ja sam nekada bio tužan baš kao i ti. Tada mi je sinulo da je to moj izbor, da je to moj život. Od tog dana, svako jutro kada ustanem, prvo što odlučim jeste... pre nego što otvorim oči, kažem sebi: 'Abdula' - tako se zvao —' šta želiš? Očaj? Blaženstvo? Šta ćeš danas da izabereš?' I desi se da uvek izaberem blaženstvo.'"

Smeh/Uzemijeije/Pies

Sedite u tišini i počnite da se kikoćete iz samog centra svog bića, neka vam se celo telo kikoće, smeje. Počnite da se njišete u ritmu tog smeja; neka se od stomaka proširi celim vašim telom - neka vam se smeju ruke, noge. Neka vas luđački obuzme. Smejte se dvadeset minuta. Ako vam dođe da se smežete naglas, glasno, to i uradite, ali provedite dvadeset minuta smejući se. Zatim ležite na zemlju ili na pod; ležite licem prema podu. Ako je vreme toplo, bolje bi bilo da to uradite u dvorištu da biste došli u kontakt sa zemljom. Ako to možete da uradite nagi, bilo bi još bolje. Uspostavite kontak sa zemljom, ležeći tako na njoj i osetite da je zemlja majka, a da ste vi de-te. Izgubite se u tom osećaju.

Dvadeset minuta smeja, a zatim dvadeset minuta dubokog kontakta sa zemljom. Dišite zajedno sa zemljom, budite jedno sa njom.

Svi mi dolazimo iz zemlje i jednog dana ćemo joj se vratiti. Nakon tih dvadeset minuta skupljanja energije — jer zemlja će vam dati toliko energije da će i vaš ples biti drugačiji - plešite dvadeset minuta. Bilo koji ples, pustite muziku i igrajte.

Ako postoje neke prepreke, kao na primer da je napolju hladno ili da nemate privatni kutak napolju, onda ovo možete da radite u sobi. Ako je moguće, radite ovo napolju. Ako je hladno, ogrnite se ćebetom. Pronađite načine i sredstva, ali nastavite to da radite, i za šest do osam meseci primetićete velike promene koje se dešavaju spontano.

Budite što više negativni

Budite negativni četrdeset minuta - što više negativni. Zatvorite se u sobu i ispunite je jastucima. Isključite telefon i recite svima da vas ne uznemiravaju sat vremena. Zakačite poruku na vrata da vas ostave potpuno na miru sat vremena. Neka prostorija bude što mračnija. Pustite neku sumornu muziku i osećajte se kao da ste mrtvi. Samo sedite i budite negativni. Ponavljajte reč „ne" kao mantru.

Prizovite u sećanje scene iz prošlosti - kada ste se osećali tupo i umrtvljeno, ili ste želeli da izvršite samoubistvo, kada niste imali želju za životom - i preuveličajte ih. Oživite celu situaciju. Um će vas ometati. Govoriće: „Šta to radiš? Noć je tako lepa, mesec je pun!" Nemojte da slušate um. Kažite mu da može da se vrati kasnije, jer vi sada posvećujete svoje vreme tome da budete negativni. Plači te, jecajte, vičite, vrištite, psujte, radite šta god želite, ali imajte jednu stvar na umu: nemojte da postanete srećni. Ne dozvolite sreći nikako da se pojavi. Ako uhvatite sebe da se predajete sreći, ošamarite sebe! Vratite se negativnom razmišljanju i počnite da bijete jastuke, svađajte se sa njima, skačite na njih. Budite drski! Videćete da će vam biti veoma teško da budete negativni svih četrdeset minuta.

Ovo je jedan od osnovnih zakona uma: šta god negativno pokušate stalno da radite, ne možete. *Radite*, međutim - kada to budete stalno radili, osetićete kako se odvajate. Radite to,

ali ste i svedok; niste izgubljeni u tome. Javlja se distanca i ta distanca je neverovat-no lepa. Nakon četrdeset minuta, iznenada iskočite iz negativnog stanja. Sklonite jastuke, popalite svetla, pustite neku lepu muziku i igrajte dvadeset minuta. Samo govorite - „Da! Da! Da!“ - neka to bude vaša mantra. A zatim se istuširajte. To će odneti sve što je negativno i daće vam pogled na to šta znači govoriti *da*.

Uradite nešto potpuno suprotno

Ako ste bili besni, onda uradite nešto što je potpuno suprotno da biste prekinuli naviku. I ne samo to - kada prekinete naviku, energija se oslobađa. Ako ne iskoristite tu energiju, um će morati da stvori naviku iznova; gde će, u suprotnom, da ode energija? Uvek, dakle, radite nešto potpuno suprotno.

Ako ste bili tužni, pokušajte da budete srećni. Teško je, jer poznata staza je linija manjeg otpora - lakša je - a da biste bili srećni, moraćete da se potrudite. Moraćete stalno da se borite protiv zardalih mehaničkih navika koje je um stvorio. Tako ćete morati da primenite novo uslovljavanje. To znači da ćete morati da stvorite novu naviku da budete srećni.

Stara navika će istrajavati sve dok ne napravite novu - naviku da budete srećni -jer je energiji potrebno da negde izađe. Prosto ne možete da ostanete bez ventila. Umrećete, ugušićete se. Ako svoju energiju ne pretvarate u ljubav, postaće kisela, gorka; pretvoriće se u bes, tugu. Nije problem tuga; niti su problem bes ili očajanje. Problem je kako da se ne vratite na stari put.

Neka vam život zato bude ispunjen svešću. I kada uhvatite sebe da se vraćate staroj navici, odmah uradite nešto potpuno suprotno; nemojte da čekate ni trenutak. Lako je - kad otkrijete kako se to radi. Spremate se... Samo uradite nešto!

Bilo šta će biti od koristi. Krenite u dugu šetnju, počnite da igrate. Ples vam je pomalo tužan u početku? I treba da bude: tužni ste, kako možete odjednom da postanete srećni? Počnite da plešete tužni i ples će preusmeriti tugu. Doneli ste stanju tuge nešto novo, nešto što nikada ranije nije bilo tu. Nikada ranije niste plesali dok ste bili nesrećni i tužni, tako da ćete zbuniti um. Um će imati utisak da je izgubio - šta da radi? - jer um može da funkcioniše samo po starom šablonu. Šta god da je novo, um je naprosto nesposoban...

Svako postaje stručnjak malo-pomalo - stručnjak za tugu, za stanje nesreće, za bes. A onda se uplaše da će izgubiti tu svoju stručnost, jer su postali tako uspešni u tome.

Kada ste tužni, plešite, ili stanite pod tuš i posmatrajte kako tuga nestaje iz vašeg tela zajedno sa toplotom tela. Osetite to zajedno sa vodom na sebi - da tuga nestaje baš kao i znoj i prašina sa vašeg tela. I vidite šta će da se dogodi.

Transformacija ljubomore

Ako patite od ljubomore, samo posmatrajte kako se rada u vama -kako vas grabi, kako vas okružuje, stvara izmaglicu oko vas, kako pokušava da manipuliše vama. Posmatrajte kako vas odvlači ka stazama na koje nikada niste ni hteli da zakoračite, kako na kraju u vama stvara neverovatnu frustraciju, kako vam uništava energiju, rasipa je i ostavlja vas depresivne i frustrirane. Samo posmatrajte ćelu situaciju.

Zatim sagledajte činjenično stanje - bez osuđivanja, pohvala, bez ikakvog donošenja suda za

ili protiv. Samo posmatrajte, sa udaljenosti, sa distance, kao da vi sa tim nemate veze. Postavite se kao naučnik u tom posmatranju.

Jedan od najvažnijih naučnih doprinosa svetu jeste posmatranje bez donošenja suda. Kada naučnik sprovodi eksperiment, on jednostavno eksperimentiše bez donošenja suda, bez izvlačenja zaključaka. Ako već ima zaključak u glavi, to znači da nije naučnik; taj zaključak će uticati na eksperiment.

Ponašajte se kao naučnik u svom unutrašnjem svetu. Neka vaš um bude vaša laboratorija, a vi posmatrajte i zapamtite, bez osuđivanja. Nemojte da kažete: „Ljubomora je loša." Ko to zna? Nemojte da kažete: „Bes je loš." Ko to zna? Jeste, čuli ste, rekli su vam, ali to kažu drugi; to nije vaše iskustvo. Morate da sprovedete eksperiment - ne treba da kažete ni *da* ni *ne* nečemu, dok eksperiment to ne potvrdi. Vi treba da budete potpuno nepristrasni. Tada je po-smatranje ljubomore čudo.

Upustite se u to bez ikakvog prethodno formiranog mišljenja, da biste videli tačno o čemu se radi. Sta je ljubomora? Kakva je to energija koja se naziva ljubomora? Posmatrajte je kao što posmatra-te cvet ruže: samo je gledajte. Kada nema zaključka, vaš vid je oštar. Oštrinu dostižu samo oni koji nisu već doneli zaključak. Gledajte, udubite se i postaće vam očigledno; otkrićete da je to glupost. A kada znate da je u pitanju glupost, samo od sebe će nestati. Nema potrebe da je se vi oslobađate.

Posmatrajte seks

Okrenite se seksu; nema tu ničeg lošeg, ali ostanite posmatrač. Posmatrajte svaki pokret tela; posmatrajte energiju koja protiče, posmatrajte onu koja opada; posmatrajte orgazam, šta se dešava - kako se dva tela kreću u ritmu. Posmatrajte rad srca: kako radi sve brže i brže, kako dolazi trenutak kada će zamalo da poludi. Posmatrajte toplotu tela; krv brže cirkuliše. Posmatrajte disanje; isprekidano je i haotično. Posmatrajte trenutak kada dolazite do granice voljnih postupaka i kada sve prelazi u nevoljno. Posmatrajte trenutak odakle biste mogli da se vratite nazad, ali kada ga pređete, nema povratka. Telo počinje da se ponaša po automatizmu, svaka kontrola se gubi. Samo trenutak pre ejakulacije gubite svaku kontrolu, telo je preuzima.

Posmatrajte ga: voljni i nevoljni deo procesa. Posmatrajte trenutak do kog ste sve držali pod kontrolom i do kog ste mogli da se vratite nazad, kada je povratak bio moguć, i onaj trenutak kada je povratak postao nemoguć; sada je telo preuzelo potpunu kontrolu, više niste vi glavni. Posmatrajte sve - tu ima hiljadu stvari. Sve je kompleksno, a opet ništa nije kompleksno kao seks, jer su i um i telo uključeni; samo posmatrač nije uključen, samo jedna stvar uvek ostaje izvan dešavanja.

Svedok je taj koji ostaje izvan dešavanja. Svedok po svojoj prirodi ne može da bude umešan. Otkrijte tog svedoka i popeli ste se na vrh brda, sve se dešava u dolini, ali to se vas ne tiče. Vi samo gledate; šta se to vas tiče? Kao da se događa nekom drugom.

Od želje do ljubavi

Kad god osetite buđenje seksualne želje, postoje tri mogućnosti. Jedna je da joj udovoljite; to je uobičajeno, to svi rade. Druga je da je potisnete, da je prisilite da iz svesti pređe u tamu podsvesnog, da je zatvorite u podrum života. To rade vaši takozvani izuzetni ljudi -mahatme, sveci, monasi. Oba ova postupka su, međutim, protivna prirodi i protivna unutrašnjoj nauci

transformacije.

Treća mogućnost je -veoma mali broj ljudi je ovo ikada probao - da kada se seksualna želja javi, samo zatvorite oči. To je jedan veoma značajan trenutak: buđenje želje predstavlja buđenje energije. Zatvorite oči; u ovom trenutku treba da počnete da meditirate. Krenite naniže ka centru za seks gde osećate uzbuđenje, vibraciju, pokret. Idite tamo i samo budite tihi posmatrač. Budite svedok, nemojte da osuđujete. Onog trenutka kada ga osudite za nešto, udaljili ste se. I nemojte da uživete u njemu, jer kada počnete da uživete, postajete nesvesni. Samo budite na oprezu, posmatrajte, kao lampa koja gori u tamnoj noći. Samo usmerite svoju svest tamo, neka bude smirena i nepokolebljiva. Tako vidite šta se događa u centru za seks. Kakva je to energija?

Nemojte joj davati ime, jer su sve reci zaprljane. Čak i ako joj date ime „seks“, već ste počeli sa osuđivanjem. Sama ta reč je postala osuđujuća. Ili, ako pripadate drugoj generaciji, onda je sama ta reč postala nešto sveto. Reč je, u svakom slučaju, uvek nabijena nekom emocijom. Svaka reč nabijena emocijom predstavlja prepreku na putu ka svesti.

Nemojte nikako da je zovete, samo posmatrajte energiju koja se budi blizu centra za seks. Javlja se uzbuđenje - posmatrajte ga. Po-smatrajući ga, uvidećete potpuno nove osobine energije. Posmatrajući je, videćete kako se kreće nagore; ona pronalazi svoj put u vama. Onog trenutka kada krene nagore, osetićete kako vas obuzima hladnoća, kako vas okružuje tišina, osećaj zahvalnosti, lepota, blagoslov. Energija više nije poput trna, bolna. Više ne nanosi bol; umirujuća je, poput melema. Sto ste je duže svesni, više će ići. Ako može da dođe do srca, što nije mnogo teško - teško jeste, ali ne *mnogo* - ako ostanete oprezni, videćete da je došla do srca, a kada dođe do srca, prvi put ćete znati šta je to ljubav.

Osetite svoj bol

Ako vas je neko povredio, budite zahvalni toj osobi što vam je dala priliku da osetite šta je to duboka rana. On ili ona su u vama otvorili ranu. Rana može da nastane kao posledica mnogih boli koje ste pretrpeli u životu. Ta druga osoba ne mora da bude razlog patnje, ali je započela proces. Samo se zatvorite u sobu, sedite u tišini, nemojte da se ljutite na osobu, već budite potpuno svesni osećanja koje se javlja u vama: osećanje povredjenosti jer ste odbačeni, uvređeni. Tada ćete se iznenaditi kada vidite da nije tu samo ta osoba: svi muškarci i žene, svi ljudi koji su vas nekada povredili vратиće vam se u sećanje.

Ne samo da ćete ih se setiti, već ćete ponovo početi da proživljavate te trenutke. Na neki način ćete se vratiti izvornom događaju. Osetite taj bol, nemojte da ga izbegavate. Zato se za mnoge terapije pacijentu preporučuje da ne uzima Jekove pre početka, iz jednostavnog razloga: lekovi predstavljaju bekstvo od tuge koju nosite u sebi.

Koliki god da je bol ili patnja, prepustite im se. Prvo iskustvo je najjače. Biće teško, paraće vam srce. Možda ćete početi da plaćete kao dete, možda ćete se valjati po podu u najvećem bolu, možda će vam se telo grčiti. Možda ćete iznenada postati svesni da bol ne nosite samo u srcu, već i u celom telu - da vas sve boli, da vam je celo telo ophrvano bolom.

Ako možete to da iskusite - ovo je neverovatno važno - onda počnite i da upijate. Nemojte da odbacujete ovakvo iskustvo. Ta energija je od izuzetne važnosti, nemojte da je odbacujete. Upijajte je, popijte je, prihvatite je, poželite joj dobrodošlicu, budite joj zahvalni. I kažite sebi: „Ovaj put neću da je izbegnem, ovaj put neću da je odbijem, ovaj put neću da je odbacim. Ovaj put ću je uzeti i primiti kao gosta. Ovaj put ću je svariti.“

Možda će vam biti potrebno nekoliko dana da je svarite, ali kada taj dan dođe, to znači da ste nabasali na vrata koja će vas odvesti daleko, daleko. Za vas je počelo novo putovanje, vi idete ka novoj vrsti bića - jer istog trenutka kada ste prihvatili bol bez ikakvog odbacivanja, njegova energija i osobine su se promenili. To više nije bol. Covek se, zapravo, prosto iznenadi; ne može da veruje, toliko je sve neverovatno. Covek ne može da veruje da patnja može da se transformiše u takvu ekstazu, da bol može da postane radost.

Zaboravite svoju prošlost

Tuga nije ništa drugo do energija koja je mogla da se pretvori u sreću. Kada ne vidite da vaša sreća cveta, postajete tužni. Kad god vidite nekog da je srećan, vi se rastužite; zašto se to ne dešava vama? To može da vam se dogodi! Nije problem u tome. Sve što treba da uradite jeste da zaboravite prošlost. Moraćete malo da skrenete sa puta da bi se to desilo, zato se malo potrudite da se otvorite.

Jedne večeri počnite sa meditacijom. Neka se u vama javi osećaj kao da više niste ljudsko biće. Možete da izaberete da budete životinja koja hoćete. Ako vam se sviđa mačka, u redu je. Ako vam se sviđa pas, u redu je... ili tigar - mužjak, ženka, šta god vam se sviđa. Samo izaberite, ali se držite tog izbora. Postanite ta životinja. Hodajte po sobi na sve četiri noge i postanite ta životinja. Petnaest minuta uživajte u toj fantaziji koliko god možete. Lajte ako ste izabrali da budete pas i radite stvari koje se od njega očekuju - zaista to radite! Uživajte. Nemojte ništa da kontrolišete, jer pas to ne može da radi. Biti pas znači biti potpuno slobodan, tako da šta god da se dogodi u tom trenutku je u redu. Nemojte u taj trenutak da unosite ljudski faktor kontrole. Budite istinski pas. Petnaest minuta šetajte se po sobi... lajte, skačite.

Radite ovo sedam dana. Pomoći će vam. Potrebno vam je malo životinjske energije. Previše ste sofisticirani, previše civilizovani i to vas sputava. Prevelika civilizovanost dovodi do paralize. Dobra je u malim dozama, ali je u prevelikim opasna. Covek uvek treba da bude sposoban da se pretvori u životinju. Ako možete da naučite da budete malo divlji, vaši problemi će početi da nestaju.

Postoji još nešto što možete da radite tokom nekoliko dana: kad god osetite da će vas očaj obuzeti, polako mu se prepustite, nemojte da žurite; neka vaši pokreti budu spori, kao pokreti u tai čiju.

Ako ste tužni, zatvorite oči i pustite film da se polako odvija. ^Polako, polako mu se prepustite, posmatrajući sve oko sebe, gledajući šta se dešava. Neka sve ide veoma polako da biste mogli da vidite svaki čin odvojeno, svaku nit materijala zasebno.

Neka vam pokreti nekoliko dana budu usporeni, baš kao i sve drugo što radite. Na primer, ako hodate, hodajte sporije nego što ste do tada hodali. Od tog trenutka počnite da zaostajete. Kada jedete, jedite sporije... Više žvaćite. Ako vam obično treba dvadeset minuta da obedujete, sada to uradite za četrdeset; usporite petnaest procenata. Ako brzo otvarate oči,4isporite. Tuširajte se dvostruko duže nego obično; budite sporiji u svemu.

Kada usporite u svemu, vaš ceo mehanizam automatski uspori. Taj mehanizam je jedan: taj isti mehanizam koristite kada hodate, razgovarate ili kada se naljutite. Ne postoje različiti mehanizmi; to je jedan organski mehanizam. Ako, dakle, sve usporite, iznenadiće vas to što su tuga i očaj isto tako usporili.

Buda je koristio ovaj pristup i preporučivao ga je svojim učenicima. Govorio im je da hodaju polako, da pričaju polako, da se svakom pokretu prepuštaju polako... kao da nemaju energije. To dovodi do neverovatnog iskustva: uspore vani misli, želje, stare navike. Samo usporite na tri nedelje.

Oshove aktivne meditacije

Sledi lista najčešće primenjivanih Oshovih aktivnih meditacija; svaka tehnika je praćena kratkim opisom.

Svaku tehniku meditacije prati posebna muzika, kompo-novana uz Oshovo usmeravanje, da bi dala strukturu i podršku svakoj fazi procesa.

Oshova Dinamična meditacija Meditacija iz pet faza počinje od dubokog, haotičnog disanja iz stomaka, praćeno katarzom i oslobađanjem energije, usredsređivanjem, tišinom i slavljem. Ova tehnika spada među fizički najzahtevnije - i pri tom emotivno pročišćuje -od svih Oshovih aktivnih meditacija i najbolje je raditi je ujutru čim ustanete.

Oshova Kundali meditacija Cesto je nazivaju „sestra meditacija" Dinamične meditacije, ova tehnika se obično radi kasno po podne ih predveče, na kraju radnog dana. Ona dopušta telu da se tresu i izbaci iz sebe akumuliranu napetost i stres na opušten i prirodan način koji prati ples, a završava se periodom posmatranja u tišini. Oshova Nataradž meditacija Potpuno prepuštanje plesanju i slobodi četrdeset pet minuta, praćeno smirenošću i tišinom. Oshova Nadabrama meditacija Bazirana na staroj tibetanskoj metodi, ova tehnika počinje pevanjem kroz nos zatvorenih usta da bi se nežno otvorili energetski centri u telu; tome se polako dodaju spori i graciozni pokreti rukama i završava se periodom tišine. Dovodi do usredsređivanja, zaceľjivanja i opuštanja.

O autoru

Oshova učenja prkose kategorizaciji, pokrivajući sve — od pojedinačne potrage za smislom života do najznačajnijih društvenih i političkih pitanja sa kojim se suočava savremeno društvo. On nije pisao svoje knjige, već su one transkripcija audio i video zapisa snimljenih na njegovim predavanjima koje je držao pred međunarodnom publikom tokom trideset i pet godina. Londonski *Sandey Tajms* ga je okarakterisao kao jednog od „1000 stvaralaca dvadesetog veka”, a američki autor Tom Robins je za njega rekao da je „najopasniji čovek od vremena Isusa Hrista”.

Osho je rekao da svojim radom pomaže u stvaranju uslova za rađanje nove vrste čoveka. Cesto je ovakvog čoveka nazivao „Zorba-Buda” - zato što je sposoban da uživa i u ovozemaljskim zadovoljstvima, kao Grk Zorba, i u tihom spokojstvu kao Gautama Buda. Ono što se provlači kroz sve aspekte Oshovog rada je vizija koja spaja vanvremensku mudrost Istoka i najveći potencijal Zapadne nauke i tehnologije.

Osho je takode poznat po svom revolucionarnom doprinosu nauci unutrašnje transformacije, čiji je pristup meditaciji u saglasnosti sa brzim tempom savremenog života. Jedinstvene „Oshove aktivne meditacije” kreirane su da oslobode od stresa akumuliranog u telu i umu, da bi lakše mogli da se iskuse opuštanje i meditacija oslobođena svake misli.